

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
дворец детского (юношеского) творчества
города Ишимбая муниципального района Ишимбайский район
Республики Башкортостан

Принята на заседании
на педагогическом совете
от «13» 04 2026 г.
протокол № 03



Утверждаю
Директор МБОУ ДО ДД(Ю)Т
Л.В Богданова
Приказ № 115 от «13» 04 2026 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
профильной смены
физкультурно-спортивной направленности
«СТРАНА СПОРТЛАНДИЯ»**

Возраст учащихся 7-14 лет
Срок реализации – 21 день

Ишимбай 2026г.

Содержание

1. Информационная карта	3
2. Пояснительная записка.....	6
3. Целевой блок программы.....	9
4. Содержание и механизм реализации программы.....	11
5. Ресурсное обеспечение программы.....	25
5. Система диагностики и качества программы	28
6. Список литературы и интернет источники.....	29
7. Приложение 1. План-сетка блока образовательной, оздоровительной и воспитательной деятельности.	
Приложение 2. Программы блока творческой мастерской.	
Приложение 3. Диагностический инструментарий участников смены	
Приложение 4. Форма подведения итогов реализации блока общего физического развития.	

Информационная карта программы профильной смены «Страна Спортландия»

Полное название организации	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования дворец детского (юношеского) творчества г. Ишимбай
Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Страна Спортландия»
Целевая группа	Дети в возрасте 7-14 лет
Цель	Обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся посредством спортивного интенсива, воспитание гармоничной, социально активной личности в условиях летней профильной смены.
Задачи	<i>Предметные:</i> - способствовать закреплению комплекса специальных знаний, двигательных умений и навыков приобретенных на занятиях; - содействовать укреплению физического и психического здоровья детей в летний период. <i>Личностные:</i> - расширить творческие способности учащихся; - удовлетворять потребность в саморазвитии и самостоятельности; - повышать степень социальной активности. <i>Метапредметные:</i>

	- формировать общественную активность личности, гражданскую позицию, культуру общения и поведения в социуме; - способствовать развитию чувства гордости и любви к Родине, истории, культуре и обычаям своей страны.
Дата проведения смены	28.05-23.06.2026 г.
Количество детей в смене	75 человек
Количество детей в отряде	3 отряда по 25 человек
Название профиля(ей)	Физкультурно-спортивный
Обеспеченность объектами для занятий по дополнительному образованию	Спортивный зал, оборудованный класс на 25 посадочных мест
Обеспеченность физкультурно-оздоровительными объектами (краткая характеристика объектов)	Спортивный зал, территория ДД(Ю)Т
Обеспеченность объектами досугового назначения	Зрительный зал на 280 посадочных мест

Данные о разработчиках программы	Гришкова Елена Владимировна, начальник лагеря, педагог дополнительного образования, высшей категории, педагогический стаж 8 лет
---	---

Пояснительная записка

Введение

На базе МБОУ ДО ДД(Ю)Т г. Ишимбай в каникулярное время второй раз организуется профильная смена физкультурно-спортивной направленности для обучения и развития детей из малообеспеченных, многодетных семей и семей участников СВО, в формате спортивного интенсива. Выбор именно этого профиля обусловлен выросшей популярностью спортивных объединений среди родителей и детей. В ходе мониторинга среди учащихся объединений, многие выразили желание продолжить занятия в летний период.

Спорт интересен тем, что позволяет занимающимся наиболее эффективно использовать свою умственную и физическую энергию. Занятия направлены на физическое и духовное совершенствование личности на основе изучения техники, тактики соревновательных видов спорта. Большинство видов спорта избирательно воздействуют на мышцы. В самбо разработана система специфических упражнений, гармонично развивающих все группы мышц тела, причем обращается внимание занимающихся, на необходимость выполнения действий, как в правую, так и в левую сторону.

Актуальность программы состоит в том, что в современном мире дети стали больше использовать гаджеты и меньше проявлять двигательную активность, программа направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников согласно приоритетным направлениям государственной политики Республики Башкортостан, а в частности реализации республиканского проекта «#КаникулыДетиБашкортостана».

Данная программа направлена на формирование характерных особенностей подготовки юных спортсменов как единого непрерывного образовательного процесса во время учебного года и в течении смены. Предлагаемая программа не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и физическое развитие детей, на формирование таких физических и психических качеств и способностей, которые позволят осваивать навыки борьбы и гимнастики.

Педагогическая целесообразность

Данная программа разработана с учётом современных образовательных технологий, которые отражаются:

- в принципах обучения (индивидуальность, доступность, преемственность, результативность);
- в формах и методах обучения (дифференцированное обучение, занятия, соревнования, экскурсии);
- в методах контроля и управления образовательным процессом (анализ результатов соревнований и др.).

В профильной смене лагеря вся работа направлена не только на изучаемый профиль, но и на сохранение и укрепление здоровья детей, организации веселого и полезного досуга детей.

Формы организации занятий по профилю отличаются разнообразием. Обязательной частью является представление теоретического материала в доступной для разных категорий детей, с учётом индивидуальных особенностей (беседы, лекция, презентации, демонстрация). Практическая часть занятия представлена в виде групповой работы между учащимися.

Воспитательная работа в лагере направлена на патриотическое воспитание и укрепление основ традиционного и культурного наследия РФ. Ключевыми памяtnыми датами, взятыми за основу смены в 2026 году, являются: Год единства народов России, и Год большой и дружной семьи в Республике Башкортостан, а также проведение тематических дней: Дня защиты детей, День с Первыми и Дня России.

Преимственность

Программа летней занятости детей «Страна Спортландия» предлагает широкий комплекс мероприятий, включает детей в различные виды деятельности и является продолжением системы непрерывной воспитательной работы ДД(Ю)Т по основным приоритетным направлениям. Программа комплексная, выходящая за рамки выбранного профиля. Приобретённые учащимися в ходе реализации программы навыки творческой и интеллектуальной деятельности могут быть с успехом транслированы в любую предметную область, в том числе и в основной школьной программе.

Новизна программы — в её модульном построении. Это позволяет формировать новые личностно-профессиональные установки по отношению к ребёнку, его субъектности и самоопределению. Открытость, внутренняя подвижность содержания и технологий, учёт индивидуальных интересов и запросов — важнейшие особенности модульных программ. Программа является как обучающей, так и развивающей.

Составными частями программы являются два самостоятельных тематических блока (модуля).

Первый блок. Образовательные программы летнего интенсива объединений «Самбо», танцевальной студии «Нритта». Этот модуль является выборочным. В начале смены учащихся делят на отряды в зависимости от выбранной направленности дополнительного образования. Это те дети, которые в течение года занимались в данных объединениях.

Второй блок. Блок развлекательной и оздоровительной работы.

Режим работы: 2 занятия в день по модулю образовательные программы летнего интенсива объединений «Самбо», танцевальной студии «Нритта», 2 занятия в день по блоку развлекательной и оздоровительной работы «Радуга дружбы», с 10 минутной переменой. Один академический час составляет 45 минут (на основании СанПин «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования»).

