

Государственное бюджетное учреждение Ненецкого автономного округа  
«Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»

ПРИКАЗ № 124-ОД

от 06.05.2022

г. Нарьян-Мар

**«Об утверждении дополнительных  
общеразвивающих программ  
летнего лагеря дневного  
пребывания детей и подростков при  
ГБУ НАО «Спортивная школа  
олимпийского резерва «Труд»**

Во исполнение распоряжения Департамента образования, культуры и спорта Ненецкого автономного округа от 25 марта 2022 года № 302-р «Об организации на территории Ненецкого автономного округа досуга и занятости, оздоровления и творческого развития детей и подростков в летний период 2022 года»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить дополнительные общеразвивающие программы летнего лагеря с дневным пребыванием детей при ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» по видам спорта: «Хоккей», «Фигурное катание» и «Чир спорт».
2. Терлецкому А.И., заместителю директора по спортивно-массовой работе разместить утвержденные программы на сайте учреждения.
3. Контроль за исполнением настоящего приказа возлагаю на заместителя директора по спортивно-массовой работе Терлецкого Александра Игоревича.

И.о. директора

И.П. Шевелев

УТВЕРЖДАЮ:  
И.о. директора ГБУ НАО  
«Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»



И.П. Шевелев

«06» мая 2022 года

**Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Фигурное катание» летнего лагеря дневного пребывания детей и подростков при ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»**  
**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 6,5 – 17 лет**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В дни летних каникул дети, отрываясь от монотонного тренировочного процесса, открывают мир и свое место в этом мире, осваивают пространство, пытаются узнать, что-то новое добровольно и всегда с удовольствием. При создании программы летнего лагеря дневного пребывания детей и подростков при ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» (Далее – Программа) учитывались следующие основания:

- 1) Программа помогает организовать правильный досуг детей и подростков, поддерживая интерес к занятиям физической культурой и спортом.
- 2) Программа способствует укреплению здоровья, развития физических качеств, обогащения знаниями и новыми впечатлениями не только в избранном, но и в других видах спорта.
- 3) Создаются большие возможности для организации неформального общения и новых знакомств.

Во время школьных каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, появляется возможность разнообразить тренировочный процесс.

*Актуальность программы* заключается в том, что появляется возможность ознакомить начинающих спортсменов со знаниями в области истории спорта, физической культуры и спорта, подготовить их к выполнению индивидуальных тренировочных планов в летний период июля и августа.

Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядочный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является развитие устойчивой потребности в тренировочном процессе и формирование потребности в здоровом образе жизни.

*Цель программы* – создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценный отдых, построение разнообразного тренировочного процесса, оздоровление детей, развитие физических качеств и двигательного потенциала.

*Задачи программы:*

- 1) Приобщение детей к систематическим занятиям физической культуры и спорта, формирование устойчивого интереса к здоровому образу жизни;
- 2) Реализация социального заказа общества, потребностей семьи, интересов и потребностей ребенка в сфере свободного времени через аспект физической культуры и спорта;
- 3) Организация содержательного досуга детей и подростков;
- 4) Формирование у детей и подростков навыков общения и толерантности;
- 5) Укрепление здоровья детей.

*Ожидаемые результаты:*

- 1) Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья;
- 2) Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности;
- 3) Получение обучающимися умений и навыков индивидуальной и коллективной, творческой и спортивной деятельности, социальной активности;
- 4) Развитие коммуникативных способностей и толерантности;
- 5) Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность;
- 6) Приобретение новых знаний и умений (разучивание новых технических элементов фигурного катания, обучение тактики и техники игры в футбол, волейбол, пионербол);
- 7) Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм;
- 8) Личностный и спортивный рост участников смены.

### **Информационная карта программы**

<b>Наименование</b>	«Фигурное катание» - дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Фигурное катание» летнего лагеря с дневным пребыванием детей и подростков при ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд».
<b>Тематика</b>	Сохранение и укрепление здоровья, увеличение функциональных возможностей организма и профилактика заболеваний через занятия фигурным катанием. Формирование интереса к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой и спортом.
<b>Наименование организации</b>	Государственное бюджетное учреждение Ненецкого автономного округа «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»

