

СИСТЕМА КВАЛИФИКАЦИОННЫХ СТАНДАРТОВ ПАРАМЕТРОВ НАПРЯЖЁННОСТИ (ОБЪЁМЫ, ИНТЕНСИВНОСТЬ) НАГРУЗОК СРЕДСТВ ТРЕНИРОВКИ В ГОДОВЫХ ПРОГРАММАХ ТРЕНИРОВКИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ И ЛЫЖНИЦ-ГОНЩИЦ ОТ НОВИЧКА 10–11 ЛЕТ ДО МАСТЕРА СПОРТА 22–23 ГОДА (КОВЯЗИН В. М., ПОТАПОВ В. Н., СУББОТИН В. Я., 1997)

Мужчины, юниоры, юноши		Женщины, юниорки, девушки	
Тренировочная программа	Квалификация Возраст	Тренировочная программа	Квалификация Возраст
ступень объёма, степень		ступень объёма, степень	
1 <sup>1</sup>	мастер спорта 22–23 года		
2 <sup>2</sup>	мастер спорта 21–22 года	3 <sup>5</sup>	мастер спорта 21–22 года
3 <sup>3</sup>	к – м/с 19–20 лет	4 <sup>6</sup>	мастер спорта 19–20 лет
4 <sup>4</sup>	к – м/с 18 лет	5 <sup>7</sup>	к – м/с 18 лет
5 <sup>5</sup>	1 р. 17 лет	6 <sup>9</sup>	к – м/с 17 лет
6 <sup>7</sup>	1 р. 16 лет	7 <sup>11</sup>	1 р. 16 лет
7 <sup>9</sup>	2 р. 15 лет	8 <sup>13</sup>	1 р. 15 лет
8 <sup>11</sup>	2 р. 14 лет	9 <sup>15</sup>	2 р. 14 лет
9 <sup>13</sup>	3 р. 13 лет	10 <sup>17</sup>	3 р. 13 лет
10 <sup>17</sup>	1 юн. р. 12 лет	10 <sup>19</sup>	1 юн. р. 12 лет
11 <sup>20</sup>	2 юн. р. без разряда 10-11 лет	11 <sup>21</sup>	2 юн. р. без разряда 10-11 лет

Экспертиза дополнительной образовательной предпрофессиональной программы по видам спорта

Потапкина Г. В.

старший инструктор-методист тюменской ОСДЮСШОР

Дополнительные образовательные программы самостоятельно разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность на основании ст. 12 п. 5 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ.

С 1 июля 2015 года все спортивные школы должны перейти на реализацию программ нового поколения: дополнительные образовательные – общеразвивающие, предпрофессиональные и программы спортивной подготовки на основании письма Минспорта РФ от 22.07.2013г. № ВМ 03-09/4229.

Перед утверждением директором ДЮСШ разработанная программа должна пройти процедуру внутренней экспертизы группой лиц (экспертной группой), назначенной приказом директора ДЮСШ.

В помощь методической службе ДЮСШ по оценке дополнительной образовательной предпрофессиональной программы (экспертизе) и её допуску к утверждению предлагаем примерный протокол экспертизы программы (форма протокола размещена на сайте ОСДЮСШОР).

Протокол экспертизы составляется на каждую разработанную дополнительную образовательную предпрофессиональную программу по виду спорта.

В начале протокола указываются авторы, разработавшие программу, наименование учреждения, наименование программы и год создания. Комиссия проводит экспертизу программы по определённым показателям, фиксируя оценку в соответствующей графе: если

показатель отражён в программе, эксперт ставит знак плюс в графе «Соответствует», если такого показателя нет – минус в графе «Не соответствует».

Первым разделом экспертизы является техническое обследование программы, в которое входит оценка оформления титульного листа, эстетичности и структуры программы.

На титульном листе должны присутствовать:

- наименование образовательной организации, реализующей программу;
- гриф утверждения программы директором учреждения, печать, отметка согласования коллегиальным органом ДЮСШ (№, дата протокола педсовета, методсовета);
- наименование программы, наименование нормативного правового документа, на основании которого разработана программа;
- возраст детей, на которых рассчитана программа;
- срок реализации, ФИО разработчика (ов), должность, квалификационная категория, населённый пункт, год разработки.

