

Программа
учебно-тренировочных сборов по эстетической гимнастике во время работы
лагеря дневного пребывания»
«Юные гимнастки»

Автор составитель: Мукашова А.А.
Тренер-преподаватель

с. Алексеевка, 2020

Пояснительная записка

Лето - наилучшая пора для общения с природой, постоянная смена впечатлений. Это время, когда дети имеют возможность снять психологическое напряжение, накопившееся за год, внимательно посмотреть вокруг себя и увидеть, что удивительное рядом.

Целостное развитие личности возможно при гармоничном развитии духовного и физического здоровья, что даёт основу для социального здоровья, адаптации личности в обществе и формирования активной позиции. Именно в период детства и юности закладываются основы здоровья и личности человека, большая часть этого периода приходится на школьный возраст. Значит, на образование ложится ответственность не только за развитие и образование личности, но и за формирование культуры здоровья, здорового образа жизни, а в итоге – за формирование целостной личности с активным созидательным отношением к миру.

Данная программа направлена на физическое, духовное, культурное развитие обучающихся.

Цель программы:

Создание условий для организованного отдыха обучающихся в летний период, укрепление физического, психического и эмоционального здоровья детей, развитие творческих способностей детей.

Задачи программы:

1. Создание условий для организованного отдыха детей;
2. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления;
3. Формирование культурного поведения, санитарно-гигиенической культуры;
4. Создание благоприятных условий для укрепления здоровья детей, использование окружающей природы в качестве источника оздоровления ребёнка;
5. Организация среды, предоставляющей ребёнку возможность для самореализации на индивидуальном личностном потенциале;
6. Формирование у ребят навыков общения и толерантности.

Основное содержание программы

Летний лагерь дополнительного образования с дневным пребыванием работает по следующим направлениям:

Спортивно - оздоровительная работа.

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи:

1. Провести витаминизацию питания детей.
 2. Осуществлять соблюдение охранительного режима и правил техники безопасности
- Включает в себя использование современных методов оздоровления и средств массовой физической культуры, соблюдение режима дня и необходимого объёма двигательных упражнений, витаминизацию детей. Для оздоровления детей широко применяются методы оздоровления и лечебной физкультуры. Используются природные факторы: чистый воздух, лес. основополагающими идеями в работе с детьми в пришкольном

летнем лагере является сохранение и укрепление здоровья детей, поэтому в программу включены следующие мероприятия:

- ежедневная утренняя гимнастика различной тематики;
- спортивные игры;
- эстафеты и соревнования;
- спортивные праздники;
- ежедневный осмотр детей медицинским работником;
- принятие солнечных и воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере);
- организация пешеходных экскурсий в лес;
- организация здорового питания детей;
- организация спортивно-массовых мероприятий;
- подвижные спортивные игры.

Организация активного досуга.

Цель: организация содержательной досуговой деятельности детей, развитие эстетического вкуса и коммуникативной культуры.

Задачи:

1. Вовлечь как можно больше воспитанников в различные формы организации досуга.
2. Организовать деятельность творческих мастерских.

В основе лежит свободный выбор разнообразных общественно-значимых ролей и положений, создаются условия для духовного нравственного общения, идёт закрепление норм поведения и правил этикета, толерантности.

Досуговая деятельность – это процесс активного общения, удовлетворения потребностей детей в контактах. Творческой деятельности, интеллектуального и физического развития ребенка, формирования его характера. Организация досуговой деятельности детей – один из компонентов единого процесса жизнедеятельности ребенка в период пребывания его в лагере.

Формы работы:

- Игра;
- Конкурс;
- Викторина;
- Праздник;
- Турнир;
- Поход;
- Библиотечный час;
- Посещение фермы;
- Просмотр фильма;
- Чтение книги;
- Дискотека;
- Соревнование;

- Эстафеты;
- Трудовой десант;
- Занятия в кружках.