Адресат участников смены

Данная программа предназначена для детей из малообеспеченных, многодетных семей и детей участников СВО, занимающихся в спортивных объединениях ДД(Ю)Т, в возрасте 7-14 лет.

Этапы реализации программы:

1. Базовый этап (1 апреля 2026 года по 27 мая 2026 года)
2. Конструктивный этап (реализация содержания программы) включает в себя 4 периода:

☐ подготовительный период (1 апреля до начала смены)

планирование смены: составление программы, плана работы, легенды, игровой модели смены, разработка основных общелагерных дел;

подготовка педагогического и вожатского состава;
--

размещение аннотации программы на сайте организации;
--

составление списков участников смены;

подготовка лагеря к приему детей; закупка и подготовка реквизита.

☐ организационный период (1-2 день)

знакомство и адаптация участников смены;
--

инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности;
--

ознакомление с темой смены, первичное анкетирование;
--

выборы в органы детского самоуправления; игры на знакомство и сплочение отрядов;
--

знакомство с творческими мастерскими и их руководителями;

торжественная линейка и концерт открытия смены.

☐ основной период (3-19 день)

работа по плану смены;

ежедневное проведение занятий по различным направлениям деятельности: реализация основных мероприятий программы смены;
--

творческих мастерских, мастер-классов; проведение спортивных игр и состязаний; организация социально – значимой деятельности;

работа медиацентра;

рефлексии дня, коллективное планирование следующего дня;
--

размещение информации о реализации программы на сайте организации, в группе В контакте;

отслеживание эмоционального, физического состояния детей, корректировка деятельности.

☐ заключительный период (20-21 день)

подведение итогов смены;

организация личной рефлексии;

организация групповой рефлексии.

торжественная линейка и концерт открытия смены.

3. Обобщающий этап (анализ результатов смены)

4. Этап последствий

Целевой блок программы

Цель и задачи программы.

Цель программы состоит в обеспечении разностороннего физического развития и укрепления здоровья учащихся, воспитание гармоничной, социально активной личности посредством занятий спортом в условиях летней лагерной смены.

Задачи:

Предметные:

- способствовать закреплению комплекса специальных знаний, двигательных умений и навыков;
- содействовать укреплению физического и психического здоровья детей в летний период.

Личностные:

- расширить творческие способности учащихся;
- удовлетворить потребность в саморазвитии и самостоятельности;
- повышать степень социальной активности.

Метапредметные:

- формировать общественную активность личности, гражданскую позицию, культуру общения и поведения в социуме;
- способствовать развитию чувства гордости и любви к Родине, истории, культуре и обычаям своей страны.

Система диагностики результатов реализации программы

Система диагностики результатов программы состоит из мнения педагогов, непосредственно реализующих программу, детей-участников программы и мнения независимых взрослых.

Индикаторами диагностики программы являются:

- проявление ценностного отношения к Родине и Государственным символам РФ, семье, команде, познанию, здоровью;
- проявление ребёнком интереса к предлагаемой деятельности;
- приобретение ребёнком знаний и социального опыта;
- положительное эмоциональное состояние детей;
- позитивное взаимодействие в команде, коллективе.

Для оценки программы со стороны детей применяются методы игровой диагностики в конце каждого дня смены, так как они наиболее соответствуют особенностям развития детей младшего школьного возраста и показывают максимально точный результат – полученные ребёнком знания и опыт, их мнение, эмоции, реакцию и отношение к конкретной ситуации.

В начале и по окончании смены обучающиеся выполняют нормативы по ОФП, чтобы определить уровень развития физической активности и результат реализации программы. Для родителей проводятся показательные соревнования между учащимися. Чтобы определить уровень развития метапредметных и личностных результатов используются такие формы диагностики как наблюдение, анкетирование и тестирование.

Ожидаемые результаты программы

Предметные результаты:

- продолжить обучаться и закрепить специальные знания,

двигательные умения и навыки по самбо и дзюдо;

- знать и уметь выполнять элементы техники и тактики в соответствии с программным материалом (выполнять приём, защиту, контрприём в стойке и в партере, в соответствии с программным материалом).

Метапредметные результаты:

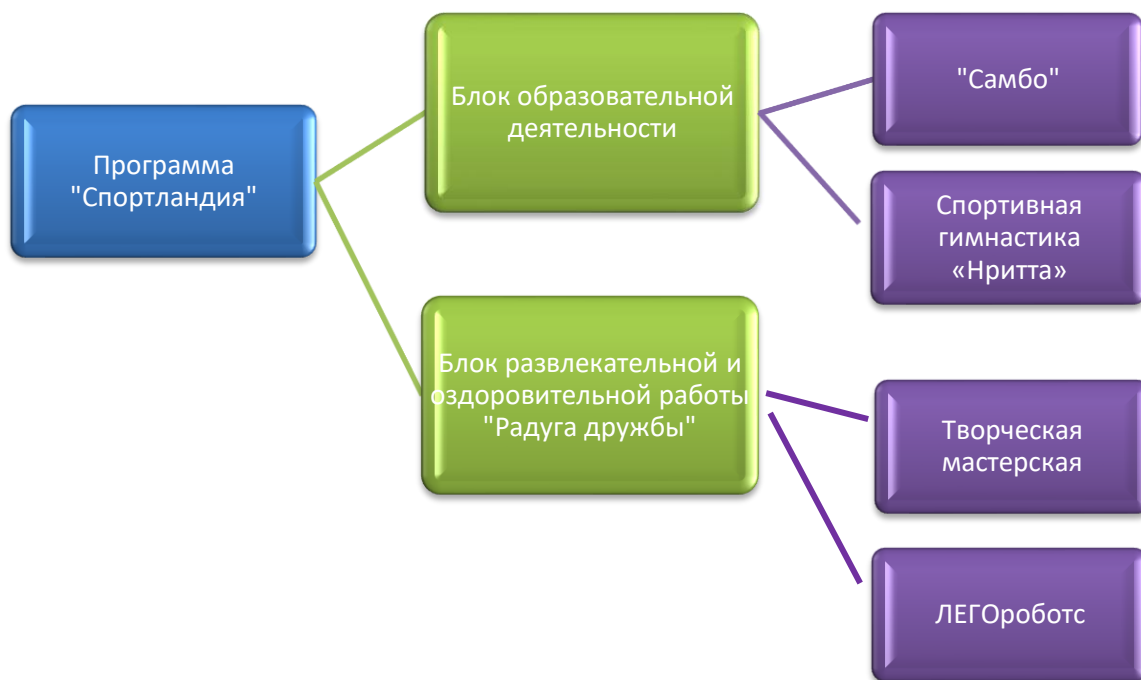
- овладеть знаниями об укреплении здоровья, закаливании организма, улучшении физического развития;
- сформировать понятие физического и психического здоровья;
- развить физические качества.

Личностные:

- будут сформированы основы мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- сократятся случаи правонарушений среди детей в результате обеспечения их занятости;
- приобретут определенные положительные морально-волевые, нравственные качества.