Эстетичность оценивается по следующим показателям:

- программа выполнена в печатном варианте с соблюдением полей, страницы и заголовки разделов программы пронумерованы;
- в тексте используются цитаты, сделаны сноски на источники, каждая глава начинается с новой страницы;

- главы разделены на структурные единицы (разделы, параграфы);
- шрифт текста – Times New Roman, размер шрифта – 14, междустрочный интервал – 1,5, формат листа бумаги – А 4, ориентация страницы – книжная;
- в программе приводятся графики, таблицы, диаграммы, схемы, номер таблиц, их наименование указывается в тексте и непосредственно перед ними, также они представлены в приложении.

Структура программы – титульный лист, пояснительная записка, учебный план, методическая часть, система контроля и зачетные требования для проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, перечень информационного обеспечения, приложение.

Вторым разделом экспертизы программы является общая экспертиза содержания программы по следующим параметрам: соответствие приказу (положению) о проведении экспертизы, соответствие законодательным актам, нормативным правовым документам, актуальность, целостность, прогностичность, контролируемость, качество подачи материала.

Соответствие приказу (положению) о проведении экспертизы – соблюдение сроков предоставления программы на экспертизу, вид предоставления документов (печатный, электронный).

Программа должна быть разработана в соответствии с законодательными актами, нормативными правовыми документами, которые должны быть указаны в пояснительной записке, а именно: Федеральный закон от 29.12.2012 N73-ФЗ «Об образовании в РФ»; Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 N1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Федеральный закон от 04.12.2007 N2329-ФЗ «О физической культуре и спор-

те в РФ», приказ Минспорта РФ от 27.12.2013 N 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», письмо Минспорта РФ от 12.05.2014 N2BM-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в РФ», приказ Минспорта России от 12.09.2013 N 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам», федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, приказ Минздравсоцразвития РФ от 09.08.2010 N 2613Н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий», приказ Минспорта России от 12.09.2013 N 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта», письмо Минспорта России от 22.07.2013г. № ВМ 03-09/4229, приказ Минспорта России 636 от 16.08.2013 «Об утверждении порядка осуществления контроля за соблюдением организациями, осуществляющими спортивную подготовку, федеральных стандартов спортивной подготовки».

Актуальность определяется социальным заказом, ориентировкой на решение наиболее значимых проблем дополнительного образования в данный период времени. Новизна и отличительные особенности от ранее разработанных программ определяются отражением четкой структуры в соответствии со структурой программы спортивной подготовки и преемственностью содержания по отношению к программе спортивной подготовки, разработкой Программы на основе ФГТ (Федеральных государственных требований) по определенному виду или группе видов спорта.

Целостность программы – соответствие содержания программы основным требованиям нормативных документов, цели и задачам, методам достижения цели и задач, согласование результатов, ориентировке на возрастные и психофизиологические особенности детей, логической связи разделов программы между собой.

Приложения должны дополнять и раскрывать содержание программы.

Прогностичность – экспериментальная апробация программы, внесение изменений и необходимых коррективов, доработка текста, дополнение пакетами методических разработок, сборниками контрольных заданий, тестов, диагностических материалов, рекомендациями для детей, родителей, педагогов и т.д., а также отражение ожидаемых результатов и способов определения их результативности.

Контролируемость – раскрытие механизмов контроля за промежуточными и конечными результатами в соответствии с целями и задачами программы, формы подведения итогов по каждой теме, разделу программы.

Качество подачи материала – грамотное изложение материала, верная спортивная терминология, логика, последовательность, аргументированность, системность и научно-методическая обоснованность содержания. Стиль изложения должен быть ясен и понятен.

Третьим, самым важным разделом является экспертиза содержания структурных элементов программы: пояснительной записки, учебного плана, методической части, системы контроля и зачетных требований, перечня информационного обеспечения.

Содержание пояснительной записки – обоснование программы, соответствие законодательным актам, характеристика избранного вида спорта, отличительные особенности вида спорта, специфика организа-

ции обучения, новизна, актуальность, педагогическая целесообразность, цель и задачи, отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от ранее разработанных, противоречия, проблемы и пути их решения, принципы реализации программы, общее количество часов по программе, сроки реализации дополнительной образовательной программы (продолжительность образовательного (тренировочного процесса, этапы обучения), формы и режим занятий, структура системы многолетней подготовки (этапы, периоды), правила приема на обучение в ДЮСШ, минимальный возраст детей для зачисления на обучение и минимальное количество детей в группах, ожидаемые результаты, способы проверки ожидаемых результатов, формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

Учебный план оценивается по его обоснованию, раскрытию особенностей его составления, изменений по распределению учебного материала (в часах, этапах, циклах). Учебный план должен быть составлен с учетом нормативов ФГТ, учебно-тренировочная деятельность представлена на каждый год обучения с указанием задач, предполагаемых результатов.