Организация досуговой деятельности в лагере строится на принципах:

- Добровольности включения ребенка в досуговую деятельность;
- Альтернативного проведения времени;
- Свободного времени;
- Совместного планирования досуговой деятельности;

Досуговая деятельность в условиях лагеря осуществляется на различных уровнях:

- Уровень целостного детского коллектива смены;
- Уровень отряда;
- Уровень организации досуга в группах по интересам;
- Уровень конкретного ребенка, который по тем или иным причинам не хочет участвовать в совместной деятельности.

Организация кружковой деятельности.

Важным направлением воспитательной работы в лагере является кружковая деятельность, объединяющая детей по интересам в малые группы. Организация кружковой деятельности лагеря носит вариативный характер, то есть в период смены работают постоянные кружки, для функционирования которых имеется обеспеченность педагогическими кадрами.

Цель: расширение кругозора, развитие познавательных интересов и творческих способностей детей.

Включает в себя развитие детей средствами совместного творчества, в процессе которого идёт закрепление норм поведения и правил этикета, знакомство с новыми предметами и явлениями, воспитание бережного отношения к природе, любви к труду. Создаются условия для реализации собственных интересов детей в наиболее целесообразном применении.

Организация кружковой деятельности в лагере включает ряд этапов:

- изучение интересов детей;
- презентация кружков на линейке в начале смены.
- ознакомление детей с режимом работы кружков;
- самоопределение детей и запись их в кружки;
- деятельность ребят в кружках;
- текущее отражение результатов деятельности детей;
- подведение итогов работы кружков в конце смены.

Организация трудовой деятельности.

Содержание деятельности детей в лагере определяется общими целями и задачами воспитания в условиях летнего отдыха. Труд позволяет ребенку вступать в разнообразные отношения с окружающим миром и оставаться при этом самим собой. В процессе формирования общетрудовых умений и навыков ребенок определяет свое место в жизни и ту систему отношений, в которых будет чувствовать себя значимым и востребованным.

Цель: подготовка детей к самоопределению и к осознанному выбору профессии, формирование трудовых умений и навыков, развитие через трудовую деятельность способностей ребенка.

Задачи:

1. Освоение социально – трудовых ролей
2. Развитие у детей волевых качеств, чувства долга и ответственности.
3. Воспитание уважения к членам коллектива, бережного отношения к результатам труда.
4. Формирование умений и навыков самообслуживания.

Работа по патриотическому воспитанию

Цель: формирование гармоничной личности, обладающей качествами гражданина-патриота своей Родины.

Формы:

- экскурсия по селу;
- беседа «Символика Российской Федерации»;
- дискуссия «Природа моего края»;
- спортивно-развлекательная программа с элементами ориентирования на местности «Следопыты»;
- конкурс рисунков «Чтобы не было войны!»
- «Армейские забавы», конкурсно-развлекательная программа
- экологический КВН

План «Юные гимнастки»
летнего спортивно-эстетического лагеря с дневным пребыванием детей

| Тематика дня | Содержание | Дата | Ответственные |
|---|---|-------------|----------------------|
| День 1. Вместе весело живётся | 1. Знакомство по отрядам (придумать эмблему, законы, девиз отряда). 2. Беседа «Я и мои друзья» 1. «От улыбки в небе радуга смеется» - игровая программа. 3. Изучение ожиданий от лагеря | 04.06 | Воспитатели |
| День 2. «Здесь начинается лето!» - открытие лагеря | 1. Флешмоб «ЮМ» 3. «Воробьиная дискотека» - конкурсы, соревнования 4. Учебная эвакуация по пожарной безопасности 5. Вокально-фольклорный кружок 6. Секция эстетической гимнастики | 05.06 | Воспитатели |
| День 3. «Поделись улыбкою своей» | 1. Спортивные соревнования по мини-футболу и пионерболу. 2. Рисование мелом на асфальте 3. День добра 4. Вокально-фольклорный кружок 5. Секция эстетической гимнастики | 06.06 | Воспитатели |
| День 4. «День Принцев и Принцесс» | 1. Конкурс «Принцы и Принцессы Страны Чудес». 2. Конкурсы-соревнования «Силачи» и «Попрыгунья» (армреслинг, прыжки через скакалку). Секция эстетической гимнастики | 07.06 | Воспитатели |
| День 5. «Сказка-ложь, да в ней намёк» | 1. Конкурс юных сказочников «Жили, были...» (сочиняем сказки сами) 2. Мы рисуем сказки . 3. Секция эстетической гимнастики | 08.06 | Воспитатели |
| День 6. «По следам бременских музыкантов» | 1. Поход на природу. 2. Весёлые старты. 3. Секция эстетической гимнастики | 09.06 | Воспитатели |
| День 7. «Юные экологи » | 1. Поучительно-игровая экскурсия «Войди в лес другом». 2. Экологический КВН 5. Психологические игры на проживание ситуации, взаимовыручки, познавательного интереса. 3. Секция эстетической гимнастики | 10.06 | Воспитатели |
| День 8. Хеллоуин | 1. Беседа о празднике «Хэллоуин» 2. Костюмированный бал 3. Секция эстетической гимнастики | 11.06 | Воспитатели |