Содержание и механизмы реализации программы

Содержание программы по блокам



План работы по каждому блоку представлены в приложении 2

1 блок. Программа профильной смены «Страна Спортландия»

Организация учебно-тренировочного процесса

Занятия носят общефизическую направленность, развивают двигательные качества, и затрагивают элементы специальной подготовки.

Занятия проводятся в форме урока с четко выраженными частями: подготовительной, основной и заключительной. Содержание подготовительной части составляют упражнения для организации обучающихся, приучения к дисциплине, выработки согласованных действий в коллективе. Особое внимание следует уделять упражнениям, способствующим развитию физических качеств, укреплению опорно-двигательного аппарата обучающихся, формированию осанки. В этой части занятия можно включать общеразвивающие упражнения, различные игры и эстафеты.

В основной части занятия изучаются различные кувырки, страховки и самостраховки, применяются упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие физических способностей обучающихся. В конце основной части проводятся подвижные игры с целью повышения физической нагрузки, совершенствования двигательных навыков и повышения эмоционального состояния обучающихся, игры соревновательного характера.

В заключительной части занятия необходимы упражнения для восстановления дыхания и сердечно-сосудистой системы, игры малой интенсивности, игры на внимание, различные виды ходьбы. В конце каждого занятия проводится его анализ.

Особое внимание в учебно-тренировочном процессе уделяется разносторонней физической подготовке с использованием средств, характерных для самбо: акробатических, простейших элементов противоборств, игр с элементами единоборств.

Необходимо обеспечивать дифференцированный и индивидуальный подход к занимающимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития, психических свойств и качеств, выполнением норм и требований ТБ.

При обучении двигательным действиям предпочтение следует отдавать целостному методу. Важно правильно называть упражнения, точно их демонстрировать, своевременно исправлять ошибки.

Контроль и оценка действий обучающихся применяется таким образом, чтобы стимулировать стремление занимающегося к своему личному физическому совершенствованию и самоопределению, улучшению результатов, повышению активности, радости от тренировок.

Оценка деятельности обучающегося: качество овладения программным материалом – теоретические знания, уровень освоения основ гигиены и самоконтроля, способы двигательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, а также количественные показатели (контрольные тесты). При оценке достижений следует ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии двигательных способностей.

Методы физической подготовки:

- игровой (проведение подвижных игр и игровых упражнений),
- соревновательный (эстафеты, выполнение контрольных нормативов по ОФП, СФП, «Веселые старты»),
- повторный (развитие координационных, скоростных, ловкости, силовых способностей и гибкости),
- равномерный (развитие общей выносливости в подвижных играх, длительном беге),
- круговой (комплексное развитие физических качеств, занимающихся при помощи организационно-методической формы проведения занятий – круговая тренировка).

Методы обучения базисной технике борьбы:

- целостно-конструктивный (изучение технических действий в целом виде),
- расчленено-конструктивный (изучение технических действий по частям, а затем соединение в целое).

Методы воспитания: убеждение, поощрение, разновидность наказания - порицание, педагогическая оценка поступка; методы нравственного, умственного, эстетического, трудового воспитания.

Тренерам следует учитывать: многие дети и подростки не стремятся к высоким спортивным достижениям, а просто любят и интересуются самбо. Работая со спортивно - оздоровительными группами, тренер должен прослеживать динамику роста подготовленности занимающихся, позитивные личностные изменения и высокую мотивацию к регулярным занятиям спортом, конкретно - самбо.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности при занятиях борьбой. Общая физическая подготовка.	2	1	1	Беседа. Выполнение нормативов ОФП
2.	Гигиена. Основные причины травматизма. Предупреждение травм.	2	1	1	Наблюдение. Контрольные упражнения
3.	ОФП с элементами лёгкой атлетики	12	1	11	Наблюдение. Контрольные упражнения
4.	ОФП с элементами гимнастики	12	1	11	Наблюдение. Контрольные упражнения
5.	Подвижные игры, элементы спортивных игр и эстафеты	12	1	11	Наблюдение.
6.	Итоговое занятие.	2		2	Выполнение нормативов ОФП Соревнования с применением упрощенных правил.
	Итого	42	5	37	

Содержание

1. Вводное занятие – 2 часа. *Теория 1 час:* Знакомство с воспитанниками. Знакомство детей с условиями и местом проведения занятий. Значение занятий физической культурой. Распорядок дня. Оборудование, инвентарь на занятиях. Правила хранения спортивного инвентаря. Общая техника безопасности при проведении занятий. Правила поведения в спортивном зале. *Практика 1 час:* диагностика
2. Тема «Гигиена. Основные причины травматизма. Предупреждение травм» - 2 часа. *Теория 1 час:* Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Основные правила личной гигиены. Понятия: мышцы, скелет, кость, сустав. Предупреждение травм. Основные причины травматизма. *Практика 1 час:* Названия движений в упражнениях: махи, рывки, повороты, наклоны и др.
3. Тема «Общая физическая подготовка с элементами лёгкой атлетики» - 12 часов. *Теория 1 час:* Понятия: прыжок, препятствие, перепрыгнуть, толчок. Основные вербальные и невербальные команды. *Практика 11 часов:* Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Прыжок в высоту способом «перешагивание».
4. Тема «Общая физическая подготовка с элементами гимнастики» - 12 часов. *Теория 1 час:* Понятия: строевые упражнения, построения и перестроения, шеренга, колонна, размыкание, интервал, дистанция. Комплекс упражнений утренней гимнастики. ТБ при выполнении акробатических упражнений. *Практика 11 часов:* Построение в шеренгу,

колонну, строевой шаг. Перестроение. Повороты на месте и в движении. Расчет по порядку. Ходьба обычная. Ходьба с сохранением заданного темпа. Бег по прямой с различной скоростью. Высокий и низкий старт. Бег с преодолением препятствий. Бег на короткие дистанции до 40 м. Лазанье по канату. Акробатические упражнения: кувырок вперед, кувырок назад, стойка на лопатках, «мост».

5. Тема «Подвижные игры, элементы спортивных игр и эстафеты» - 12 час. *Теория 1 час:* Правила проведения игр и эстафет. *Практика 11 часов:* Разучивание подвижных игр и эстафет (по усмотрению педагога) Подвижные игры: «Паук и мухи», «Удержись на корточках», «Отними мяч», «К своим флажкам», «Пятнашки», «На прорыв», «Рыбак и рыбаки», эстафеты с лазаньем и перелезанием.

6. Тема «Итоговые занятия» - 2 часа. Проведение контрольного занятия. *Практика 2 часа:* Демонстрация знаний, умений и навыков по ОФП, предусмотренных программой. Подведение итогов года. Награждение детей.

