

Рассмотрено на тренерском совете
Протокол № 9 от 30 июня 2020 г.

«Утверждаю»

«Директор МАОУ ДО ДЮСШ №1 г. Благовещенска»

Н.Л. Болдырева

Приказ №

57/от 30.06.2020



**ПРОГРАММА РАБОТЫ
ЛЕТНЕЙ МАЛОКОНТАКТНОЙ ПРОФИЛЬНОЙ
СМЕНЫ СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Я-ПЛОВЕЦ»**

Благовещенск 2020

Содержание программы

Паспорт программы.....	3
Аннотация	6
Пояснительная записка.....	7
Цель, задачи и принципы программы.....	9
Основные виды деятельности программы.....	10
Содержание программы.....	12
Этапы реализации программы.....	13
Ожидаемые результаты.	14
Критерии эффективности программы.....	14
Режим дня и план предполагаемых мероприятий.....	15
Список используемой литературы.....	17

Паспорт программы

1.	Полное название программы	Программа летней малоконтактной смены «Я-пловец» на базе МАОУ ДО «ДЮСШ № 1 г. Благовещенска»
2.	Исполнители программы	Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа № 1 г. Благовещенска»
3.	Количество участников профильной смены	210 человек (22 смены)
4.	Ф.И.О. разработчика с указанием занимаемой должности	Теплинский Е.А. – методист МАОУ ДО «ДЮСШ № 1 г. Благовещенска»
5.	Контактный телефон, электронный адрес	8(462)66-00-19 nelyta@mail.ru
6.	Ф.И.О. руководителя организации	Болдырева Нелли Леонидовна – директор МАОУ ДО «ДЮСШ № 1 г. Благовещенска»
7.	Нормативные документы	<ul style="list-style-type: none"> • Закон РФ «Об образовании». • Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г. • Конституция РФ. • Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24.07.98 г. № 124-ФЗ (с изменениями и дополнениями). • Трудовой кодекс РФ от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ. • Приказ управления образования администрации города Благовещенска № 416 от 30 июня 2020 г « Об открытии на территории муниципальных образовательных организаций малоконтактных профильных смен спортивной направленности, исходя из складывающейся санитарно-эпидемиологической обстановки в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) • Методические рекомендации по профилактике инфекционных болезней МР 3.1.0178-20 от 08.05.2020, утвержденных Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия че-

		ловека, Главного государственного санитарного врача Российской Федерации А.Ю. Поповой, в целях обеспечения подготовки и открытия малоконтактных форм профильных смен спортивной направленности на территории муниципальных образовательных организаций, исходя из складывающейся санитарно-эпидемиологической обстановки в условиях распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19)
8.	Обоснование актуальности	Разработка данной программы организации каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей была вызвана: - потребностью в оздоровлении детей в период летних каникул; - актуальностью задач гражданского воспитания; - повышением спроса родителей и детей на организованный и содержательный отдых школьников; - потребностью в формировании социокультурной направленности детей.
9.	Цель программы	Развитие личности ребенка, укрепление физического, психического и эмоционального здоровья детей
10.	Реализуемые направления	спортивно-оздоровительное
11.	Характеристика целевой группы	Дети 8-16 лет, проживающие в г. Благовещенске Амурской области
12.	Сроки проведения, количество смен	1 смена: 02.07.-08.07.2020 (5 дней) 1 отряд – 8 человек 2 отряд – 7 человек 2 смена: 06.07 2020 г. - 10.07.2020 г. (5 дней) 1 отряда –10 человек 2 отряд-10 человек 3 отряд-10 человек 4отряд-10 человек 5отряд-10 человек 6 отряд- 7 человек 3 смена:07.07-13.07.2020 (5 дней) 1 отряд- 10 человек 4 смена: 13.07-17.07.2020 (5 дней) 1 отряд-10 человек

