*Раздел «Спортивно-оздоровительная деятельность»*

*Продолжаем работать по данному разделу*

**Уважаемые слушатели курсов «Вожатый»!**

Вам необходимо изучить вопросы и выполнить задания по разделу «Спортивно-оздоровительная деятельность».

Выполненные задания прислать на электронную почту

преподавателю Иваницкой Н.В.

[nata22.2018@yandex.ru](mailto:nata22.2018@yandex.ru)

Контактный телефон: 8-919-222-96-83

*Изучить темы 4,5,6.*

**Тема 4. Организация секционной работы в оздоровительном лагере**

В системе физкультурно-оздоровительной работы в условиях оздоровительного лагеря формы оздоровительной и спортивной секционной работы являются частью системы физического воспитания и не должны быть раз и навсегда предложенными и принятыми к проведению. Они видоизменяются в зависимости от стоящих на определенном этапе развития воспитательной системы лагеря педагогических задач в области физического воспитания и их востребованности детьми. А также дополняются современными технологиями общей физической подготовки (ОФП) и оздоровления. Дети любят заниматься в спортивных секциях. В детском оздоровительном лагере инструктор по физической культуре и спорту создает условия для проведения секционной работы, а именно: оптимальный режим дня для занятий спортом и спортивную многофункциональную базу и привлекает дополнительные подготовленные кадры. Запись в оздоровительные и спортивные секции необходимо вести с учетом функционального состояния, физического развития и физической подготовленности воспитанников. Для содействия укреплению здоровья воспитанников лагеря занятия в секциях необходимо проводить с использованием специального спортивного оборудования, которое должно соответствовать всем необходимым санитарно-гигиеническим требованиям. Оценку эффективности деятельности занимающихся необходимо осуществлять как по качественным (степени владения программным материалом физкультурно-оздоровительной деятельности), так и количественным показателям (сдвиги в физической подготовленности). Инструктор по физической культуре детского оздоровительного лагеря, ведущий оздоровительную или спортивную секцию, должен вести:

\* учет посещаемости в учебной документации (журнал посещения или лист учета), где указан списочный состав группы, возраст, отряд, подпись воспитанника о прохождении инструктажа по технике безопасности;

\* протоколы тестирования физической и технико-тактической подготовленности воспитанников в секции;

\* аттестационные листы сдачи нормативов (по необходимости). Физкультурное образование в оздоровительном лагере осуществляется через систему занятий в оздоровительных и спортивных секциях. Занятия должны иметь ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют содержание занятий, выбор методов и средств обучения и воспитания, способы организации занимающихся. На каждом занятии инструктор по спорту решает комплекс взаимосвязанных задач: образовательных, оздоровительных и воспитательных. Оздоровительные и воспитательные задачи проходят через весь процесс физического воспитания и решаются на каждом занятии. Задачами физического воспитания на секционных занятиях в детском оздоровительном лагере могут быть следующие: содействие гармоничному физическому развитию ребенка, закрепление навыков правильной осанки и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды; воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни; формирование знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на основные системы организма, представлений о приемах самоконтроля; формирование правил поведения и соблюдения техники безопасности во время занятий, оказание первой медицинской помощи при травмах; расширение досуга детей и приобретение новых знаний, умений и навыков на занятиях в выбранном виде спорта (системы упражнений); углубленное представление о выбранном виде спорта, соревнованиях, лучших спортсменах, инвентаре; развитие качеств личности: волевых, нравственных, этических, дисциплинированности и др. развитие координационных качеств (ориентация в пространстве, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движения); развитие кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости); воспитание привычки к самостоятельным занятиям по избранному виду спорта (системе упражнений) в свободное время.