Объем максимальной тренировочной нагрузки обучающихся (в соответствии с ФГТ) в пояснительной записке и таблицах (1 и 2) должен совпадать, соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах обучения по виду спорта соответствовать ФГТ, планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта быть разработаны в соответствии с ФГТ, представлено описание содержания таблиц.

Содержание методической части – содержание и методика работы по предметным областям, этапам (периодам) и годам обучения: теоретическая подготовка, общая физическая и специальная подготовка, техническая подготовка, тактическая и психологическая

Таблица 1

«ОБЪЕМ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И ВИДЫ ПОДГОТОВКИ» СОДЕРЖИТ ПРОЦЕНТНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПО ПРЕДМЕТНЫМ ОБЛАСТЯМ В СООТВЕТСТВИИ С НОРМАТИВАМИ ФГТ

Разделы программы обучения	Этапы и годы подготовки				Этап совершенствования спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		
	1 год	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	
Общая физическая подготовка (%)					
Специальная физическая подготовка (%)					
Техническая подготовка (избранный вид спорта) (%)					
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия (%)					
Технико-тактическая (интегральная) подготовка (%)					
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика (%)					

Таблица 2

«ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ СОДЕРЖИТ ПЕРЕЧЕНЬ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ С РАСПРЕДЕЛЕНИЕМ ЧАСОВ ПО ТЕМАМ В СООТВЕТСТВИИ С ФГТ

Разделы программы обучения	Этапы и годы подготовки				Этап совершенствования спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		
	1 год	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	
Общая физическая подготовка (час.)					
Специальная физическая подготовка (час.)					
Техническая подготовка (избранный вид спорта) (час.)					
Тактическая подготовка (час.)					
Теоретическая подготовка (час.)					
Психологическая подготовка (час.)					
Медико-восстановительные мероприятия (час.)					
Технико-тактическая (интегральная) подготовка (час.)					
Участие в соревнованиях (час.)					
Тренерская и судейская практика(час.)					
Итого часов:					

подготовка. Должны быть представлены направления: воспитательная, медико-профилактическая деятельность, работа с родителями, психолого-педагогическое сопровождение и др. Раскрыто краткое содержание тренировочных занятий по темам в соответствии с тематическим планом на каждый год обучения. отражены требования техники безопасности в процессе реализации программы, особенности организации тренировочного процесса по избранному виду спорта (может быть информация представлено в пояснительной записке).

Методические рекомендации по организации тренировочного процесса оцениваются как из опыта своей работы, так и из опыта других авторов.

- правила приёма (зачисления) в данную ДЮСШ;
- нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапы обучения (в соответствии с ФГТ);
- условия реализации программы;
- требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Система контроля и зачётные требования оцениваются по представленным комплексам контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы по этапам и годам обучения и методическим указаниям по организации промежуточной (после каждого этапа (периода) обучения) и итоговой (после освоения программы) аттестации обучающихся.

В этот раздел входит оценка мониторинга программы, технологии контроля за ЗУН (знаниями, умениями, навыками) обучающихся по каждому разделу перспективно-тематических планов по годам обучения: форм, методов контроля, наличие наименования технологии контроля (если имеется, указать название, автора методики). Наличие технологии отслеживания результатов (знаний, умений, навыков, личностных и коллективных изменений) в соответствии с поставленными

в образовательной программе целями и задачами: формы подведения итогов, методы, критерии оценки результатов по каждой теме и разделу.

Раскрытие форм проведения промежуточной и итоговой аттестации, определённых данной образовательной организацией. Оценку получают и представленные требования к результатам освоения программы, выполнение которых даёт основание для перевода обучающегося в дальнейшем на программу спортивной подготовки

Перечень информационного обеспечения – список литературы (не менее 10 источников), перечень аудиовизуальных средств с учётом специфики избранного вида спорта (дисциплины), перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в тренировочном процессе, список литературы по изучению данного курса, рекомендованного для детей и родителей. Оценивается и правильность составления списка использованной в работе литературы: порядковый номер, в алфавитном порядке – ФИО автора, название (заглавие), издательство, город, год издания.

