

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа имени Героя Социалистического Труда Н.Ф.Зыбанова с.Березняки муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области

Утверждена приказом  
№ 37-од от 14.03.2024г  
ГБОУ СОШ им. Н.Ф.Зыбанова с.Березняки  
Директор \_\_\_\_\_/Савченко А.Н.

Согласована с  
зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_/Молчанова О.А.

**Программа профильной смены  
по физкультурно-оздоровительной направленности  
на весенние каникулы обучающихся 6-11 классов  
2023-2024 учебного года.**

**Направленность:**  
**Возраст обучающихся:**  
**Срок реализации:**  
**Составитель (разработчик):**

**физкультурно-спортивная  
12-17 лет  
краткосрочная (4 дня)  
Сараев Сергей Михайлович  
учитель физической культуры**

## Информационная карта программы

1.	Полное название программы	Программа профильной смены по физкультурно-оздоровительной направленности на весенние каникулы
2.	Цель программы	формирование у детей и подростков культуры здорового образа жизни через их вовлечение в занятия подвижными играми и играми с элементами спортивных дисциплин
3.	Адресат проектной деятельности	Обучающиеся ГБОУ СОШ им. Н.Ф.Зыбанова с.Березняки в возрасте от 12 до 17 лет, Количество детей, которые могут принять участие в программе – 42 человека
4.	Сроки реализации программы	Реализация программы будет проведена в один этап: проведение смены в весенние каникулы с 25.03 по 28.03 2024г.
5.	Направления деятельности	- спортивно-оздоровительное; - досуговое; - экологическое; -гражданско –патриотическое
6.	Профиль смены	Физкультурно-оздоровительный.
7.	Краткое содержание программы	Воспитание здорового, физически развитого и гармонически совершенного поколения всегда было и остаётся одной из главных задач нашего общества. Разумная организация всех видов деятельности дисциплинирует ребенка, помогает сбалансировать его мышление и эмоции, укрепить здоровье. А хорошо организованный отдых благоприятен для детей и способствует развитию, оздоровлению и привитию к культуре общения. Отдых в профильной смене способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлен на совершенствование интеллектуального, духовного и физического развития ребёнка, приобретению коммуникативных навыков и навыков самостоятельной деятельности.
8.	Ожидаемый результат	Улучшение спортивных показателей детей; общее оздоровление; развитие у детей навыков здорового образа жизни; <ul style="list-style-type: none"> <li>• создание условий для раскрытия творческого потенциала личности ребенка и его самореализации;</li> <li>• развитие интереса к культуре своей страны, своей малой родины</li> <li>• развитие навыков конструктивного взаимодействия у детей; появление навыков бесконфликтного общения у подростков в среде сверстников;</li> </ul>
9.	Автор программы	Сараев Сергей Михайлович учитель физической культуры

## 1.1. Пояснительная записка.

Отдых — это, прежде всего, неотъемлемая составляющая всей жизнедеятельности ребёнка, где гармонично сочетаются духовно-эстетические, рационально-познавательные, идейно-нравственные начала, это освоение жизни ребёнком самым непосредственным, естественным образом. Поэтому профильная смена должна рассматриваться не только как временное местонахождение ребёнка, где он приобретает те или иные навыки и знания, где занимательно проводит своё свободное время, но как неотъемлемая часть самопознания, позволяющая раскрыться всем его потенциальным, скрытым духовным и физическим возможностям. На каникулах дети имеют возможность снять психологическое напряжение, накопившееся за время обучения, внимательно посмотреть вокруг себя и увидеть, что удивительное рядом.

Воспитание здорового, физически развитого и гармонически совершенного поколения всегда было и остаётся одной из главных задач нашего общества. Разумная организация всех видов деятельности дисциплинирует ребенка, помогает сбалансировать его мышление и эмоции, укрепить здоровье. А хорошо организованный отдых благоприятен для детей и способствует развитию, оздоровлению и привитию к культуре общения. Отдых в профильной смене способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлен на совершенствование интеллектуального, духовного и физического развития ребёнка, приобретению коммуникативных навыков и навыков самостоятельной деятельности.

Игры – важный элемент формирования навыков общения и взаимодействия в обществе у детей. Это касается как детей младшего школьного возраста, так и подростков, ведь в момент становления личности очень важно понять и осознать жизненные цели, приоритеты и свой личный статус.