		<p>2 отряд- 10 человек 5 смена: 20.07.-24.07.2020 (5 дней) 1 отряда –10 человек 2 отряд-10 человек 3 отряд-10 человек 6 смена:22.07-28.07.2020 (5 дней) 1 отряда –10 человек 2 отряд-10 человек 3 отряд-10 человек 4отряд-10 человек 5отряд-10 человек 6 отряд-8 человек 7 смена:29.07-04.08.2020 (5 дней) 1 отряда –10 человек 2 отряд-10 человек</p>
13.	Оценка эффективности	<p>Результаты анкетирования «Чего я ожидаю от смены» и «Что я получил за время пребывания в смене».</p> <p>Результаты спортивных достижений относительно физических возможностей.</p>
14.	Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> - общее оздоровление детей, укрепление физических качеств -развитие у детей интереса к занятиям физкультурой и спортом; - развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний и умений, развитие детской самостоятельности.

Аннотация

Данная программа является основой организации оздоровительного отдыха и занятости детей, рассчитана на детей с 8 до 17 лет на период летних каникул. Важным критерием для МАОУ ДО «ДЮСШ № 1 г. Благовещенска» в организации является популяризация физической культуры и спорта в период летних каникул, а также укрепление здоровья и повышение социокультурной направленности детей.

Разработка данной программы по организации летнего каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей была вызвана:

- потребностью в оздоровлении детей в период летних каникул;
- потребностью в формировании социокультурной направленности детей.

Пояснительная записка

Малоконтактная смена спортивной направленности « Я – пловец» реализуется в период летних каникул с 02 июля по 4 августа 2020 года.

Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых.

В настоящее время возросла умственная нагрузка в школе, наблюдается малая двигательная активность учащихся, особенно в период пандемии и в связи с этим, возникает опасность развития сердечно - сосудистых, нервно - психических заболеваний в детском и юношеском возрасте. Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции частично помогает выполнить организация малоконтактных смен на свежем воздухе. Смены спортивной направленности- это сфера активного отдыха, разнообразная спортивно - оздоровительная и досуговая деятельность.

Деятельность детей, участвующих в нашей программе призвана обеспечить сохранение и укрепление здоровья ребенка, повышение его общей физической подготовленности. Рационально организованная двигательная активность несет в себе огромный потенциал оздоровительных влияний.

Лето для детей – это разрядка, накопившейся за год напряженности, восполнение израсходованных сил, восстановление здоровья, развитие творческого потенциала, совершенствование личностных возможностей, время открытий и приключений, время игры и азартного труда, время событий и встреч с чудом, время познания новых людей, а главное - самого себя. Естественно у каждого ребенка свои планы на лето. Но именно в сменах спортивной направленности самореализация каждого ребенка, осуществляется в приобщение ребят к разнообразному социальному опыту, к ценностям общественно-значимого досуга. А наша задача – помочь им в этом. Сделать отдых детей более занимательным, насыщенным, полезным для фи-

зического и духовного здоровья. Важнейшим элементом программы является укрепление осознания у ребенка выбора плавания- как вида спорта для себя. Именно это предусматривает программа «Детско-юношеской спортивной школы № 1 г. Благовещенска»- «Я - пловец»

Цель, задачи и принципы программы

Цель:

развивать личность ребенка, через укрепление физического, психического и эмоционального здоровья.

Задачи:

1. Организация досуговой деятельности в условиях временного коллектива.
2. Физическое оздоровление детей в условиях временного коллектива.
3. Формирование у школьников навыков общения и толерантности.
4. Утверждение в сознании школьников нравственной и культурной ценности.
5. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья.
6. Ориентация детей на выбор плавания как вида спорта

Принципы, используемые при планировании и проведении профильной смены:

1. Безусловная безопасность всех мероприятий.
2. Строгое соблюдение всех профилактических мероприятий по COVID-19.
3. Возможность проявления способностей в спортивной сфере всеми участниками смены.
4. Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня.
5. Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника профильной смены высказать свое мнение о прошедшем дне.

Основные виды деятельности программы

Физкультурно – оздоровительное направление

Задачи физкультурно-оздоровительной деятельности:

- Обучение детей элементарным навыкам поведения при занятиях на спортивных объектах на открытом воздухе, развитие физических способностей
- Выработка и укрепление гигиенических навыков;

- Расширение знаний об охране здоровья.