Четвертый раздел: дополнительные элементы предпрофессиональной образовательной программы (приложения). Оценивается наличие приложений и соответствие основному содержанию программы.

В итоговом заключении эксперту следует выбрать одну из двух альтернативных позиций: «Дополнительная образовательная предпрофессиональная программа по (указать вид спорта) может быть рекомендована к утверждению» или «Дополнительную образовательную предпрофессиональную программу по (указать вид спорта) следует рекомендовать к доработке».

В конце протокола представляется перечень экспертов, с указанием их должностей, указывается дата составления протокола. Протокол подписывается экспертами и далее предоставляется по назначению при соответствующем заключении: педагогическому совету на утверждение, автору-разработчику – на доработку.

### Программа оздоровительного лагеря дневного пребывания детей «Олимпиец–2015»

(публикуется в сокращении)

**Головян Т. Н.**

инструктор-методист АУ ДОД ДЮСШ Уватского муниципального района

Приближается лето – пора отдыха детей. Летняя пора в жизни ребёнка – это период накопления сил, здоровья, новых знаний. Все дети без исключения ждут каникул, связывают с ними реализацию своих надежд и мечтаний, возможность найти новых друзей, познать ранее неизвестное, научиться интересному делу. В каникулы у детей появляется много свободного времени, поэтому надо помочь им рационально его использовать, вовлечь детей в полезные и интересные дела.

Проблема организации детского отдыха и оздоровления в летний период требует поиска новых форм организации летнего отдыха, способствующих сохранению и укреплению здоровья ребёнка.

Именно в лагере отдых детей уникален с точки зрения организации самостоятельной жизнедеятельности в свободное время. Лагерь – своеобразное творческое поле, где общими усилиями взрослых сотрудников лагеря и детей создаётся особый уклад жизни, при котором для каждого ребёнка открывается широкая возможность познания себя как личности, своих интересов и устремлений. Здесь дети могут получить дополнительные знания, поправить своё здоровье и просто отдохнуть.

Вопрос о приобщении подрастающего поколения к здоровому образу жизни всегда был актуальным, но в последнее время он стоит особенно остро. Число детей с различными заболеваниями ежегодно увеличивается. В том числе табакокурение, употребление ал-

когольных напитков, наркотиков также способствует снижению уровня здоровья среди школьников.

К сожалению, дети не всегда думают о своём здоровье. Мы, взрослые, обязаны помочь ребёнку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. «Здоровому каждый день – праздник», – гласит восточная мудрость.

Всестороннее развитие, спорт, здоровый образ жизни, правильно сбалансированное питание, дух творчества, активная жизненная позиция должны стать нормой для каждого ребёнка в нашей стране. Эти первоочередные и основополагающие составляющие должны быть в полной мере реализованы в условиях сравнительно краткосрочного пребывания ребёнка в лагере, когда после напряжённого учебного года необходимо восстановиться, набраться новых сил, а заодно научиться чему-то новому и интересному.

В связи с этим, спортивная школа считает необходимым организовать оздоровительный лагерь с дневным пребыванием для детей 6–15 лет.

Проведение лагеря для учащихся ДЮСШ обусловлено необходимостью:

- продолжения учебно-тренировочного процесса в условиях спортивно-оздоровительного лагеря;
- создания единого коллектива учащихся и педагогов ДЮСШ;
- повышения спортивного мастерства учащимися ДЮСШ;

- апробирования новых форм работы.

Тренеры-преподаватели ДЮСШ отмечают большую роль летнего оздоровления для спортивных результатов в следующем учебном году. Администрация спортивной школы проанализировала результаты летнего оздоровления 2014 г. и выявила следующее:

- отмечается рост спортивных результатов в новом учебном году;
- летнее оздоровление позволяет сделать тренировочный процесс непрерывным;
- дети получили положительную мотивацию для дальнейшего тренировочного процесса;
- дети окрепли физически;
- за лагерную смену рост и вес детей увеличился;
- учащиеся хорошо отдохнули, накопили сил для нового учебного года.

