

Утверждаю  
Директор ГАУ ТО «ЦСО «Воронинские горки»

П.С. Мустафин

*Принято 05.12.2018 г.*



## УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ОБУЧАЮЩИХСЯ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ПРОВЕДЕНИЯ КОМПЛЕКСА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ  
МЕРОПРИЯТИЙ  
«EXTREME CAMP «ЭКСТРИМ НА ВОРОНИНО»

Количество групп Программа рассчитана на 10 рабочих дней, по одной группе с максимальным количеством человек 12.

Дата начала учебного года - 1 июня;

Дата окончания учебного года - 31 августа;

Продолжительность учебной недели – 5 дней;

Продолжительность учебного года – 92 дня;

Режим работы учреждения:

Понедельник - Пятница с 8:45 – 18:00;

Суббота, воскресенье - выходной;

Организация педагогического мониторинга результатов освоения образовательных программ:

Ответственный – Заместитель директора по физкультурно-спортивной работе.

Мониторинг осуществляется на протяжении всей программы, начиная с первого дня. Очень важно с самого начала определить физические способности каждого участника Программы, это происходит на вводных занятиях-беседах, инструкторы и тренеры спрашивают, занимались ли до этого физической культурой и спортом и на каком уровне. Во время разминок и первых тренировок нужно очень внимательно наблюдать за поведением детей, наличие отдышки, цвет кожи и т.п. для дозирования дальнейшей физической нагрузки. В течение программы по каждому виду спорта перед основными турнирами, проходят контрольные срезы, чтобы выявить лидеров и отстающих. После этого определяют причину отставания и предпринимают меры по наверстыванию программы. После прохождения всех теоритических и практических занятий проходят итоговые турниры по видам спорта. На основании всех турниров и приобретенных навыков на каждого участника программы заводится бюллетень, с оценкой по каждому виду спорта, из которого будет предельно ясно, какой вид спорта для ребенка более предпочтителен.

Распорядок дня «EXTREME CAMP «Экстрим на «Вороне»

**09:00 – 10:00** – Приезд, зарядка

**10.00 – 11.30** – Проведение спортивно-оздоровительных мероприятий

**11.30 – 13.00** – Спортивно-массовые и культурные мероприятия

**13.00 – 13.30** – Свободное время

**13.30 – 14.30** – Обед

**14.30 – 15:00** – Организационные вопросы, теоритические занятия

**15:00 – 15:30** – Полдник

**15.30 – 16:30** – Проведение спортивно-оздоровительных мероприятий

**16:30 – 17:30** – Спортивно-массовые и культурные мероприятия

**17.00** – Итоги дня, уход домой

**I. Подготовительный этап включает:**



Этот этап характеризуется тем, что за 2 месяца до начала проведения спортивных мероприятий начинается подготовка:

- Формирование тренировочной базы.
- Набор в группы;
- Отбор кадров для работы (инструктора);
- Подготовка методического материала;
- Комплектование групп, разработка документации.

## *II. Организационный этап включает:*

- Знакомство;
- Выявление и постановка целей развития коллектива и личности;
- Определение физической подготовки детей;
- Знакомство с новыми видами спорта;
- Сплочение групп;
- Формирование правил и условий совместной работы;
- Организационная подготовка к проведению спортивных мероприятий.

Задача организационного периода – познакомить и сплотить мальчиков и девочек. Ребятам нужно усвоить правила поведения на территории ГАУ ТО «ЦСО «Воронинские горки».

## *III. Основной этап включает реализации основных положений программы*

Следующий, самый важный период называется основным. На этом этапе главная задача инструкторов:

- Повышение качества и эффективности работы при проведении спортивных мероприятий;
- Научить справляться с отрицательными эмоциями, преодолевать трудные жизненные ситуации;
- Дальнейшее повышение спортивной подготовки по видам спорта;
- Выявление лидеров по видам спорта;
- Специализация (выбор для себя наиболее понравившегося вида спорта)

Поддерживать интерес и способствовать успешной реализации участников Программы в различных видах деятельности. Очень важно уделить должное внимание к планированию. Каждый день должен быть интересным и отличаться от предыдущего. Все должны с интересом и нетерпением ожидать нового дня.

**В рамках реализации программы спортивных мероприятий «EXTREME CAMP «Экстрим на Воронино» будут проводиться множество спортивно-развлекательных мероприятий:**

1. Турнир по картингу;
2. Турнир по скейтборду и роликовым конькам;
3. День альпинизма;
4. Конкуре на лучший баланс и координацию (координационные тренажеры «баланс борд»);
5. Просмотр кинофильмов по экстремальным и техническим видам спорта;
6. Теоритические занятия по видам спорта (История, правила безопасности, гигиена)

#### *IV. Заключительный этап*

Задачи итогового периода – рефлексия деятельности и подведение итогов, награждение тех, кто отличился в течение Программы «EXTREME CAMP «Экстрим на Воронино». Важно подготовить и сформировать понимание по каждому виду спорта и принять решение, чем заниматься в дальнейшем. То, что усвоено в рамках Программы, не должно быть потеряно – таким образом Программа рассчитана на последствие.

Происходит психолого-социальный анализ результатов. Также необходимо подвести итоги спортивной подготовки каждого принявшего участие в Программе.

На каждого участника заводится оценочный лист по всем пройденным видам спорта и оцениваются приобретенные умения и навыки, учитывая результаты турниров.