Методическое обеспечение образовательного процесса

На каждом занятии необходимо четко ставить перед обучающимися задачу, давать возможность осмыслить и объяснить ход и способы выполнения задания. В упражнения и игры целесообразно включать элементы соревнований, что стимулирует проявление двигательных способностей обучающихся, способствует совершенствованию двигательных умений и навыков. При этом необходимо тщательно продумывать физическую и эмоциональную нагрузку, учитывать уровень физического развития обучающихся.

Проводить соревнования у обучающихся целесообразнее в форме игр: различных «Веселых стартов», соревнований на лучшее выполнение элементов гимнастики, игр «стенка на стенку», «петушиных боев», и др. Так как всякая деятельность обучающихся, должна доставлять им радость, как от самого процесса, так и от его результата, от совместных действий и переживаний.

Всю работу по занятиям ОФП у обучающихся необходимо организовывать так, чтобы воспитать у обучающихся потребность заниматься физическими упражнениями, развить самостоятельность.

Блок тренировочных заданий для проведения разминки.

Строевые упражнения на месте: команды «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Направо», «Налево».

Ходьба в колонне: с изменением направления, «Змейкой», на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, с захлестом голени, в полуприседе, в приседе, с выпадами, гусиным шагом, медленная- 1-2 мин.

Бег: с высоким подниманием бедра, с захлестом голени, приставным шагом, непрерывный бег 2-3 мин

Прыжки: на одной, на двух ногах, в приседе

Акробатика: кувырок вперед, кувырок назад, кувырок-страховка через правое, левое плечо, на спину, полет-кувырок, полет-кувырок через препятствие, переворот вперед через препятствие (с 7 лет), переворот вперед (с 7 лет), «колесо», страховка на грудь (с 8 лет).

Общеразвивающие упражнения: круговые движения кистями, в локтевых и плечевых суставах. Сгибание и разгибание пальцев. Одновременные, последовательные, попеременные, маховые, круговые движения руками.

Упражнения для мышц шеи. Стоя на переднем борцовском мосту покачивания, переход на задний борцовский мост.

Упражнения для мышц туловища. Наклоны вперед, назад, в стороны. Повороты налево, направо (выполнение с большой амплитудой и дополнительными пружинящими движениями).

Упражнение для мышц ног. Движения в голеностопных, коленных и тазобедренных суставах (сгибание, разгибание, круговые движения) из разных исходных положений. Приседания, прыжки на одной и двух ногах, выпады, пружинящие приседания в выпаде. Выполнение упражнений на месте, в движении.

Упражнения на координацию: согласованные движения руками, ногами, туловищем. Одновременные движения руками и ногами в различных направлениях и последовательности.

Упражнения на гибкость: стоя или сидя ноги врозь - наклоны (к правой, левой, вперед), «Лодочка», «Рыбка». Лежа на животе, руки в стороны - достать правой ногой левую руку и наоборот.

Упражнения с предметами: с гимнастической палкой. Маховые и круговые движения руками; наклоны и повороты туловища, держа палку в различных положениях; перенос ног через палку, со скакалкой. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу, в полуприседе и приседе, с поворотами. Бег с вращением скакалки, со скрещением рук. С набивным мячом (вес мяча до 1 кг - 5 лет). Движения прямыми руками, сгибание и разгибание рук. Наклоны, повороты, круговые движения туловища, удерживая мяч внизу, перед грудью, вверху, за головой, за спиной. Броски мяча партнеру двумя руками.

Методика обучения броскам

При обучении броскам следует уделять большое внимание подводящим упражнениям. А сами броски выполнять под счет преподавателя, пока у обучающегося не выработается определенный навык их исполнения.

Обучение подножкам

1. Пружинящие покачивания в выпаде
2. Выпад правой (левой) с поворотом туловища вперед.
3. Выпад правой вперед, с мячом над головой. Наклон, мяч к правой ноге. То же левой.
4. Выпады правой (левой) вперед.
5. Сбивание напарника на пятки, на носки, на одну ногу.
6. Заведение напарника до скрещивания его ног.
7. Бросок мяча на дальность из-за головы, из положения выпада правой (левой). Можно проводить как эстафету, игру, соревнование в парах.

Обучение выхватам.

1. Кувырок через правое (левое) плечо.
2. Заведение напарника до скрещивания его ног.
3. Стягивание напарника на атакуемую ногу.
4. Осаживание напарника на одну ногу, вызывая отставление другой ноги.
5. Прыжки на одной ноге с продвижением и на месте.
6. Игры: «перетяжки», «забегание за спину» (с захватом пояса, с

захватом ноги партнера), «Цапля» (попеременная или обоюдная).

Обучение броскам через бедро (спину).

1. И.п. стоя руки перед грудью, энергичные прыжки с поворотами таза (вправо, влево).
2. «Лезгинка» (быстрые повороты на месте и в движении без партнера).
3. Шаг вперед на носок - разворот на носке с приставлением второй ноги - наклон с касанием ладонями ковра.
4. Из стойки на коленях - стойка с наклоном.
5. Приседания, стоя спиной к стене с поворотом головы и таза и касанием плечами стены.
6. Игры: «Сбрось партнера», Сбросить партнера на спине вперед - вправо (вперед - влево).

Обучение зацепам.

1. Прыжки на одной ноге с круговыми движениями согнутой другой ноги
2. Сбивание на пятки на одну ногу.
3. Махи ногами из положения высокого партера.
4. Игры: «Петушиный бой», «Коснись ногой ноги противника»

Примерные комплексы круговой тренировки по ОФП и СФП.

ОФП

Комплекс №1

1. Запрыгивания на гимнастическую скамейку.
2. Вис на перекладине
3. «Лодочка»
4. Наклоны вперед из положения, лежа на спине.

Комплекс выполняется за два круга по 30 сек. на каждое упражнение.

Комплекс №2.

1. Канат: Лазанье - 3 м
2. Перекладина: Доставание ног - 10 раз
3. Гимнастическая скамейка: запрыгивания - 10 раз.
4. Гимнастическая стенка: И. п. стать спиной на расстоянии одного шага, взяться за рейку на уровне пояса хватом сверху. 1. Сгибая ноги, подать туловище вперед. 2. Разгибая ноги и последовательно подавая вперед колени, бедра и прогибаясь животом вперед, сильно прогнуться в грудной части и разогнуть ноги. 3. Касаясь стенки вначале плечами, затем спиной, принять и. п. Выполнять упражнение слитно, с максимальной амплитудой.

Комплекс выполняется за два круга.

Комплекс №3.

1. Прыжки на скакалке
 2. Подтягивание 5 раз- 7 лет, 10 раз- 8 лет.
 3. Мост 5 раз
 4. Доставание носками ног ковра за головой с мячом между ног
- Комплекс выполняется за два круга.

СФП

Комплекс №1.

1. «Забери мяч». Играют в парах. Задача: вырвать мяч из рук партнера.
2. «Цапля». Играют в парах. Оба держат в руке одну ногу партнера. Задача: Сбросить партнера на ковер.
3. «Кто сильнее». Сидя на пятках толкнуть партнера на спину и удерживать 10 сек.
4. «Наступи на ногу». Играют в парах. Руки за спину, играют на одном месте. Задача: Как можно больше раз наступить на ногу партнеру.