Основные формы организации:

- Ежедневные физические занятия на открытых спортивных площадках;
- Подвижные игры на свежем воздухе.
- Инструктаж (беседы) по профилактике инфекционных заболеваний

Инструктаж (беседы) проводится ежедневно в течение 5-7 минут в хорошую погоду – на открытом воздухе, в непогоду – в проветриваемых помещениях. Основная задача этого режимного момента, ознакомить детей с мерами профилактики инфекционных заболеваний и необходимости строго их соблюдения, особенно в период пандемии.

Ежедневные занятия физическими упражнениями проводятся преимущественно в первой половине дня, занятия не превышают 2 часов нахождения детей в смене. Обязательное соблюдение питьевого режима (бутилированная вода, выдача сухого пайка, средств дезинфекции)

Общефизические упражнения включают в себя весь комплекс упражнений, в зависимости от возраста участника смены, необходимый для поддержания и наращивания мышечной силы пловцов. Особый акцент делается на выполнение упражнений, повышающих подвижность в суставах, эластичность, гибкость, а также работа с инвентарем (резина, набивные мячи).

Подвижные игры включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Они способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а коллективные игры – еще и воспитанию дружбы.

Кадровое обеспечение профильной смены

- начальник профильной смены;
- тренер – преподаватель;
- инструктор по спорту

Содержание программы

Профильная малоконтактная смена спортивно-оздоровительной направленности «Я - пловец» проводится в период с 02 июля по 4 августа 2020 года. В течение профильной смены ведётся работа по выявлению различных способностей и интересов ребят, изучаются их личностные особенности. Основным приоритетом является укрепление и развитие физического здоровья ребят и ориентация на выбор плавания как вида спорта.

По окончании смены ребятам выдается сухой паек. Каждый лучик – символ качества: луч юмора, луч знаний, луч дружбы, луч смелости, луч здоровья, луч спорта и т.д.

По своей направленности данная программа является спортивно-оздоровительной, т.е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей, по продолжительности программа является краткосрочной, реализуется в течение профильной смены – 5 дней.

Диагностика

Вводная диагностика	Начало смены. Выяснение пожеланий и предпочтений, первичное выяснение психологического климата в детских коллективах: - анкетирование; - беседы и инструктажи с детьми; - педагогические планерки.
Пошаговая диагностика	Оценка результатов мероприятий предыдущего дня. Беседы с детьми.
Итоговая диагностика	Анкетирование. Беседы Оценка результатов мероприятий смены.

Этапы реализации программы

I этап. Организационный – 30 июня

- проведение совещаний при директоре по подготовке «ДЮСШ № 1г.

Благовещенска» к профильной смене «Я-пловец»;

- издание приказа о проведении профильной смены;

- разработка программы профильной смены «Я – пловец»;
- подготовка методического материала для работников смены;
- составление необходимой документации. (инструктажи, программа занятий, журналы безопасности)
- заключение договоров со сторонними организациями по организации питания, предоставления транспортных и иных услуг;
- проведение родительского собрания с участниками профильной смены «Я - пловец» в дистанционном формате

II этап. Практический – 02 июня- 4 августа 2020 года

- запуск программы «Я- пловец»;
- реализация Программы

III этап. Аналитический – 5-10 августа 2020 года

- подведение итогов смены;
- выработка перспектив деятельности «ДЮСШ № 1 г. Благовещенска» по дальнейшей реализации Программы «Я – пловец» на постоянной основе в каникулярное время как альтернативный вариант досуговой деятельности

Ожидаемые результаты.

Критерии эффективности программы.

Ожидаемые результаты

- Освоение основ техники по виду спорта плавание с помощью ОФП.
- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья.
- Укрепление физического и духовного здоровья детей, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности.
- Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной деятельности, социальной активности.
- Развитие коммуникативных способностей и толерантности.
- Приобретение новых знаний и умений
- Расширение кругозора детей.
- Личностный рост участников смены.

