

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №76»

«УТВЕРЖДЕНО»

Педагогическим советом №__

Протокол от «__» _____ 2025 г.

Введено приказом от «__» _ 2025 г. №__

Директор МАОУ «Гимназия №76»

_____ Е.В.Плотникова

Программа

летнего спортивно-оздоровительного кружка

МАОУ «Гимназия 76»

«Маленькая страна»

Программа рассчитана на детей в возрасте 7-11 лет.

Срок реализации программы: с 26.05 по 26.06.2025 года.

Автор программы: Галиева А.Н. – начальник пришкольного лагеря,

Замалутдинова А.З. – руководитель кружка

Пояснительная записка

Физическая культура и спорт – обширное педагогическое пространство. На уникальные возможности спортивных занятий в воспитании цельной, разносторонней личности обращали внимание еще великие греки – философы Сократ, Платон, Аристотель и другие. В генетической программе каждого человека изначально заложен огромный запас прочности, однако известно, что сейчас здоровье российского населения, прежде всего молодежи, оставляет желать лучшего. Это связано с наличием постоянно углубляющегося противоречия между возросшими адаптивно-соматическими, психологическими и генетическими возможностями современного человека с одной стороны и резким уменьшением его двигательной активности как регулятора состояний и функций организма – с другой. Тем более возрастает значение физкультурных занятий в школе как важнейшей части всей программы оздоровления населения, укрепления здоровья, создания в детстве и юности надежной основы будущей долголетней и здоровой жизни.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности. Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение школьниками основами двигательной активности, слагаемыми которых является: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области здоровья и спорта, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Целью

данной программы является поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепление здоровья учащихся, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основных **задач**:

- ❖ укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию;
- ❖ обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- ❖ развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- ❖ приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- ❖ воспитание конкретности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- ❖ содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

План работы

26мая	27мая	28мая	29мая	30мая	2июня
Подвижные игры. Турнир по перестрелке.	«Быстрее, выше, сильнее!».	Конкурсы и викторины Национально-региональные игры.	«Молодетские забавы».	Турнир по пионерболу.	Спортивные игры.
3июня	4июня	5июня	9июня	10июня	11июня
«Малый сабантуй».	Игра «Остров сокровищ».	Весёлые эстафеты.	«Делай - как мы, делай - лучше нас!»	Стритбол. Волейбол. Футбол.	Бадминтон. Пионербол.
16июня	17 июня	18 июня	19 июня	20 июня	23 июня
Игры: «Рыбалка», «Водоносы».	День «Бегуна!»	«Наш весёлый звонкий мяч»	Бадминтон. Футбол. Пионербол.	«Весёлые старты».	Подвижные и спортивные игры.
24 июня	25июня	26июня			
Легкоатлетическая эстафета.	Развлекательная программа «Мы - весёлые ребята».	«Полоса препятствий».			