Комплекс выполняется в парах по 1 мин. на каждое упражнение. Комплекс выполняется за два круга с переменной партнеров.

Комплекс №2.

1. Бросок задняя подножка.
2. Бросок выхват за ногу.
3. Бросок через бедро

Комплекс выполняется за 1 круг. По 1 мин на каждый бросок

Подвижные игры

Подвижные игры – это эмоциональная деятельность, поэтому они представляют важное значение в развитии двигательной деятельности и воспитании обучающихся. Особенностью подвижных игр является роль движения в содержании игр (бег, прыжки, броски, передачи, сопротивление, пространственная ориентация и т.д.). Подвижные игры комплексно совершенствуют двигательные навыки и умения (быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость). При проведении игр и эстафет требуется их смена и строгая дозировка.

На этапе обучения обучающихся командным играм целесообразнее разбивать обучающихся не более чем на 2 - 3 команды. Водящего необходимо менять почаще, чтобы удовлетворить потребность обучающихся в активности.

Общая длительность игры должна быть небольшой, так как обучающиеся быстро утомляются. В играх с бегом, прыжками следует устраивать короткие перерывы. Игру с большой интенсивностью нужно включать в основную часть урока, после изучения какого-либо элемента или приема. А игры, требующие от играющих организованности, внимания лучше включать в подготовительную или заключительную части урока. Для обучающихся младшего школьного возраста необходимо вводить народные игры, в которых отразилась мудрость, фантазия и изобретательность народа. У каждого народа есть свои самобытные игры, состязания, которые не только обогащают содержание физического воспитания, но и способствуют воспитанию морально-волевых качеств, улучшают физическую подготовленность обучающихся.

Примеры подвижных игр: «Выталкивание из круга», «Перетягивание в парах», «Белые медведи», «Хвостики», «Гуси-гуси», «Медведь и пчелы», «Охотники и утки», «Пятнашки», «Кот и мыши», «Успей занять место», «К своим флажкам», «Два Мороза», «Команда быстроногих», «Петушинный бой», «День и ночь», «Тяни в круг», «Успей занять место» и др. Эстафеты линейные, встречные с предметами и без; в движении и на месте; из различных исходных положений; с остановками и поворотами; по звуковому или зрительному сигналу; с выполнениями различных заданных упражнений и др. Полоса препятствий.

Подвижные игры для обучающихся (описание)

1. «Паук и мухи»

Подготовка: В углу очерчивают круг диаметром 1-2 метра. Это паутинка (домик паука). Остальные обучающиеся – мухи размещаются по всему залу.

Описание игры: По команде преподавателя «мухи» - бегают и прыгают, а «паук» сидит в домике. По команде «паук»: все мухи замирают, а паук выходит и смотрит, кто из мух шевелится. Тех, кто двигается, он забирает к себе в паутину. По команде «мухи»: действие оживает, участники игры – мухи веселятся и играют.

Правила: Пойманные мухи выполняют задание руководителя, а потом сидят до смены «паука».

Длительность команды «паук» не должна превышать 10-15 сек., так как обучающиеся устают долго стоять в одной позе.

2. «Удержись на корточках».

Подготовка: Игра проводится в парах.

Описание игры: Сидя на корточках оба играющих выставляют руки вперед и упираются ладонями в ладони соперника. Прыгая на корточках и толкая руками, должны сбить соперника на спину.

Правила: Играющие не должны задерживать руками соперника и сгибать пальцы рук. Если кто-то из играющих опирается на руки - он считается проигравшим.

3. «Отними мяч»

Подготовка: Игра проводится в парах.

Описание игры: Оба игрока держат мяч на вытянутых вперед руках. По команде руководителя каждый из игроков должен забрать мяч из рук соперника.

Правила: Мяч начинать тянуть только после команды руководителя. Выигравшим считается тот игрок, кто отобрал мяч у соперника.

Варианты игры. Играть можно стоя на ногах, сидя на корточках или коленях. Мяч может находиться в руках до сигнала, в центре между игроками, у одного игрока.

4. «К своим флажкам»

Подготовка: Игроки строятся в несколько колонн. У командиров команд - по одному флажку разных цветов.

Описание: По команде руководителя: «Убежали!», все обучающиеся разбегаются в разные стороны, кроме командиров. По сигналу: «Все к своим флажкам!» обучающиеся быстро бегут к своему командиру и строятся в колонну.

Вариант игры: После сигнала руководителя «Убежали!» можно построить обучающихся в шеренгу спиной к командирам и дать им задание, пока командиры поменяются местами.

Правила: Игрокам нельзя поворачиваться к командирам до команды. Команда, построившаяся первой, получает выигрышное очко.

Игру можно проводить вместо разминки, давая обучающимся для задания гимнастические упражнения.

Командиров желательно ставить подальше друг от друга, чтобы обучающиеся не сталкивались при построении. Менять командиров чаще, чтобы все обучающиеся могли размяться.

5. «Пятнашки»

Подготовка: Играют в парах один игрок - «цапля».

Описание: Второй игрок берет за ногу партнера и поднимая его ногу, старается вынудить партнера упасть на ковер. «Цапля» должна остаться стоять на одной ноге, Один

игрок должен стать водителем части тела соперника (шея, локти, плечи, пояс, нога и т.д.). А второй игрок должен этому препятствовать.

Правила: Игроки должны стоять на месте и не бегать по ковру. Если первый игрок выполнил задание, они меняются ролями.

Вариант игры: «Коснись ногой ноги партнёра».

Каждый из играющих должен наступить на ногу. Руки держать за спиной. Желательно определить место для каждой пары игроков, чтобы они не бегали по всему ковру поворачиваться спиной к партнеру нельзя

Варианты: дотронуться с внешней или с внутренней стороны стопы.

6. «На прорыв»

Подготовка: Игроки делятся на две команды. Одна команда образует круг, взявшись за руки. Другая команда - внутри круга, разбившись по парам и взявшись в парах за руки.

Описание: По сигналу руководителя игроки в круге должны прорваться наружу, разорвав захват другой команды.

Правила: Разорвав захват у противника, наружу может выйти только та пара, которая его разорвала. Выигрывает та команда, которая быстрее вышла за круг.

7. «Рыбаки и рыбки»

Подготовка: Из числа игроков выбирают двух рыбаков. Остальные - «рыбки». Рыбаки берут друг друга за руки одной рукой.

Описание: «Рыбки» убегают от рыбаков по залу. Рыбаки должны догнать «рыбку», взявшись обеими руками за руки так, чтобы «рыбка» оказалась между рыбаками.

Правила: Пойманная «рыбка» выходит из игры и выполняет задание руководителя. Если рыбаки сцепили обе руки, «рыбка» не может освободиться от захвата. Руководителю желательно чаще сменять рыбаков или назначать две пары. А также необходимо следить за тем, чтобы игроки не сталкивались друг с другом.

