

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник лагеря

_____ Р.Н. Васильев

«___» _____ 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБУ ДО РС(Я) «РСДЮСШ»

_____ И.В.Герасимов

«___» _____ 2020 г.

ПРОГРАММА
летнего спортивного лагеря
«Юный боец»
ГБУ ДО РС (Я) «РСДЮСШ»
«Нюрбинский район»
с дневным пребыванием детей

Пояснительная записка.

*«Летний отдых – это не только отдых,
но и особая среда для воспитания и дополнительного
образования детей, развития их способностей»*

Председатель Правительства Российской Федерации Д.А. Медведев.

Летний спортивный лагерь «Юный боец» с дневным пребыванием работает на базе интерната ГБУ ДО РС(Я) «РСДЮСШ».

Над реализацией программы летнего спортивного лагеря с дневным пребыванием «Юный боец» работает педагогический коллектив из числа тренеров школы совместно с работниками учреждений дополнительного образования.

В лагере реализуются планы по антинаркотической профилактике, профилактике безнадзорности, ПДД, правовой помощи, олимпийским урокам и экологии, которые являются продолжением воспитательной работы, проводимые в течение учебного года.

В настоящее время остро стоит проблема занятия свободного времени детей и подростков в летний период полезно-значимой деятельностью, организация качественного наполнения досуга, отвлечения от пагубного влияния улицы и связанных с ней социально-опасных явлений, укрепления здоровья подрастающего поколения, воспитания гармонично развитой личности.

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

Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет летний лагерь с дневным пребыванием детей.

Летний спортивный лагерь «Юный боец»:

– это лагерь, в котором главным содержанием является тренировочная и физкультурно-оздоровительная деятельность, кроме того, это хорошая возможность дать детям интересно отдохнуть, оздоровить и закалить свой организм. Важным является то обстоятельство, что подростки на длительный период локализованы от негативного влияния улицы.

– это идеальный вариант проведения летних каникул для тех, кто активен, кто не боится физических нагрузок и трудностей, кто хочет совершенствовать свои физические боксёрские качества, кто любит бокс, общение с природой и стремится к новым познаниям.

Цели:

Учебно-тренировочная:

- Совершенствование в технике и тактике бокса.
- Подготовка и выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке.
- Создание предпосылок к дальнейшему повышению спортивного мастерства на основе всесторонней общей физической подготовки, воспитание специальных физических качеств, повышение уровня функциональной подготовленности.

Оздоровительная:

- оздоровление и укрепление здоровья юных спортсменов;
- повышение уровня физического состояния.

Воспитательная:

- Развитие творческих способностей, коммуникативных качеств подростков, помощь в самореализации и саморазвитии через проведение коллективных творческих дел;
- Формирование экологической и физической культуры личности;
- Проведение профилактики правонарушений.

В рамках поставленных целей решаются следующие задачи:

Оздоровительные и учебно – тренировочные:

- охрана и укрепление здоровья учащихся;
- достижение полноценного физического развития, гармонического телосложения;
- улучшение спортивно – технического результата;
- повышение умственной и физической работоспособности.

Образовательные:

- формирование двигательных навыков и умений;
- развитие двигательных способностей.

Воспитательные:

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- воспитание активности, самостоятельности и нравственно-волевых черт личности.

Новизна программы:

Новизна программы организации летнего спортивного лагеря «Юный боец» заключается в привлечении учащихся к совершенствованию специализированных спортивных способностей по боксу в летний каникулярный период.

Новизна данной программы направлена на комплексное взаимодействие юных спортсменов путем планомерного проведения тренировочных, восстановительно-оздоровительных и развлекательных мероприятий.

Практическая значимость программы:

В настоящее время у детей наблюдается снижение двигательной активности, связанное с развитием научно-технического прогресса, нарушением экологической обстановки, распространением социально-негативных явлений, что ведет к ухудшению состояния здоровья, распространению заболеваний опорно-двигательного аппарата, задержке физиологического развития, что приобретает характер глобальной социальной проблемы.