По итогам проведения летнего оздоровления в 2014 г. проведен мониторинг отслеживания результатов. На основании мониторинга реализации программы выявилось следующее:

- уровень общей физической подготовки учащихся стал выше на 15%;
- уровень специальной физической подготовки увеличился на 10%;
- уровень теоретической подготовки по видам спорта увеличился на 10%;
- сохранность контингента воспитанников лагеря на отделениях по видам спорта в течение 2014–2015 учебного года составляет 90%;
- снижение уровня простудных заболеваний детей на 8%;
- повышение уровня подготовленности воспитанников, выраженные в результатах участия в соревнованиях различного уровня в течение 2014–2015 учебного

года составляет 30%;

- уровень мотивации детей вырос на 50%. Большинство детей хотят посещать лагерь в следующем году.

В соответствии с данными показателями в программе уделено больше внимания общему оздоровлению учащихся, повышению уровня общей физической подготовки и специальной физической подготовки, развитию мотивации учащихся.

Программа разработана на основе «Методических рекомендаций по организации отдыха и оздоровления детей (в части создания авторских программ работы педагогических кадров). Приложение к письму Департамента дополнительного образования детей, воспитания и молодёжной политики Минобрнауки России от 26.10.2012 г. № 09-260.

Новизна и оригинальность программы заключается:

- в гармоничном сочетании спортивно-оздоровительной, творческо-познавательной и гражданско-патриотической деятельности учащихся посредством вовлечения детей в спортивно-игровую, творческую и интеллектуальную деятельность;
- в широком приобщении детей к спорту и здоровому образу жизни.

Данная программа предназначена для детей и подростков от 6–15 лет всех социальных групп (из социально незащищённых категорий – малообеспеченные, многодетные, неполные семьи), несовершеннолетние дети «группы особого внимания», дети сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей.

Программа имеет цель и задачи, в ней указаны принципы, на которые она опирается, описаны ожидаемые результаты, механизмы и условия реализации программы.

Программа по своей направленности является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оз-

доровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение двух лагерных смен. В лагере планируется организовать отдых 160 воспитанников. Продолжительность смены 15 дней. Формируя воспитательное пространство лагеря, в основу организации смены закладывается сюжетно-ролевая игра «Олимпийские игры», согласно которой все дети, посещающие лагерь, становятся олимпийцами – участниками Олимпиады.

Программа создана на основе предыдущей программы, уже реализованной коллективом. Программа отличается от предыдущей появлением более эффективных педагогических средств, технологий. Доработаны темы программы с учётом необходимых корректировок после проверки. Внесенные изменения не затраги-

вают концептуальных основ программы, они логически встроены в систему образовательной деятельности. Добавлены планы работы спортивных секций, кружков, разработки мероприятий, раскрыты более полно механизмы реализации программы, ресурсное обеспечение программы, науч-но-методический уровень разработки программы, техника безопасности.

Основные теоретические идеи и основания программы отражены в следующих понятиях и категориях:

Олимпизм – это жизненная философия, восхваляющая и объединяющая в единое целое достоинства тела, воли и разума. Соединяя спорт с культурой и воспитанием, олимпизм стремится к созданию такого образа жизни, в основе которого лежат радость, обретенная в усилии, воспитательная ценность хорошего примера и признание всеобщих фундаментальных этических принципов.



Здоровый образ жизни – это устойчивый стереотип поведения человека, направленный на сохранение и укрепление здоровья, продление жизни. Это поведение человека, которое отражает определённую жизненную позицию, направлено на сохранение и укрепление здоровья и основано на выполнении норм, правил и требований личной и общей гигиены.

Физическое воспитание – это вид воспитания, специфическим содержанием которого являются: обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях.

Физическая подготовка – результат использования физических упражнений, воплощённый в достигнутой работоспособности и в сформированных двигательных умениях и навыках, необходимых в определённой деятельности, либо способствующих её освоению. Различают общую физическую подготовку (ОФП) и специальную физическую подготовку (СФП).

Общая физическая подготовка направлена на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылок успеха в различных видах деятельности.

Специальная физическая подготовка – специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной двигательной деятельности (в конкретном виде спорта), предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям человека.

Спорт представляет собой соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также специфические отношения и достижения в сфере этой деятельности.

Характерной особенностью спорта является соревновательная деятельность, специфической формой которой являются соревнования, позволяющие выявлять, сравнивать и сопоставлять человеческие воз-

можности на основе чёткой регламентации действий соревнующихся, условий их выполнения и способов оценки достижений по установленным правилам в каждом виде спорта.