Таким образом, для решения проблемы организации отдыха и оздоровления детей в весенние каникулы, с учетом реальных условий имеющихся ресурсов, была разработана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-оздоровительной направленности, которая решает широкий спектр задач, но в первую очередь служит целям оздоровления и укрепления здоровья детей в период весенних каникул. Ведущими идеями программы являются: приобщение детей и подростков к здоровому образу жизни, удовлетворение их индивидуальных потребностей в нравственном и физическом совершенствовании, органичное сочетание активного отдыха с различными формами образовательной и воспитательной деятельности.

## 1.2. Цель и задачи программы.

**Цель:** формирование у детей и подростков культуры здорового образа жизни через их вовлечение в занятия подвижными играми и играми с элементами спортивных дисциплин.

Достижению этой цели способствует решение следующих задач:

**Задачи:**

Обучающие:

- расширять знания учащихся о физической культуре, спорте и здоровом образе жизни;
- знакомить детей с правилами незнакомых им подвижных игр;
- знакомить детей с правилами игр с элементами спортивных дисциплин;

- формировать практические умения, необходимые в групповом взаимодействии посредством подвижных и с спортивных игр.

Развивающие:

- способствовать развитию позитивного отношения к здоровью как к высшей ценности жизни через занятия физической культурой и спортом;
- содействовать физическому совершенствованию детей (развитие силы, выносливости, координации движений);
- развивать умения преодолевать трудности и способность к самореализации.

Воспитательные:

- формировать навыки здорового образа жизни, укреплять здоровье;
- содействовать социализации личности ребёнка в условиях профильной смены (естественное преодоление всевозможных психологических барьеров во время занятий);
- закреплять навыки самоорганизации и самостоятельного проведения необходимых оздоровительных упражнений.

### **1.3. Содержание программы.**

#### **1. Подвижные игры с мячом (2 часа).**

Знакомство с разнообразием дворовых игр. Изучение правил игр «Охотники и утки», «Ящерица», «Не давай водящему».

#### **Игры в помещении (2 часа).**

Знакомство с разнообразием игр в помещении. Изучение правил игр «Тише едешь – дальше будешь», «Кто подходил?», «Холодно, горячо!», «Выбей шайбу» и др.

#### **3. Игры с элементами волейбола (2 часа).**

Знакомство с видом спорта волейбол, упражнениями и играми с элементами волейбола. Изучение правил игр «Мяч над сеткой», «Обстрел», «Пасовка».

#### **4. «Веселые старты» (2 часа)**

Коллективный спортивный флешмоб (с применением на практике изученных элементов спортивных дисциплин).

### **1.4. Планируемые результаты освоения программы.**

Программа обеспечит оздоровление обучающихся в результате закалывающих процедур, занятий физкультурой и спортом;

- обеспечит успешную социальную адаптацию ребенка на основе вовлечения в различные виды игровой соревновательной деятельности;
- разовьёт лидерские, организаторские, творческие способности учащихся;

- позволит получить детям умения и навыки индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности;
- создаст благоприятный микроклимат, поможет развить коммуникативные способности участников смены, укрепит дружбу между детьми разных возрастов.

### Тематический план занятий

День недели	Дата	Время	Мероприятие	Класс	Ответственный
<b>Понедельник</b>	25.03.2024	11.00 – 13.00	Подвижные игры с мячом	6-8 класс	учитель физической культуры Сараев Сергей Михайлович
	25.03.2024	13.00 – 14.00	Подвижные игры с мячом	9-11 класс	учитель физической культуры Сараев Сергей Михайлович
<b>Вторник</b>	26.03.2024	11.00 – 13.00	Игры в помещении	6-8 класс	учитель физической культуры Сараев Сергей Михайлович
	26.03.2024	13.00 – 14.00	Игры в помещении	9-11 класс	учитель физической культуры Сараев Сергей Михайлович
<b>Среда</b>	27.03.2024	11.00 – 13.00	Игры с элементами волейбола	6-8 класс	учитель физической культуры Сараев Сергей Михайлович
	27.03.2024	13.00 – 14.00	Игры с элементами волейбола	9-11 класс	учитель физической культуры Сараев Сергей Михайлович
<b>Четверг</b>	28.03.2024	11.00 – 13.00	Веселые старты	6-8 класс	учитель физической культуры Сараев Сергей Михайлович
	28.03.2024	13.00 – 14.00	Веселые старты	9-11 класс	учитель физической культуры Сараев Сергей Михайлович