Восстановительные мероприятия для всех спортивно оздоровительных групп

Дыхательная гимнастика

1. «Часики». « Встаньте, слегка расставив ноги и опустив руки. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносите «тик - так» (10 -12 раз).

2. «Насос». « Встаньте прямо, ноги вместе, руки вдоль туловища. Вдох, затем наклон туловища в сторону. Выдох. Руки скользят, при этом громко произносите «Ссссс!». Выпрямление – вдох, наклон в другую сторону с повторением звука» (5 -8 раз).

3. «Регулировщик». « Встаньте, ноги – на ширину плеч. Одну руку поднять вверх, другую отвести в сторону. Вдох носом, затем поменяйте положение с удлиненным вдох и произнесением звука «р-р-р-р-р». (5-6 раз).

2 блок. Программа развлекательной и оздоровительной работы «Радуга дружбы»

Досуговая деятельность — это процесс активного общения, удовлетворения потребности детей в контактах. В этот блок включены мероприятия по модулям и дням единых действий программы воспитательной работы.

В летний период ребята получают возможность не только углубить свои знания по техническому творчеству, но и отдохнуть, принять участие в различных развлекательно-познавательных мероприятиях. В нашей программе досуговая деятельность представлена

системой разнообразных форм, как традиционных, так и нетрадиционных: викторины, интеллектуальные марафоны, конкурсные программы, экскурсии, оздоровительные и развлекательно-познавательные мероприятия, мастер-классы и др. Основной упор сделан на патриотическое воспитание и приобщение детей к культурному наследию РФ. Каждый день в лагере имеет свою тематику согласно направлению воспитательной работы программы.

Механизмы реализации программы

1. Подготовительный этап (1.04.2026 г. – 16.05.2026 г.).

- работа по разработке программы профильной смены с планированием каждого дня смены;

- подбор методических и аудио-видео материалов по профилю;
- работа с кадрами: подбор, подготовка и обучение (повышение квалификации);
- индивидуальная работа с педагогами;
- корректировка содержания при необходимости;
- разработка сценарных планов общелагерных мероприятий;
- подготовка оборудования, инструментов и материалов, канцелярских принадлежностей по профилю;

- оформление документации лагеря.

2. Организационный этап (26.05.2026 г. – 28.05.2026 г.).

- организация регистрации детей;
- анкетирование участников смены;
- планирование внутриотрядной работы;
- планирование работы по дополнительному образованию и физкультурно-оздоровительной работе;

- оформление отрядных мест и отрядных уголков.

3. Основной этап (28.05.2025 г. – 21.06.2026 г.).

- реализация профильной программы по дополнительному образованию;
- реализация запланированных мероприятий;
- коллективно-творческая деятельность в отрядных и общелагерных мероприятиях;
- проведение промежуточной диагностики по видам деятельности;
- коррекция планов, форм и методов работы;

4. Итоговый период (22.06.2026-23.06.2026 г.)

- проведение мероприятий по подведению итогов по модулям;
- анкетирование участников смены;
- проведение награждения: индивидуальные и отрядные;
- педагогический анализ результатов работы в смене;
- мониторинг результативности программы.

5. Этап последствий – мониторинг результативности программы, подведение общих итогов и определение перспектив на будущее.

Система детского самоуправления

В основу детского самоуправления поставлен деятельностно-ориентированный подход, при котором вначале педагог определяет объём деятельности, который следует разделить с ребятами, и лишь затем формируется детское сообщество, способное реализовывать эту деятельность совместно со взрослыми.

Принципы детского самоуправления:

- добровольность;
- включённость в процесс самоуправления всех групп детей;
- приоритет развивающего начала для ребёнка;
- повсеместное присутствие (участие ребёнка в принятии всех решений, касающихся его, с учётом степени его социализации в коллективе, возрастных и психологических возможностей);
- доверие (предоставление детям большей свободы действий, увеличение зоны их ответственности);
- открытость, честность взрослых в общении с детьми и недопущение использования детей в качестве инструмента достижения собственных целей;
- ориентация на результат.

Для оптимизации процесса детского самоуправления в смене вводится систему чередования творческих поручений (далее – ЧТП), основанную на двух простых правилах: «от меньшего к большему» и «от простого к сложному». Система ЧТП строится на разделении отряда на микрогруппы для выполнения творческих заданий и поручений, благодаря которым каждый ребёнок сможет проявить свои способности в различных видах деятельности. Согласно игровой модели в начале смены ребята договариваются о том, как назвать отряд, что представлено на эмблеме их отряда, предлагают варианты того, что может быть включено в творческую визитку. Дальше в играх на сплочение ребята принимают ответственность за свои решения и за решения команды. Объединяясь в микрогруппы для решения общих задач, которые им предлагают (как творческие, так и рутинные поручения, которые реализуются на протяжении смены), в завершение смены ребята берут на себя посильные роли в организации общего праздника. Для решения задач, которые стоят перед ребятами, формируются микрогруппы по 3-5 человек. В процессе смены педагоги координируют формирование микрогрупп таким образом, чтобы каждый ребёнок попробовал себя в разных ролях.

Таким образом, детское самоуправление проявляется в деятельности микрогрупп, посильной самостоятельности в принятии решений, выполнении тех или иных поручений и сопровождается взрослыми на протяжении всей смены.

Система мотивации и стимулирования детей

Главной мотивацией участия детей в общелагерных мероприятиях выступают звездочки, которые отряд собирает на протяжении всей смены. По итогам смены эти звездочки подсчитываются, и выбирается отряд - победитель. За участие в отдельных конкурсах, соревнованиях, играх отряды могут получать дипломы и грамоты, а при необходимости и возможности – сладкие призы.

Индивидуальная система стимулирования участника смены введена на усмотрение педагога, работающего с отрядом. В качестве рекомендаций: ребёнка можно награждать индивидуально грамотами, дипломами, небольшими медалями за конкретные достижения.

Игровая модель программы

Вся деятельность разворачивается на территории ДД(Ю)Т – стане Спортландия, и все участники становятся жителями этой страны – спортландцами. Основная идея – открытие новой страны и заселение на ней, с целью подготовки к новым спортивным победам. Задача участников – совершенствование своих спортивных двигательных умений и навыков, воспитание физических качеств и связанных с ними знаний. Для этого в нашей стране созданы все условия. Ребята не только ежедневно тренируются, но и познают

окружающий мир, в том числе и спортивный. Им предоставляется возможность проявить не только свой спортивный талант, но и творческие, и интеллектуальные способности. По итогам смены, самые активные, целеустремлённые, творческие, умные получают титул почётного жителя планеты.

*Эмблема лагеря «Спортландии» -
Спортландец:*

Расшифровка эмблемы:

Голова – символизирует планету, особый мир спорта, спортивного развития.

Улыбка – символ дружбы.

Бейсболка жёлтого цвета – символ солнца, летнего отдыха.

Российский триколор на бейсболке – символизирует патриотичность жителей планеты, стремление к защите цветов российского флага на больших спортивных аренах.