Инструктор по физической культуре самостоятельно определяет содержание учебного материала, методы и средства обучения, оздоровления и воспитания, способы организации занятий в соответствии:

\* с задачами занятий в оздоровительных и спортивных секциях;

\* возрастными особенностями контингента занимающихся;

\* дифференцированием занимающихся на медицинские группы;

\* материальными и организационными условиями проведения занятий. Обучение воспитанников двигательным навыкам по выбранным видам должно опираться на приобретенных в школе умениях. Высокое качество этого процесса обеспечивается за счет умелого применения подводящих и подготовительных упражнений, раздельного и целостного методов обучения, интенсивных методов обучения и развития двигательных способностей, что очень важно для кратковременного пребывания детей в лагере. Но инструктор должен учитывать то, что лагерь в первую очередь является оздоровительным учреждением, и интенсификация методов должна быть обоснована с медицинской точки зрения.

**Тема 5. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий в оздоровительном лагере**

В первые три дня пребывания детей в оздоровительном лагере инструктор физической культуры и спорта совместно с вожатыми и воспитателями отрядов определяет, каковы спортивные интересы у воспитанников, насколько физически они подготовлены, какие они знают спортивные и подвижные игры. С этой целью в каждом отряде проводится спортивное занятие, в которое включают упражнения в беге на короткие дистанции, прыжки в длину, метание маленького мяча в цель и одну-две игры с большими и маленькими мячами. В соответствии с физической подготовленностью и возрастом ребят уточняются программы занятий физкультурой и план лагерных соревнований. План соревнований составляется в зависимости от сроков пребывания детей в лагере. Наиболее интересные соревнования включаются в программу физкультурного общелагерного праздника, проводимого в последние дни пребывания детей в лагере. На этом празднике рекомендуется провести: соревнования в эстафетном беге, соревнования лучших метателей и прыгунов отрядов, встречи лучших отрядных команд по спортивным играм. Соревнования представляют собой различные по характеру деятельности, масштабу, целям специально организованные мероприятия, участники которых в ходе неантагонистического соперничества в строго регламентированных условиях борются за первенство, достижение определенного результата, сравнивают свой уровень подготовленности в каком-либо виде спорта, спортивной дисциплине. Средствами организационно-педагогической регламентации спортивных соревнований являются: единый календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, положение о спортивном соревновании, правила спортивных соревнований, сценарии и др. Результаты соревнований могут быть представлены в сводной таблице.

**Тема 6. Методические принципы подготовки и проведения спортивных мероприятий**

Для проведения любого спортивного мероприятия заранее детально продумывается ряд моментов, которые можно расположить по пунктам последовательно по определенной логической системе. Такой документ называется положением. Безусловно, не для всех мероприятий оно составляется в письменном виде. Но подготовка пусть самого простого мероприятия должна вестись именно по всем его пунктам, уяснение которых помогает организатору провести его на должном уровне. И, наоборот, при легкомысленном, пренебрежительном отношении к такой подготовке мероприятие может быть сорвано, не будет достигнута цель. Крупные мероприятия требуют того, чтобы положение было составлено заблаговременно и сообщено отрядным вожатым и пионерскому активу.

Цели и задачи. Прежде всего, необходимо уяснить, с какой целью проводится мероприятие, какие задачи ставятся перед ним, например: подведение итогов, выявление сильнейших спортсменов и команд, приобретение навыков участия в соревнованиях и др.

Место и время. Точно определяется, где и когда мероприятие проводится. Время проведения должно соответствовать времени, указанному в календарном плане.

Руководство. Вопрос о том, кто организует мероприятие в отряде, заранее решен. Подготовка и непосредственное проведение спортивно-массовых мероприятий в отрядах осуществляются вожатым отряда, а в масштабе лагеря - инструктором по физической культуре. Инструктор по физической культуре обязан оказывать отрядным вожатым помощь в организации мероприятий, контролировать их проведение. Только убедившись, что вожатый с его активом полностью готовы, разрешать им проведение мероприятия.