| | | | |
|---|---|-------|-------------|
| День 9. «Мы- Россияне» | 2. «Будущие защитники России» - спортивные эстафеты по группам. 3. Конкурс рисунков на асфальте «Моя Россия!» 4. Оформление выставки «Село мое родное». 5. Беседа ко Дню России «Символика Российской Федерации» Секция эстетической гимнастики | 12.06 | Воспитатели |
| День 10. «Безумные затеи» | 1. Творческая мастерская «Там на неведомых дорожках» (изготовление поделок сказочных героев из пластилина, глины, природного материала). 2. Инсценировки сказок. 3. Секция эстетической гимнастики | 13.06 | Воспитатели |
| День 11. «Книга- лучший друг» | 1. Библиотечный час. 2. День наоборот 3. Секция эстетической гимнастики | 14.06 | Воспитатели |
| День 12. «Домашние животные » | 1. Викторина «Домашние животные», фотоконкурс «Дом. питомцы» 2. Конкурс на лучший рассказ о домашнем питомце. 4. Секция эстетической гимнастики | 15.06 | Воспитатели |
| День 13. «Волшебный перекресток» | 2. «Лабиринт» игра по ПДД. 3. Викторина «Дорожная азбука» 4. Секция эстетической гимнастики | 16.06 | Воспитатели |
| День 14. «Бал цветов» | 1. Бал цветов. 2. Мастерская Лета «Конфетный букет» - подарок другу своими руками 3. Фотоконкурс «Кэрэ сибэкки» 4. Секция эстетической гимнастики | 17.06 | Воспитатели |
| День 15. “Кино, кино, кино” | 1. Круглый стол «Дорожите детством». 2. Игра по станциям. 3. Ералаш 3. Секция эстетической гимнастики | 18.06 | Воспитатели |
| День 16. «Зов джунглей» | 1. Спортивная игра «Зов джунглей». 2. Игра «Зоологические забеги». 3. Секция эстетической гимнастики | 19.06 | Воспитатели |
| День 17. «В парикмахерс кой у Феи» | 1. Конкурс сказочных парикмахеров. 2. Творческая мастерская «Чудо своими руками» 3. Секция эстетической гимнастики | 20.06 | Воспитатели |

| | | | |
|---|---|-------|----------------------------------|
| День 18. «Быстрее, выше, сильнее» | 1. Спортивные эстафеты. 2. Праздник народных спортивных игр «Быстрее, выше, сильнее!» 3. Секция эстетической гимнастики | 21.06 | Воспитатели |
| День 19. День Памяти | 1. Литературно-музыкальная композиция «Помним всех поименно» 2. Смотр военного фильма. 3. Секция эстетической гимнастики | 22.06 | Воспитатели Общ. Ветеранов |
| День 20 «Подводим итоги» | 1. Конкурс рис. «Мой лучший день в лагере» 2. Подготовка к закрытию сезона 3. Секция эстетической гимнастики | 23.06 | Воспитатели |
| День 21. Закрытие лагеря. Шоу «Сказочная страна» | 1. «Сказочная страна» праздничная программа. 2. «Напиши мне письмо» - заполнение дневника лагеря. 3. Итоговая линейка, подведение итогов, презентации клипа, ералаша, награждение активных участников | 24.06 | Воспитатели |