Чёрный пояс – стремление достичь максимального мастерства в спорте.

Кубок – символ новых побед.

Голубь – символ мира, борьба только на спортивных аренах.

Олимпийские кольца – символ Олимпийских игр, мечта любого спортсмена, стремление к этой мечте.

Девиз:

Тренировки – путь к победе! Пусть исполнятся мечты!

Мы взойдём на пьедесталы олимпийской высоты!

Гимн:

Будет небесам жарко!

Сложат о героях песни.

В спорте надо жить ярко,

Надо побеждать честно!

Замерли вокруг люди,

Светятся экраны теле...

Верьте, что рекорд будет!

Знайте, мы близки к цели!

Припев:

Мы верим твёрдо в героев спорта.

Нам победа, как воздух, нужна...

Мы хотим всем рекордам

Наши звонкие дать имена!

Дерзкий путь наверх сложен,

Лидерам сегодня трудно...

Знаем: победить сможем,

Если совершим чудо!

Судьи будут к нам строги,

Но, в конце концов, поверьте,

Скажут нам, что мы – боги,



Скажут: «Молодцы-черти!»

Припев.

Шествуй на Олимп гордо,
К солнечной стремись награде
Ради красоты спорта,
Родины своей ради!
Надо побеждать честно,
Надо жить на свете ярко!
Сложат и о нас песни, –
Будет небесам жарко!

Припев.

Законы страны Спортландия:

Жителем планеты может быть учащийся спортивных объединений ДД(Ю)Т с 7 до 14 лет, признающий и соблюдающий её законы.

Житель планеты должен вести здоровый образ жизни, любить спорт, стремиться к новым спортивным победам.

Житель планеты должен соблюдать чистоту, любить свою планету.

Житель планеты должен поражать себя и других собственным талантом, выдумкой, фантазией, энтузиазмом.

Житель планеты не должен поражать себя и других злостью, жадностью, излишней прожорливостью и прочими пороками.

Житель планеты не должен позволять обижать себя и других и сам не должен обижать без причины.

Житель планеты должен жить по принципу: «Живи сам и давай жить другим!».

Законы нашей жизни:

Закон сплочённости. Мы с тобой одной крови – Ты и Я!

Закон времени. Для всего есть своё время: есть время для работы и время для забавы.

Закон будущего. Будущее нельзя предвидеть, но его можно изобрести. Стань автором своего будущего!

Закон счастья. Счастье достигается не удовольствиями, а верностью достойному делу.

Закон свободы. Истинная свобода, есть та, которая увязывает все частные интересы с интересом общим. Отстаивая свою свободу, не забывай о свободе другого человека.

Закон правды. Ложь – религия рабов и хозяев. Правда – бог свободного человека.

Закон талантливости. Помни: без труда талант – это фейерверк: на мгновение ослепляет, а потом ничего не остаётся.

Закон трудолюбия. Что назначено непременно исполнить – то исполняй, несмотря ни на что. Что исполняешь, исполняй хорошо.

Закон воспитанности. Воспитанный человек – это тот, кто хочет и умеет считаться с другими, это тот, кому собственная вежливость не только привычна и легка, но и приятна.

Закон уважения. Взаимное уважение возникает только тогда, когда проведены границы и к ним относятся с почтением. Соблюдай эти границы!

Закон добра. Чтобы поверить в добро, начни его делать.

Закон заботы. Способность слушать, наблюдать, способность делать выбор, способность делиться чем-либо с другими, выражать свою точку зрения, смеяться или развлекаться, быть терпеливым, предлагать советы, интересоваться другими людьми,

рисковать, отрицать равнодушие – вот некоторые из искусств, свойственных заботливому человеку.

Закон милосердия. Зло рождается как от отсутствия ума, так и от отсутствия сердца. Будь мудрым и милосердным! Милосердие – это сила, могущая защитить то, что беззащитно.

Закон ответственности. Незнание наших законов не освобождает от ответственности.

Награды планеты Олимпия.

По итогам смены – лучшие жители планеты получают титул «Почётного жителя планеты», символические удостоверения и памятные подарки.

Распорядок дня

8.30 – 8.35 Приём детей.

8.35 – 8.45 Зарядка.

8.45- 9.30 Завтрак.

9.40 – 12.15 Занятия по профилю.

12.25-13.10 Общелагерные мероприятия

13.20 – 14.05 Обед.

14.15-14.30 Рефлексия.

14.30 Уход домой.

Ресурсное обеспечение программы

Нормативно-правовое

Нормативно-правовые акты

Федеральные законы:

- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
- Федеральный закон Российской Федерации №124 от 24.07.1998 «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон Российской Федерации №273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон Российской Федерации №52 от 30.03.1999 «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Федеральный закон Российской Федерации №436 от 29.12.2010 «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»

Постановления Правительства:

- Постановление Правительства Российской Федерации №732 от 14.05.2021 Об утверждении требований к антитеррористической защищенности объектов (территорий), предназначенных для организации отдыха детей и их оздоровления, и формы паспорта безопасности объектов (территорий) стационарного типа, предназначенных для организации отдыха детей и их оздоровления
- Постановление Правительства РФ от 2 августа 2019 г. N 1006 "Об утверждении требований к антитеррористической защищенности объектов (территорий) Министерства просвещения Российской Федерации и объектов (территорий), относящихся к сфере деятельности Министерства просвещения Российской Федерации, и формы паспорта безопасности этих объектов (территорий)"
- Постановление Правительства РФ от 16 сентября 2020 г. N 1479 "Об утверждении Правил противопожарного режима в Российской Федерации»

Постановления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека:

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Приказы Минобрнауки России:

- Приказ Минобрнауки России № 656 от 13.07.2017 "Об утверждении примерных положений об организациях отдыха детей и их оздоровления";
- Приказ Минобрнауки России № 602 от 27.06.2017 "Об утверждении Порядка расследования и учета несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность";

Приказы Минпросвещения России:

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17.03.2025 № 209 "Об утверждении федеральной программы воспитательной работы для организаций отдыха детей и их оздоровления и календарного плана воспитательной работы"

Методические рекомендации:

- Дети с ОВЗ и специфика организации их отдыха и оздоровления: лучшие региональные практики: — М.: ФГБОУ ДО «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения», 2021;
- Методические рекомендации по проведению в организациях отдыха детей и их оздоровления инклюзивных смен для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов (08.11.2021 № АБ-45/06 вн).

Информационное письмо Министерства образования Республики Башкортостан от 17.06.2015г. №14-07/1-88 «Организаторам отдыха и оздоровления по обеспечению безопасности детей»

Закон Республики Башкортостан от 31.12.1999 г. №44 - Закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Республике Башкортостан».