Критерии эффективности реализации программы

Чтобы оценить эффективность данной программы с участниками смены проводится постоянный мониторинг, проводятся беседы и обсуждения, промежуточные анкетирования роста физических возможностей детей.

По итогам дня и недели педагоги анализируют качество и содержание своей работы по результатам обратной связи.

Режим дня и план предполагаемых мероприятий

Режим дня

Время	Мероприятие
1 смена	
7.45-8.00	Сбор детей
8.00-8.10	Инструктаж. Измерение температуры
8.10-9.30	Занятия на открытых площадках
9.30-9.40	Выдача сухого пайка. Уход домой
2 смена	
9.50-10.00	Сбор детей
10.00-10.10	Инструктаж. Измерение температуры
10.10- 11.30	Занятия на открытых площадках
11.30-11.40	Выдача сухого пайка. Уход домой

План предполагаемых мероприятий

День	Мероприятие
День первый «Здравствуй, это я!»	Минутка здоровья. (Инструктаж по профилактике COVID-19) Приветствие друг друга. Игры на сплочение и командообразование
День второй «День спорта и здоровья»	Минутка здоровья. (Инструктаж по профилактике COVID-19) Занятия по ОФП
День третий «День спорта и здоровья»	Минутка здоровья. (Инструктаж по профилактике COVID-19) Занятия по ОФП и СФП
День четвертый «День талантов»	Минутка здоровья. (Инструктаж по профилактике COVID-19) Веселые старты «Быстрее, выше, сильнее»

День пятый

«Закрытие смены»

Минутка здоровья. (Инструктаж по профилактике COVID-19)

Автобусная экскурсия за город, с. Белогорье, ул. Подгорная, 96 (для старших детей). Игры на свежем воздухе.

Подвижные игры на свежем воздухе, ул. Краснофлотская, 105 (для детей до 11 лет)

Список литературы:

1. Авдеева Н.И., Шумакова Н.Б. и др. Одарённый ребёнок в массовой школе. М. Просвещение, 2006г.
2. Артамонова Л.Е. Летний лагерь. Организация работы вожатого, сценарии мероприятий. М., ВАКО, 2006г.
3. Афанасьев С. П, Коморин С.В. «Сто отрядных дел»- Кострома, 2002 г
4. Афанасьев С.П., Коморин С.В. Что делать с детьми в загородном лагере. М., 1998г.
5. Афанасьев, С.П., Коморин С.В. Сто отрядных дел / С.П. Афанасьев, Коморин С.В. – Кострома: МЦ “Вариант”, 2000.
6. Березина В.А. Дополнительное образование детей в России. Москва: Диалог культур. 2007.
7. Гинзбург Ф., Гинзбург Я. Детский оздоровительный лагерь. – Ростов-на-Дону, 2005
8. Григоренко Ю.А. Кипарис-2. Учебное пособие по организации детского досуга в детском оздоровительном лагере и школе. – М., 2002
9. Григоренко Ю.Н., Кострцова У.Ю., Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях. – Педагогическое общество России, 2002.
10. Гурбина Е.А. Летний оздоровительный лагерь: нормативно- правовая база (планирование, программа работы, должностные инструкции, обеспечение безопасности в пришкольных и загородных лагерях), Учитель, 2009г.
11. Ерёгина, С. Спортивная жизнь лагеря /С. Ерёгина // Народное образование.– 2004.–№ 3.
12. Ерёгина, С. Физическая культура в летнем оздоровительном и спортивном лагере / С. Ерёгина // Народное образование. – 2000. – № 4-5.
13. Ерёмкин А. Школа одарённости. Тайна рождения гениев. М., 2003г.
14. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одарённости. СПб, 2011г.

15. Кулаченко М.П. Учебник для водителя. – Ростов на Дону: Феникс, 2008.

16. Пикулева Н.П., Коржова Н.Б. «Решаем и планируем вместе.» Методическое пособие в помощь организаторам летнего отдыха М., 2001г