Посредством занятий физической культурой и спортом формируется здоровый образ жизни, обеспечивающий гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности детей.

Основные элементы здорового образа жизни - плодотворная деятельность и учеба, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, рациональное питание, отказ от вредных привычек.

Занятия спортом помогают детям адаптироваться в социуме, быть коммуникабельными, востребованными в обществе людьми.

Проблема организации летнего отдыха, позволяющая всесторонне развивать юных спортсменов, каждый год становится все актуальней. Достижение высоких спортивных показателей невозможно без проведения спортивно-тренировочных сборов в психологическо-комфортном климате. Анализ ситуации свидетельствует о том, что проведение спортивно-тренировочных смен в летний период - одна из

преимущественных форм повышения спортивного мастерства и интереснейших форм воспитательной работы в летний период.

Прогнозируемые результаты программы и ее влияние на достижение указанной цели

Программа летнего спортивного лагеря «Юный боец» рассчитана на учащихся в возрасте 10-17 лет (разновозрастная группа) и предполагает организацию специальной физической подготовки юных боксёров в летний период.

По итогам реализации программы летнего спортивного лагеря планируются следующие результаты:

1. Улучшение эмоционального и физического самочувствия детей и подростков.
2. Повышение у детей и подростков уровня общей и специальной физической подготовки.
3. Закрепление на практике спортсменами старшего возраста теоретических знаний по программе подготовки юных боксёров.
4. Получение детьми практических знаний, умений и навыков по различным формам деятельности.

Реализация данной программы за прошлые годы имеет положительный опыт.

СОДЕРЖАНИЕ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Этапы реализации программы: с 01 июля по 21 июля 2020 г.

I этап – подготовительный.

- проводится инструктаж по технике безопасности с воспитанниками летнего лагеря «Юный боец»;
- санитарно-эпидемиологические условия (медосмотр), справки о допуске воспитанников;

II этап – организационный.

Включает:

- разработка программы работы летнего лагеря «Юный боец»
- создание материально-технической базы для реализации программы;

III этап – деятельностный.

Включает:

- заезд учащихся в летний лагерь «Юный боец»;
- участие в открытии смены;
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря, знакомство участников смены;
- спортивно-тренировочные мероприятия в соответствии с планом работы летнего лагеря «Юный боец»;
- проведение мероприятий в соответствии с планом, вовлечение участников лагеря в различные виды коллективной деятельности;
- закрытие смены;

Содержание деятельности

Методика и методы достижения поставленных целей, их обоснование.

Работа по организации летнего отдыха и оздоровления детей сочетает в себе три основных компонента:

- *Главный:* учебно-тренировочный процесс осуществляется за счет тренеров-преподавателей школы бокса;
- *Вспомогательный:* проведение культурно-досуговых мероприятий осуществляется силами воспитателей и тренеров, работающих в ГБУ ДО РС (Я) «РСДЮСШ».

- *Оздоровительный*: 3-разовое сбалансированное питание, здоровье сберегающие процедуры, закаливание, утренняя зарядка, витаминизация.

Реализация тренировочной программы совместно с культурно - досуговыми, оздоровительными мероприятиями, создает комфортные условия для переключения с одного вида деятельности на другой.

Планирование учебно-тренировочного процесса

Тренеры-преподаватели при планировании тренировочного процесса учитывают уровень подготовки каждого спортсмена, его индивидуальные особенности, а так же принимают во внимание имеющееся на базе лагеря материально-техническое оснащение.

Физические нагрузки назначаются согласно утвержденной программы, где определена последовательность тренировочных занятий разной направленности, имеются схемы отдельных микроциклов, что позволяет придерживаться в своей работе единого стратегического направления для достижения хороших спортивных показателей.

При помощи основных форм и методов учебно-тренировочного процесса происходит овладение знаниями, умениями и навыками, развитие необходимых качеств и способностей.