Участники. Кто участвует в соревнованиях? Все ли ребята или команды от каждого звена? Нужно учесть возраст и пол. Допуск ребят к соревнованиям согласовывается с врачом.

Программа. Перед проведением того или иного мероприятия необходимо тщательно продумать упражнения, длину дистанции и т.д., перечень других требований, которые организаторы собираются включить. Результаты будут зависеть от целей и задач данного мероприятия. К примеру, будет иметь значение, в какое время смены оно проводится: в начале или ближе к ее завершению, когда ребята получили уже должную подготовку для участия в более сложных и трудных соревнованиях. Нет смысла проводить товарищеские встречи, пока не выяснены силы участников, не скомплектованы команды.

Условия зачета и определение победителей. Это один из главных разделов положения. Здесь требуется с предельной ясностью оговорить все моменты, позволяющие выявить победителей и последующие места в личном и командном первенствах. В зависимости от программы и характера соревнований определяются и условия зачета. По характеру зачета спортивные соревнования бывают личные, командные и лично-командные. Личные соревнования - это такие, в которых выявляются личные результаты участников и по ним определяются занятые места. Например:

а) по показанным результатам по легкой атлетике, по плаванию; б) по одержанным победам в городках, по настольному теннису, шахматам и т.д.; в) по количеству набранных баллов или очков в конкурсах на лучшее выполнение вольных упражнений, пирамид, упражнений на снарядах.

В командных соревнованиях выявляются только места команд и коллективов. Например, каждому звену, отряду лагеря или их командам место выводится:

а) по сумме очков, полученных зачетным количеством участников (по

таблице оценки результатов);

б) по сумме результатов, показанных зачетными участниками;

в) по сумме мест зачетного количества участников;

г) по сумме результатов или очков участников, занявших определенные места.

При организации таких соревнований заранее оговаривается, какое количество результатов от каждого звена (отряда, лагеря) идет в зачет. К числу командных соревнований относятся типично командные спортивные и подвижные игры: волейбол, ручной мяч, футбол, баскетбол, пионербол и др. Однако соревнования по любому виду можно провести как командные. К лично-командным соревнованиям относятся такие, в которых выявляются как личные места, т.е. каждого участника (и соответственно их результатам выводятся места), так и командные, где по сумме очков (результатов, мест) выводятся соответствующие места звеньев (отрядов, лагерей). Закон соревнований - это создание одинаковых условий для всех участников. Говоря об условиях зачета, следует обязательно помнить об этом. Например, в 1-м звене собрались старшие по возрасту ребята, и, конечно, результаты в любом спортивном состязании заведомо предрешены в пользу этого звена. Или в звеньях неодинаковое количество мальчиков и девочек. Ясно, что преимущество будет у звена, где больше мальчиков. А в общелагерном масштабе, когда спортивные мероприятия проводятся между отрядами или командами отрядов, такие моменты различия возраста и пола, а значит, различия физического развития, встречаются постоянно. Во всех случаях нужно продумать зачет так, чтобы личные и командные результаты были оценены объективно. В спортивно-массовых мероприятиях желательно делить детей на следующие возрастные группы: 1) 8-9 лет; 2) 10-11 лет; 3) 12-13 лет; 4) 14-16 лет. Отряды и группы создаются по возрастному принципу, иногда не совпадающему с указанным. Например, в одном отряде дети 11-12 лет, в другом - дети 13-14 лет. Это обстоятельство не может быть препятствием для подведения командных итогов в отрядных мероприятиях. В общелагерных (общешкольных) мероприятиях, особенно в командных, учет результатов детей производится по установленным возрастным группам.

Награждение. Каждую победу не следует оставлять без внимания, имея в виду, что в условиях лагеря проводится большое количество соревнований в звеньях, отрядах и между отрядами. Подведение итогов и награждение - это важный воспитывающий момент. Надо продумать детально, кого и как наградить, в каком месте и кто награждает. Кроме того, когда награждение производится несвоевременно, теряется целостность того или иного мероприятия, а иногда и смысл, так как на повестке дня уже будут стоять другие мероприятия. Вот почему, обдумывая ход проведения соревнований, нужно придать большое значение и ведению протоколов.

