Авторы программы:
Карпенко Вячеслав Сергеевич
заместитель директора по УВР МАОУ ДОД СОЛ КД «Березка»

Белая Елена Александровна
к.п.н., научный руководитель МАОУ ДОД СОЛ КД «Березка»

Бондаренко Константин Евгеньевич
инструктор по ФК МАОУ ДОД СОЛ КД «Березка»

«ГТО: из прошлого в будущее»

(проект по развитию спортивно-оздоровительной деятельности в условиях лагеря МАОУ ДОД СОЛ КД «Березка»)

В настоящее время воспитание здоровой и физически развитой личности является одной из приоритетных задач нашего государства. Для её решения необходимо обеспечить круглогодичное включение детей и подростков в спортивно-оздоровительную деятельность, в практику формирования здорового образа жизни. Детские оздоровительные лагеря, являясь неотъемлемой частью воспитательной системы, обладают большим потенциалом для организации регулярных физкультурных мероприятий различного уровня, для продвижения ценностей здорового образа жизни среди детей и взрослых. Поэтому в СОЛ КД «Берёзка» разработана программа по развитию спортивно-оздоровительной работы, направленная на улучшение физических показателей каждого отдыхающего ребёнка в течение смены.

Учитывая, что физическое совершенствование детей в рамках смены более эффективно при достижении актуальной цели, в основе программы лежат нормы ГТО, указ о возвращении которых Президент РФ В.В. Путин подписал весной 2014 года. Стремление к выполнению норм ГТО должно стать хорошей мотивацией для участия в различных видах спортивной деятельности, систематических физических занятиях, мероприятиях, направленных на продвижение здорового образа жизни. Кроме того, физическое воспитание детей и подростков на основе норм ГТО можно рассматривать и как эффективное средство формирования активной гражданской позиции и патриотического отношения к Родине.

Цель проекта: создание условий для улучшения показателей здоровья и физического совершенствования детей различных групп здоровья в течение смены.

Задачи: 1) разработать программу спортивно-оздоровительных мероприятий, обеспечивающих оптимальную нагрузку для детей различных групп здоровья, и систему поощрений всех участников;

2) подготовить информационные материалы для детей различных возрастов по истории ГТО и современных программах спортивно-оздоровительной деятельности;

3) организовать систематическую работу по включению детей в спортивно-оздоровительную деятельность и пропаганду здорового образа жизни;

4) обеспечить наглядность индивидуальных и групповых достижений участников спортивно-оздоровительных мероприятий.

Проект реализуется в четыре этапа. На первом этапе – подготовительном – была изучена история вопроса, рассмотрены современные программы спортивно-оздоровительной работы с детьми различных возрастов и групп здоровья, направленные на физическое совершенствование и оздоровление. Были разработаны примерные спортивные нормативы, а так же программа спортивно-оздоровительных мероприятий, организуемых в течение смены. Также на первом этапе была отобрана информация для информирования детей различных возрастов об истории ГТО и современных подходах к

совершенствованию физического здоровья на всех возрастных этапах: от младшего школьного до юношеского.

На втором этапе – формирующем – в отрядах были проведены выборы ответственных за спортивно-оздоровительную работу, продуманы возможные акции и проекты по ЗОЖ, которые могут быть реализованы отрядом в течение смены. Для мотивации детей была проведена торжественная линейка с приглашением олимпийских чемпионов Анны Богалий и Евгения Подгорного, на которой каждому отряду были выданы примерные спортивные нормы, соответствующие возрасту детей, а также сетка основных спортивно-оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований. В целом второй этап был направлен на включение детей в спортивно-оздоровительную деятельность и их мотивацию к повышению показателей физического здоровья.

Третий этап – основной – предполагает систематическое проведение спортивно-оздоровительных мероприятий различного содержания, а также проведение отрядами акций и социальных проектов по ЗОЖ. В течение смены дети работают над улучшением индивидуальных показателей и спортивных достижений, а в заключительный период проводятся спортивные соревнования, позволяющие выявить наибольшие индивидуальные и групповые (отрядные) достижения.

Четвёртый этап – оценочно-рефлексивный – направлен на подведение итогов спортивно-оздоровительной работы в течение смены как для детей, так и для вожатых. На данном этапе планируется закрепить у детей мотивацию к дальнейшим систематическим занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью и поддержанию ценностей здорового образа жизни за пределами лагеря. Для вожатых на данном этапе необходимо дать оценку полученным результатам и обобщить опыт работы с детьми в рамках данного проекта.

Результатами проекта выступают:

1) Наличие у детей устойчивой мотивации к систематическим занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью с целью оздоровления и физического совершенствования.

2) Разработка и реализация каждым отрядом в течение смены проектов по ЗОЖ, закрепляющих его ценности среди детей разных возрастов.

3) Создание информационной базы для детей по истории ГТО, современным программам спортивно-оздоровительной работы и ЗОЖ.

4) Апробация программы спортивно-оздоровительной работы с детьми различных возрастов и групп здоровья, направленной на физическое совершенствование и оздоровление в условиях лагеря, обобщение полученного опыта и его методическое оформление.