В ходе работы летнего лагеря проводятся:

1. Групповые учебно-тренировочные занятия;
2. Работа по индивидуальным планам;
3. Медико-восстановительные мероприятия (воздушные и солнечные процедуры);
4. Тестирование и медицинский контроль;

Для реализации основной профильной комплексной программы повышения спортивного мастерства, оздоровления и проведения восстановительных мероприятий полностью подходит материально-техническая база при ГБУ ДО РС(Я) «РСДЮСШ».

Основные формы по оздоровительной и физкультурной деятельности во время летнего отдыха являются:

- Утренняя оздоровительная гимнастика на свежем воздухе (у реки);
- Спортивные занятия в лесу, на берегу, на воде и пр.;
- Тренировки на свежем воздухе;
- Спарринги;
- Спортивные эстафеты и соревнования воспитанников летнего лагеря.

Календарный план программы.

При разработке инновационного педагогического проекта по организации специальной физической подготовки юных боксёров в летний период особое внимание уделяется развитию общего физического и творческого потенциала подростков, расширению кругозора и коммуникативных навыков. В лагере проводятся игры на знакомство, сплочение коллектива, на доверие друг другу. Мероприятия носят развлекательный характер, что позволяет ребенку показать разнообразие форм организации здорового досуга.

Основной направленностью проекта мы считаем учебно – тренировочную, оздоровительную и воспитательную деятельность, поэтому учебно – тренировочные занятия планируются в соответствии с программой вида спорта (бокс), с возрастом спортсменов и продолжительностью занятий. К данному вопросу тренер – преподаватель подходит ответственно и организованно.

Большую роль в оздоровлении и развитии детей играет рационально составленный режим дня в лагере.

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник лагеря

_____ Р.Н. Васильев

«___» _____ 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБУ ДО РС(Я) «РСДЮСШ»

_____ И.В.Герасимов

«___» _____ 2020 г.

**Календарный план работы
лагеря «Юный боец»
(на 2 сезона)**

1 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Линейка открытия лагерной смены:- знакомство с правилами поведения в лагере;- инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности;- минутка безопасности «Дорога и пешеход»;
2 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Подготовка к празднику открытия лагеря➤ День знакомства➤ Выборы лагерного актива
3 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Беседа с воспитанниками по ПДД «Безопасность на дорогах»➤
4 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Торжественное открытие лагерной смены➤ Приглашение гостей➤ Торжественный ужин
5 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Ко Дню физкультурника беседа «Развитие спорта в нашей республике»
6 день	Встреча с ветераном спорта
7 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Турнир по настольному теннису среди воспитанников лагеря
8 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Просмотр видеофильма, слайдов о спорте Трудовой десант. Ген.уборка здания лагеря
9 день –	<ul style="list-style-type: none">➤ Встреча с работниками «Пожарной части» с. Антоновка
10 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Активный отдых. Выход на природу
11 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Посещение музея «Дружбы народов»
12 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Беседа с воспитанниками «Берегите Природу!» (приглашение работников лесного хозяйства)
13 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Посещение «Музея милиции»➤ Встреча с сотрудниками ГАИ
14 день	<ul style="list-style-type: none">➤ Встреча с работниками «Виллойавтодор»
15 день –	<ul style="list-style-type: none">➤ Посещение кинотеатра «Юнион»

16 день	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Малая спартакиада по национальным видам спорта. Под девизом: «Мы за здоровый образ жизни» ➤ «Спид – смертельная угроза человечеству. Конкурс творческих работ «Дети мира против наркотиков». Показ слайдов.
17 день	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Спортивные состязания на свежем воздухе «Весёлые старты»
19 день	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Экскурсия по достопримечательным местам села Антоновки (скверы им. Н.Н.Чусовского и им. В.Н.Теленкова).
20 день	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Праздник закрытия лагеря: ➤ Подведение итогов работы третьего сезона.
21 день	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Праздник закрытия лагеря: ➤ Подведение итогов работы третьего сезона.