Хорошая организация учета и обработка результатов соревнований позволяет своевременно подвести итоги, довести их до сведения участников и зрителей. Положение о спортивном мероприятии обязан знать каждый его участник. К участникам соревнований предъявляются и такие требования: знать основные правила, выступать в опрятной спортивной одежде, соблюдать дисциплину, быть вежливыми. Спорные вопросы, могущие возникнуть в ходе подготовки и самих состязаний, разрешаются вожатыми, представителями, капитанами команд. Начинаться и заканчиваться товарищеские встречи и иные соревнования (в спартакиадах, на первенство лагеря, отряда) должны с соблюдением установленного традиционного ритуала. Работники детских лагерей отдыха должны использовать соревнования для воспитания у детей настойчивости в борьбе с трудностями, воли к победе, выдержки, упорства, умения владеть собой при поражении и не хвастаться своими победами. Они обязаны воспитывать и укреплять у детей чувство коллективизма, чувство ответственности за спортивную честь звена, отряда. Но не следует забывать о необходимости товарищеского отношения к противнику, уважения к судьям. Ни в коем случае нельзя «подогревать» ажиотаж при матчевых встречах, да и в других соревнованиях призывом «Победа любой ценой» или искать причины поражения в «несправедливом» судействе. Помнить, что каждая встреча должна быть истинно товарищеской и дружеской. Вожатый и другие руководители несут персональную ответственность за спор с судьями, за неисполнение их распоряжений. Это порочит честь коллектива. Одно из главных положений всемирного олимпийского движения - «Основное не победа в соревновании, а участие в нем» - должно стать лозунгом при проведении любых соревнований в оздоровительном лагере.

**ОТВЕТИТЬ НА ВОПРСЫ, ВЫПОЛНИТЬ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ и отправить на электронную почту *(в любой форме)***

[nata22.2018@yandex.ru](mailto:nata22.2018@yandex.ru)

***Вопросы:***

*1.Ответить на вопрос:* *Роль инструктора по физической культуре и спорту в детском оздоровительном лагере?*

*2.Ответить на вопрос*: *В соответствии с какими факторами уточняются программы занятий физкультурой и план лагерных соревнований?*

*3.Продолжить предложение: Средствами организационно-педагогической регламентации спортивных соревнований являются……..*

*4.Ответить на вопрос:* *Что включает в себя положение о проведения спортивных мероприятий?*

***Практическое задание:***

*1. Составить план-конспект утренней гимнастики.*

*2. Составить план-конспект подвижных игр.*

*3. Составить сценарий спортивного праздника.*

Литература.

1.[Овчинников В. В.](https://www.labirint.ru/authors/158197/), [Зинькевич И. П.](https://www.labirint.ru/authors/158199/), Лосева Н. Г., «Настольная книга вожатого»[.](https://www.labirint.ru/authors/158198/) Издательство: [Альпина Паблишер](https://www.labirint.ru/pubhouse/1618/), 2015 .

2.Фидман М.Г. «Спортивно-оздоровительная работа в детских лагерях отдыха» М.: «Просвещение», 2011.

3.Шмонина Л.В. Впереди –каникулы //Практика школьного воспитания. –2011.

Интернет-ресурсы:

1.Официальный сайт Министерства образования и науки РФ [http://www.ed.gov.ru](http://www.ed.gov.ru/)

2.Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации http://[www.minstm.gov.ru](http://www.minstm.gov.ru)

3.Сайт Российской Государственной библиотеки [http://www.rsl.ru](http://www.rsl.ru/)

4.Сайт Государственной научной библиотеки им. К.Д. Ушинского [http://www.gnpbu.ru](http://www.gnpbu.ru/)