

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
основная общеобразовательная школа № 15 имени Героя Советского Союза Д.М.  
Карбышева города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск  
Самарской области (ГБОУ ООШ № 15 г. Новокуйбышевска)  
446206, Самарская область, г. Новокуйбышевск, ул. Дзержинского, 23а  
тел., факс (8846) 4-77-26, 5-51-61

Утверждено  
приказом директора  
Приказ № 253-од  
от 31.08.2021 г.  
Директор ГБОУ ООШ № 15  
г. Новокуйбышевска  
\_\_\_\_\_ А.Н. Осипов

Адаптированная дополнительная  
общеобразовательная программа физкультурно-  
спортивной направленности  
"Со спортом"

*Возраст обучающихся: 13-16 лет*  
*Срок реализации: 1 месяц*

2020

### **Пояснительная записка**

Данная программа предназначена для реализации весенней профильной смены в каникулярное время и рассчитана на детей в возрасте от 13 до 16 лет. Обязательным для смены является вовлечение в его работу трудных подростков, а также ребят с ОВЗ (с нарушением зрения, с задержкой психического развития, с нарушением опорно-двигательного аппарата). Все спортивные мероприятия организуются с учетом особенностей детей с ОВЗ.

Весенняя профильная смена с дневным пребыванием – это учреждение, предназначенное для обеспечения полноценного отдыха и оздоровления детей в стенах образовательного учреждения, создания благоприятных условий для их всестороннего духовного и физического развития, выработки первичных трудовых навыков через привлечение к общественно полезной работе, отвлечения подростков от пагубного влияния улиц.

#### **Цели программы:**

- организация отдыха и оздоровления учащихся в период весенних каникул;
- планирование досуга школьников весной с целью создания условий для разностороннего развития личности воспитанников и раскрытия творческого потенциала ребенка;
- проведение оздоровительных мероприятий, результатом которых будет повышение уровня здоровья детей и формирование стремления к здоровому образу жизни.

#### **Задачи:**

- обеспечить занятость и охрану здоровья детей, прививать навыки здорового образа жизни, укреплять здоровье;
- оказать социальную поддержку детям из малообеспеченных семей;
- проводить профилактические оздоровительные мероприятия по укреплению иммунной и нервной системы;
- создать благоприятные условия для разностороннего развития личности каждого ребенка и весеннего отдыха детей;
- спланировать и провести комплекс мероприятий, предусматривающих физическое, нравственное, психическое оздоровление детей в условиях временного коллектива;
- создание условий для самореализации и самовыражения, атмосферы творчества и сотрудничества через вовлечение воспитанников лагеря в творческие виды деятельности и развитие творческого мышления;
- выявить одаренных и талантливых детей, привлечь их к участию в различных мероприятиях.

### **Основное содержание программы**

#### **Спортивно–оздоровительное направление осуществляется через:**

- вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;
- выработку и укрепление гигиенических навыков;

- расширение знаний об охране здоровья.

#### **Основные формы организации:**

- Утренняя гимнастика (зарядка);
- спортивные игры на спортивной площадке (футбол, волейбол);
- подвижные игры на свежем воздухе;
- эстафеты («Веселые старты», «Быстрее, сильнее, выше», «Эстафетный бег», «Большие гонки»);
- часы здоровья;
- солнечные ванны (ежедневно);
- воздушные ванны (ежедневно).

В весеннем оздоровительном лагере вся работа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей. Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10-15 минут: в хорошую погоду – на открытом воздухе, в непогоду – в проветриваемом спортивном зале. Основная задача этого режимного момента, помимо физического развития и закаливания, - создание положительного эмоционального заряда и хорошего физического тонуса на весь день.

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, дни здоровья, различные беседы о здоровом образе жизни, психологические тренинги, спортивные праздники развивают у детей ловкость и смекалку, помогают им развивать различные двигательные способности и реализуют потребность детей в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни. Для максимального достижения результата при проведении спортивных мероприятий присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После конкурсов, которые развивают не только физическое состояние детей, но и укрепляют их дух, дети получают грамоты. В свободную минуту воспитанники принимают участие в подвижных играх, включающих 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. Обязательно проводятся оздоровительные процедуры: воздушные ванны, солнечные ванны. Для солнечных ванн подходит лужайка школьного двора, площадка перед школой. Чтобы дети дышали свежим воздухом, максимальное количество мероприятий и режимных моментов проходит на улице.

#### **Интеллектуальное направление осуществляется через:**

- проведение интеллектуальных игр спортивной тематики
- брейн-ринг "Вместе со спортом"

В условиях весеннего отдыха у ребят не пропадает стремление к познанию нового, неизвестного, просто это стремление реализуется в других, отличных от школьного урока, формах. С другой стороны, ребята стремятся к практической реализации тех знаний, которые дала им школа, окружающая

среда. Поэтому интеллектуальная работа направлена на расширение кругозора, развитие интеллекта воспитанников и их познавательной деятельности, развитие мышления, памяти, внимания, формирование положительных эмоций от обучения и потребности в непрерывном образовании.

## 2. Материально-технические условия предусматривают:

<b>Наименование кабинетов и залов</b>	<b>Применение</b>	<b>Источник финансирования и материальная база</b>	<b>Ответственные</b>
Кабинеты	Игровые комнаты,	Материальная база школы. Родительские средства на закупку канцелярских принадлежностей для творческих мастерских, отрядных дел, подготовки стендов и материалов для конкурсов	Зам. дир. по ВР
Спортивный зал	Занятия спортом, состязания, линейка ( в случае плохой погоды)	Материальная база школы	Спортивный руководитель
Спортивная площадка	Линейка, проведение общелагерных игр на воздухе, спартакиады, спортивные состязания	Материальная база школы	Спортивный руководитель

**План работы пришкольного оздоровительного лагеря  
с дневным пребыванием детей  
в дни весенних каникул 2020-2021 учебного года**

день	Количество часов	Мероприятия
<b>1</b>	1/3 ч.	Торжественная линейка "Здравствуй, лагерь!"
	1/6 ч.	Утренняя зарядка
	2 ч.	Операция « Уют»
	1,5 ч.	Подготовка к концерту «В гости к нам пришла весна, с ЗОЖ по жизни навсегда!»
<b>2</b>	1/6 ч.	Утренняя зарядка
	1 ч.	Час информации: "Здоровье - вот твоё богатство"
	1 ч.	Спортивная эстафета "Веселые старты" (с учетом возможностей детей с ОВЗ)
	2 ч.	Конкурс рисунков "Вместе со спортом".
<b>3</b>	1/6 ч.	Утренняя зарядка
	1 ч.	Брей-ринг "Вместе со спортом"
	2 ч.	Спортивный матч "Волейбольный турнир" (с учетом возможностей детей с ОВЗ)
<b>4</b>	1/6 ч.	Утренняя зарядка
	2 ч.	Веселая спортивно-игровая эстафета "Большие гонки" (с учетом возможностей детей с ОВЗ)
	1,5 ч.	Творческая мастерская «Я рисую акварелью ЗОЖ»
<b>5</b>	1/6 ч.	Утренняя зарядка
	2 ч.	Веселая спортивно-игровая эстафета "Быстрее, сильнее, выше" (с учетом возможностей детей с ОВЗ)
	1 ч.	Награждение активистов смены, закрытие смены

## **Ожидаемые результаты**

В ходе реализации данной программы ожидается:

- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья.
- Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.
- Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности.
- Развитие коммуникативных способностей и толерантности.
- Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.
- Расширение кругозора детей.
- Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.
- Личностный рост участников смены.