Специальная подготовка к соревновательной деятельности осуществляется в форме спортивной тренировки. Сюжетно-ролевая игра – это основной вид игры ребёнка дошкольного возраста и младшего школьного возраста. Её особенность состоит в том, что эта игра есть наиболее спонтанное проявление ребёнка и вместе с тем она строится на взаимодействии ребёнка со взрослыми. Ей присущи основные черты игры: эмоциональная насыщенность и увлечённость детей, самостоятельность, активность, творчество.

Креативность – творческие способности индивида, характеризующиеся готовностью к принятию и созданию новых идей.

Самореализация – раскрытие своих возможностей, осуществление своих желаний, знаний, умений и способностей.

Сотрудничество – это совместная работа нескольких человек, направленная на достижение общих целей. Работая в коллективе, человек вынужден думать не только о собственном благе, но и о благе тех, кто трудится рядом с ним. Следовательно, обучение в сотрудничестве создает условия для позитивного взаимодействия между учащимися в процессе достижения общей цели: каждый понимает, что он может добиться успеха только при условии, что и остальные члены группы достигнут своих целей.

История показывает, что только здоровый человек с хорошим самочувствием, психологической устойчивостью, высокой нравственностью способен активно жить, успешно преодолевая различные трудности и достигая успехов в любой деятельности.

По данным Научного центра здоровья детей Российской академии медицинских наук, количество здоро-

вых детей в России снизилось в три раза. Здоровыми можно назвать всего лишь десять процентов от общего количества учеников, а остальные 90 процентов имеют проблемы и отклонения в физическом, психологическом, нервном развитии. Учащиеся 1-х классов имеют худшие показатели готовности к обучению. Среди учащихся 2–3 классов выявлен стремительный рост функциональных нарушений сердечно-сосудистой системы, нервно-психических расстройств, нарушений костно-мышечной системы.

В структуре хронических болезней современных подростков первое место стали занимать болезни органов пищеварения, нервной системы, костно-мышечной системы.

Показатели, характеризующие физическую работоспособность и физическую подготовленность у современных подростков значительно (на 20–25% ниже, чем у их сверстников 80–90-х годов, вследствие чего около половины выпускников 11 классов мальчиков и до 75% девочек не в состоянии выполнять нормативы физической подготовленности.

Наиболее агрессивные факторы, которые на современном этапе значимо влияют на формирование здоровья школьников:

1) Высокий объём учебных и внеучебных нагрузок, интенсификация процесса обучения, а также дефицит времени для усвоения информации являются выраженными психотравмирующими факторами для школьника, что в сочетании с уменьшением продолжительности сна и прогулок, снижением физической активности оказывает стрессорное воздействие на развивающийся организм.

2) Существенным фактором, ухудшающим здоровье школьников является низкая двигательная активность. Дефицит двигательной активности уже в младших классах составляет 35–40%, а среди старшеклассников – 75–85%.

3) Недостаточная адекватность современной системы гигиенического обучения и воспитания по формированию у детей и подростков умений и навыков здорового образа жизни (ЗОЖ), сознательного и ответственного отношения к своему здоровью.

Среди детей и, особенно, подростков в современных условиях нашли широкое распространение деструктивные формы поведения: курение, алкоголь, наркотики, девиантные формы поведения (по материалам Научного центра здоровья детей РАМН).

Необходимо также учитывать, что на состояние здоровья влияет такой фактор, как социальная среда. Много детей живут в неполных, малоимущих семьях, некоторые из них в неблагополучных. Отсюда и скудное, нерациональное питание, ограниченные возможности в вопросах оздоровления детей. Поэтому родителей, тренеров-преподавателей волнуют вопросы воспитания здорового, физически крепкого ребёнка и развития в нём личностного потенциала. Основным средством для решения этих вопросов является физическое воспитание.

Физическое воспитание неотделимо от других видов воспитания. Органической основой их взаимосвязи является единство физического и духовного развития человека, а также закономерности организации всей социальной системы физического воспитания. Собственно, физическая культура и спорт выступают как мощное средство социального становления личности старших подростков, активного совершенствования индивидуальных, личностных качеств, а также двигательной сферы. Таким образом, физическая культура и спорт выступают важнейшим условием, а физическое воспитание – важнейшим средством разностороннего развития личности.