<b>Адрес организации</b>	166000, г. Нарьян-Мар, ул. им. С.Н.Калмыкова д. 6 «А»
<b>Телефон</b>	8(81853) 2-30-58
<b>Ф.И.О. руководителя организации</b>	Шевелев Игорь Павлович – исполняющий обязанности директора ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»
<b>Составитель программы</b>	Мамай Иван Михайлович – инструктор-методист ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»
<b>Концепция программы</b>	<p><b>Физическое воспитание:</b> организация оздоровления детей посредством занятий спортом, формирование культуры здоровья, развитие навыков гигиены, приобщение к здоровому образу жизни; вовлечение детей в активную спортивно-оздоровительную деятельность.</p> <p><b>Патриотическое воспитание:</b> Формирование основных понятий – «Родина», «государство», «малая Родина», «патриот», «служение Отечеству». Привитие любви к Родине, гордости за свою страну, семью. Развитие устойчивого интереса к историческому прошлому своей семьи, малой Родине и России, развитие чувства гордости за спортивные достижения именитых спортсменов.</p> <p><b>Художественно-эстетическое направление:</b> развитие творческой активности учащихся, способности образно и нестандартно мыслить и практически воспроизводить свой замысел.</p> <p>Содержательно-досуговое: тренировочные мероприятия, организация кружковой работы, зарядка под музыкальное сопровождение. Организация массовых мероприятий (праздники, игры, конкурсы, шоу-программы).</p>
<b>Цель программы</b>	Создание условий для сохранения и укрепления здоровья через занятия фигурным катанием, воспитание физических качеств и духовное развитие личности, ведущей здоровый образ жизни.
<b>Задачи программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить комплекс условий, способствующих сохранению и развитию физических качеств, укреплению здоровья детей и подростков в летний период.</li> <li>2. Создать условия для самореализации детей и подростков в различных видах деятельности посредством занятий фигурным катанием.</li> <li>3. Способствовать формированию потребности в занятиях физической культурой и спортом и здорового образа жизни.</li> <li>4. Развить нравственные качества личности на основе общечеловеческих ценностей.</li> <li>5. Создать положительный эмоциональный климат в детском коллективе.</li> </ol>
<b>Основные направления</b>	<p><b>Спортивно-оздоровительное:</b> организация оздоровления детей через занятия фигурным катанием.</p> <p><b>Содержательно-досуговое:</b> организация досуга обучающихся через участие и организацию физкультурно-спортивных мероприятий.</p>
<b>Ресурсная</b>	Для эффективной реализации программы на площадке

<b>обеспеченность</b>	созданы все условия, в том числе материально-техническая база: - Ледовая арена (со всем необходимым инвентарем); - Зал хореографии (со всем необходимым инвентарем); - Тренажерный зал (со всем необходимым инвентарем); - Зал настольного тенниса (со всем необходимым инвентарем); - Зал многофункциональной подготовки (со всем необходимым инвентарем).
-----------------------	--

### План мероприятий «Фигурное катание»

Дата	Название	Содержание
01.06.	«День знакомства»	Организационный день. Знакомство. Составление имиджа отрядов: девиз, название отряда, символика. Инструктажи по правилам поведения и технике безопасности. Тренировочные мероприятия.
02.06.	«Медицинский день»	Проведение антропометрии, измерение объема легких и мышечной силы кистей рук. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Тренировочные мероприятия.
03.06.	«День велосипедиста»	История создания велосипеда. Интересные факты о велосипеде. Мастер-класс по катанию на велосипеде. Тренировочные мероприятия.
06.06	«Пять основных физических качеств. Сила»	Упражнения на развитие силы. Тренировочные мероприятия. Мастер-класс по самообороне.
07.06.	«Поколение до интернета»	Подвижные игры на свежем воздухе: «12 палочек», «Тише едешь – дальше будешь», «Казачьи разбойники», «Городки», «Чин».
08.06.	«Огонь друг или враг?»	Беседа-инструктаж «Правила пожарной безопасности». Тренировочные мероприятия. Бассейн.
09.06.	«Пять основных физических качеств. Быстрота»	Упражнения на развитие быстроты. Легкоатлетические эстафеты. Тренировочные мероприятия.
10.06.	«История спорта»	По следам истории спорта. Выдающиеся спортсмены в мире. Тренировочные мероприятия. Поход в кинотеатр.
14.06.	«Я люблю тебя, Россия!»	День независимости России. Конкурс креативной фотографии «Я – есть Россия!»

			Тренировочные мероприятия.
15.06.	«Экватор» «Пять физических Гибкость»	основных качеств.	Комплексы упражнений на развитие гибкости. Тренировочные мероприятия. Мастер-класс «Развитие гибкости». Бассейн.
16.06.	«Найди друга»		Игры на взаимодействие между отрядами. Эстафеты на свежем воздухе. Тренировочные мероприятия.
17.06.	«Похищение флага»		Приключенческая игра «Похищение флага» Подвижные игры на свежем воздухе. Тренировочные мероприятия.
20.06.	«Расслабон»		Дыхательные упражнения для снятия напряжения. Польза расслабления.
21.06.	«Пять физических Ловкость»	основных качеств.	Комплексы упражнений на развитие ловкости. Координационные способности. Тесты на уровень развития ловкости. Тренировочные мероприятия.
22.06.	«День памяти и скорби»		Беседа об истории Великой отечественной войны 1941 – 1945 г.г. Тренировочные мероприятия. Бассейн.
23.06.	«Мир во всем мире!»		Конкурс рисунков на асфальте «Пусть всегда будет солнце!» Тренировочные мероприятия.
24.06.	«Пять физических Выносливость»	основных качеств.	Упражнения на развитие выносливости. Виды выносливости. Тренировочные мероприятия.
27.06.	«День семьи»		Беседа «Моя семья» Составления генеалогического древа семьи» Тренировочные мероприятия.
28.06.	«Путешествие спортландию»	в	Викторина «История спорта». Комплексы упражнений, укрепляющие мышцы стоп и мышцы ног. Тренировочные мероприятия.
29.06.	«Пять физических Выносливость»	основных качеств.	Упражнения на развитие выносливости. Проведение антропометрии, измерение объема легких и мышечной силы кистей рук. Тренировочные мероприятия.
30.06.	«Закрытие. итогах»	Подведение	Беседа «Чему мы научились?» Игра исполни желание соседа. Торжественное закрытие лагеря.