Организационно-кадровое

№	Наименование должности	Кол-во единиц
1.	Начальник профильной смены	1
2.	Воспитатели	3
3.	Педагоги дополнительного образования (руководители профильных объединений)	4

Начальник лагеря определяет функциональные обязанности персонала, руководит всей работой лагеря и несет ответственность за состояние воспитательной, хозяйственной и финансовой работы, соблюдение распорядка дня, трудового законодательства, обеспечение здоровья и жизни воспитанников, планирует, организует и контролирует все направления деятельности лагеря, отвечает за качество и эффективность. Воспитатели проводят воспитательную работу, организуют активный отдых учащихся, несут ответственность за жизнь и здоровье воспитанников, следят за исполнением программы смены лагеря. Педагоги организуют образовательную деятельность и воспитательную работу, отвечают за жизнь и безопасность ее участников.

Начальник и педагогический коллектив отвечают за соблюдение правил техники безопасности, выполнение мероприятий по охране жизни и здоровья воспитанников во время участия в соревнованиях, массовых праздниках и других мероприятиях.

Обеспеченность кадрами лагеря производится из числа педагогов ДД(Ю)Т, имеющих высшую и первую квалификационную категорию и имеющих большой педагогический опыт, постоянно повышающих свою профессиональную квалификацию по своему профилю. Совместно с руководителем, работники лагеря участвуют:

- в совещаниях при директоре и зам. директоре ДД(Ю)Т по организации летнего отдыха учащихся;
- проходят инструктажи по технике безопасности и охране здоровья детей;
- проводят родительские собрания;

Руководитель лагеря ежегодно участвует в семинарах по вопросам организации профильных смен в лагерях с дневным пребыванием детей.

Информационно-методическое

Чтобы программа была реализована в полном объеме, создано её информационно – методическое обеспечение:

- разработана и собрана нормативно – правовая документация, регламентирующая деятельность лагеря;

- разработаны должностные инструкции и инструкции по ТБ, ППБ, правилам безопасности проведения массовых мероприятий, проведения экскурсий, организации выхода и транспортировки детей и т.д.;

- разработано программное и дидактическое обеспечение работы творческих мастерских и профильных объединений;

- разработана документация по работе лагеря - график работы персонала, режим дня, заявления и договора с родителями, подготовлены журналы инструктажей, табель посещаемости детьми лагеря;

- разработан план лагерной смены;

- оформлены и оснащены кабинеты профильных объединений необходимыми методическим материалами и оборудованием.

Для осведомления о деятельности лагеря создан уголок по обеспечению безопасности жизнедеятельности, который включает в себя:

- правила поведения в лагере;
- памятку для родителей;
- основные причины детского дорожно-транспортного травматизма;
- безопасные маршруты в лагерь и обратно домой;
- сигналы тревоги и действия при экстренной эвакуации из здания;
- опасность обращения с взрывоопасными предметами;
- действия на улице в экстремальной ситуации;
- оказание первой помощи и др.

Так же подробная информация о лагере представлена на сайте ДД(Ю)Т г. Ишимбай <https://ddyut.obr.site/> в разделе «Сведения об организации отдыха детей и их оздоровление» и в социальной сети ВКонтакте <https://vk.com/ddutishimbay>.

Материально- техническое обеспечение:

- ковер татами,
- гантели,
- гири,
- канат для перетягивания,
- маты гимнастические (поролоновые),
- набивные мячи (медицинболы),
- мячи: футбольные, баскетбольные, волейбольные,
- насос универсальный (для накачивания спортивных мячей),
- перекладина гимнастическая,
- скамейка гимнастическая,
- тренажеры,
- штанга тяжелоатлетическая,
- весы,
- секундомер,
- компьютер,
- стол, стулья,
- контрольно-измерительные, судейские и информационные средства.

Система диагностики и качества программы

Система диагностики результатов реализации программы

Система диагностики результатов программы состоит из мнения педагогов, непосредственно реализующих программу, детей-участников программы и мнения независимых взрослых.

Индикаторами диагностики программы являются:

- проявление ценностного отношения к Родине и Государственным символам РФ, семье, команде, познанию, здоровью;
- проявление ребёнком интереса к предлагаемой деятельности;
- приобретение ребёнком знаний и социального опыта;
- положительное эмоциональное состояние детей;
- позитивное взаимодействие в команде, коллективе.

Для оценки программы со стороны детей применяются методы игровой диагностики в конце каждого дня смены, так как они наиболее соответствуют особенностям развития детей младшего школьного возраста и показывают максимально точный результат – полученные ребёнком знания и опыт, их мнение, эмоции, реакцию и отношение к конкретной ситуации.

Для определения предметных результатов учащиеся в конце смены устраивают показательные соревнования с применением упрощенных правил. А также выполняют контрольные нормативы ОФП, которые сравнивают с начальными показателями. Чтобы определить уровень развития метапредметных и личностных результатов используются такие формы диагностики как наблюдение, анкетирование и тестирование.

Критерии оценки эффективности реализации программы

Для того чтобы программа заработала, в ДД(Ю)Т созданы такие условия, чтобы каждый участник процесса (взрослые и дети) нашел свое место, с удовольствием относился к обязанностям и поручениям, а также с радостью участвовал в предложенных мероприятиях. Для выполнения этих условий разработаны следующие критерии эффективности:

- Постановка реальных целей и планирование результатов программы в соответствии с физическими и возрастными особенностями каждого ребёнка (мониторинг физического развития и уровня подготовки).
- Заинтересованность педагогов и детей в реализации программы, благоприятный психологический климат (методики для определения эмоционального комфорта).
- Удовлетворенность детей и взрослых предложенными формами работы (тестирование, анкетирование) (Приложение 3).
- Творческое сотрудничество взрослых и детей (методики сплоченности коллектива).

Список используемой литературы и интернет-источники

1. Антропова М.В., Кузнецова Л.М., Параничева Т.М. – Режим для младшего школьника. – М.: Вентана – Графф, 2003. – 24 с.
2. Акбашев Т.Ф. – Первые шаги в «Педагогике жизни». Издательство ТОО «Вервия», г. Челябинск, 1995 г. – 89 с.
3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. – Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с.
4. Батечко С.А, Бирюков В.С., Арийчук Е.К., Дервянко Н.А. – Двенадцать шагов к здоровью с «Тяньши». Серия «Медицина для вас». Ростов н / Д: Феникс, 2003. – 480 с.
5. Борисова М.М. – Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. – метод. пособие / Марина Борисова. – Москва: Обруч, 2014. – 256 с.
6. Вавилова Е.Н. – Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2007. – 160 с.
7. Вареник Е.Н. – Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
8. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 Кн. для работников дошкол. учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленч. Сост. В. И. Теленчи. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.
9. Глазырина Л.Д. – Физическая культура – дошкольникам. Младший возраст: Пособие для педагогов дошкол. учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 272 с.
10. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 Кн. для работников дошкол. учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленч. Сост. В. И. Теленчи. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.
11. Официальный сайт МБОУ ДО ДД(Ю)Т г. Ишимбай <https://ddyut.obr.site/>
12. Официальный сайт МО РБ <https://education.bashkortostan.ru/>
13. Сайт МБОУ ДО ДДЮТ ВКонтакте <https://vk.com/ddutishimbay>.