Основная идея программы – предоставление возможностей для раскрытия способностей ребёнка, повышения спортивного мастерства, создание условий для самореализации потенциала детей в результате

спортивно-оздоровительной, культурно-досуговой, образовательной деятельности и патриотического воспитания.

Концепция основана на следующих идеях:

- Идея развития личности в процессе деятельности (Бехтерев В., Блонский И., Выготский Л. С.).
- Идея совместной деятельности взрослых и детей в процессе воспитания (Сухомлинский В.).
- Идея формирования педагогической среды, способствующей самореализации личности (Талызина Н. Ф., Ясвин В. А.).
- Идея повышения эффективности дополнительного образования через развитие творческого потенциала учащихся (Щетинская А. И.).
- Идея опоры на базовые потребности ребёнка (Сухомлинский В., Амонашвили Ш.).

Учитывая всё вышесказанное, педагогический коллектив лагеря ставит перед собой следующие цель и задачи:

Цель программы: создание благоприятных условий для полноценного отдыха, оздоровления детей, развития их личностного потенциала, повышение спортивного мастерства учащихся во время летних каникул.

Задачи:

- создать условия для разностороннего гармоничного развития личности;
- укреплять здоровье детей через режим, питание, зарядку и спортивные соревнования на свежем воздухе;
- прививать интерес к здоровому образу жизни;
- организационно укреплять спортивное движение в детском оздоровительном лагере;
- формировать устойчивый интерес к занятиям физической культуры и спорта в условиях летнего отдыха;

- повышать мастерство спортсменов-разрядников, выявлять сильнейших спортсменов по различным видам спорта;
- пропагандировать и популяризировать различные виды спорта: лёгкую атлетику, футбол, баскетбол, волейбол и др.;
- воспитание морально-волевых качеств: дружбы, товарищества, ответственности, честности, силы воли, мужества, выносливости;
- осуществление профилактики асоциального поведения, наркомании, табакокурения.
- развитие инициативы, самостоятельности, творческих способностей ребёнка;
- воспитание умения сопереживать и работать в коллективе;
- расширение знаний об окружающем мире, родном крае, селе;
- воспитание патриотизма, любви к Родине, к родному краю, уважения к историческому прошлому страны.

В основе реализации программы лежат следующие принципы:

Здоровьеформирующее воспитание, как основа социального здоровья – ключевые аспекты программы «Олимпийские игры» базируются на стратегиях комплексной программы «Педагогика здоровья» и предполагают использование всего спектра педагогических технологий, направленных на духовное и физическое оздоровление детей и подростков и формирование стремления к здоровому образу жизни.

Принцип всестороннего развития личности вытекает из закономерности единства физических и психических свойств человека и требует взаимосвязи различных видов воспитания: умственного, физического, трудового, нравственного, эстетического и т.д. физическое воспитание способствует выработке у учащихся высоких морально-волевых качеств.

Принцип оздоровительной направленности. Физическое воспитание требует умелого использования закономерностей биологического развития организма, чередования нагрузки и отдыха, соблюдения правил личной гигиены и закаливания, единства врачебного и педагогического контроля за учащимися, профилактики и предупреждения заболеваний и травматизма.

История спорта, как часть истории страны – формирование чувства причастности к истории своей Родины является важным составляющим физического воспитания.

1. Принцип гуманизма: к каждому человеку относятся как к личности, способной выразить свои идеи, мысли, предложения.

Создание ситуации успеха в избранных ребёнком, подростком видах деятельности, поощрение достигнутого.

2. Принцип сотрудничества. Работа строится на отношениях партнерства, уважения, доверия.

3. Принцип индивидуального подхода. Учёт возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

4. Принцип активности. Развитие личности – активный процесс самостоятельного, творческого конструирования ребёнком или взрослым себя, самовоспитание и самосовершенствование.

В лагере проводится тематическая смена, которая получила название «Олимпийские игры». Она включает в себя:

- спортивные игры и тренировки;
- психологические занятия;
- коллективные экскурсии, лекции, беседы;
- интеллектуальные игры и конкурсы.

Программа рассчитана на летний период для лагеря с дневным пребыванием детей и проходит в игровой форме. Предполагаемый возраст 6–15 лет.

Смена пройдёт под девизом: «Мы хотим всем рекордам наши звонкие дать имена!»

