

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа по хоккею «Арслан» Бугульминского муниципального района Республики Татарстан

Лагерь дневного пребывания



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ ДО СШ
по хоккею «Арслан»
А.А.Каюмов



Принято и одобрено
на Педагогическом совете
СШ

Протокол от
03.02.2025 г.

№ _____

Введено в действие

Приказ от
04.02.2025 г.

№ 20/2024-25

ПРОГРАММА

ПРОФИЛЬНОЙ СМЕНИ «ЖАРКИЙ ЛЕД»

Лагеря дневного пребывания, организованного в МАУ ДО «Спортивная школа по хоккею «Арслан», осуществляющего организацию отдыха и оздоровления детей и подростков в каникулярное время.

Срок реализации – профильная смена

1 смена 14.07 – 03.08.2025 г.

2 смена 04.08. – 24.08.2025 г.

Бугульма, 2025 г.

1. Пояснительная записка.

В соответствии с Уставом МАУ ДО «Спортивная школа по хоккею «Арслан» и Дополнительной образовательной программой спортивной подготовки «Хоккей», реализуемой в образовательной организации, в летний период учебно-тренировочной деятельности предусмотрено проведение учебно-тренировочных мероприятий с целью обеспечения непрерывности тренировочного процесса, повышения его эффективности, предсезонной подготовки к новому хоккейному сезону, улучшению качества общефизической подготовки, дальнейшего физического развития и укрепления здоровья учащихся. Наиболее эффективным для решения данных задач является организация профильной спортивной смены в условиях лагеря дневного пребывания, позволяющего сочетать летний отдых и оздоровление детей с организацией тренировочных занятий, способствующих решению поставленных учебных задач.

Профильная смена «Жаркий лед» рассчитана на обучающихся МАУ ДО СШ по хоккею «Арслан» 6 – 16 лет - игроков детских хоккейных команд «Арслан» разных возрастов, заявленных на участие в официальных соревнованиях Республики Татарстан в сезоне 2025-2026 гг.

2. Цели Программы

- Организация летнего отдыха и оздоровление обучающихся 6-16 лет
- Проведение восстановительных мероприятий после завершенного игрового сезона, осуществление эффективной предсезонной подготовки юных хоккеистов к новому игровому сезону.
- Формирование здорового образа жизни юных хоккеистов, профилактика негативных проявлений окружающего мира средствами физкультуры и спорта.

Задачи:

- Совершенствование общефизических навыков, технико-тактической и теоретической подготовленности игроков.
- Развитие силы, ловкости, скоростных качеств и выносливости у юных хоккеистов, способствующих лучшему усвоению технических и тактических приемов игры.
- Воспитание морально-волевых качеств юных хоккеистов, «командного духа».

3. Сроки действия:

Сроки проведения: 1 смена 04.07 – 03.08.2025 г., 2 смена 04.08 – 24.08.2025 г.

Продолжительность смены: 21 дней

Количество участников: 1 смена 30 чел., 2 смена 45 человек

Место проведения: МАУ ДО «Спортивная школа по хоккею «Арслан» Бугульминского муниципального района Республики Татарстан. г. Бугульма. ул. Мусы Джалиля, дом 1 (ледовый дворец).

4. Участники:

Программа рассчитана на обучающихся МАУ ДО «СШ по хоккею «Арслан» 6-16 лет – игроков детских команд «Арслан» разных возрастов.

5. Направления деятельности:

Спортивное направление:

в распорядок дня для ежедневного исполнения включены: утренняя зарядка, 2 тренировочных и 1 теоретическое занятия общей продолжительностью 3 академических часа, воздушное закаливание, водные гигиенические процедуры, подвижные спортивные игры; 1 раз в неделю - сауна.

Культурно-массовое направление:

участие в культурно-массовых мероприятиях, проведение бесед различной тематики по социально-значимым вопросам (гигиена и здоровый образ жизни, антидопинговое просвещение, безопасность, экология).

6. Основные формы работы:

В зависимости от целей могут проводиться групповые и индивидуальные занятия, лекции, просмотр учебных фильмов и видеозаписей прошедших матчей, инструктаж по технике безопасности, тренировочная игра, экскурсия.

7. Структура профильной смены:

Организационная единица: отряд численностью 15 человек.

Система подчиненности: директор СШ (в вопросах организации деятельности лагеря дневного пребывания), начальник лагеря (в вопросах работы лагеря дневного пребывания в период проведения профильной смены), воспитатели (в вопросах общего распорядка жизни отдыхающих в период проведения профильной смены), тренеры-преподаватели — капитан отряда (команды) — члены отряда (игроки команды).

Руководство и контроль за деятельностью профильной смены осуществляет начальник лагеря дневного пребывания, назначенный приказом директора МАУ ДО «СШ по хоккею «Арслан».

8. Кадровое обеспечение

Персонал, обеспечивающий реализацию Программы профильной смены, набирается из числа сотрудников МАУ ДО «СШ по хоккею «Арслан» в соответствии со штатным расписанием Лагеря дневного пребывания и должностными инструкциями, утвержденными начальником лагеря. Допускается привлечение тренеров узкой специализации (тренер по катанию, тренер по вратарям), не являющихся сотрудниками образовательной организации на условиях срочного трудового договора.

9. Материально-техническое обеспечение:

Спортивные сооружения:

- крытая ледовая арена
- спортивный зал
- «бросковая зона»
- учебный класс с экраном, медиапроектором и ноутбуком

Необходимое спортивное оборудование:

секундомер 3 шт.

рулетка 2 шт.

мячи для большого тенниса на каждого ребёнка

набивные мячи 5 шт.

скакалки- 5 шт.

футбольные мячи 10 шт.

конусы 20 шт.

барьеры 20 шт.

волейбольные мячи 10 шт.

баскетбольные мячи 10 шт.

ракетки для настольного тенниса 4 компл.

Наглядные и дидактические пособия.

тактическая доска 3 шт

плакаты для инструктажей по технике безопасности

канцтовары.

10. Финансовое обеспечение

Путевки выделяются в соответствии с Постановлением Кабинета Министров Республики Татарстан за счет средств бюджета республики

Родительская плата составляет _____ от стоимости путевки.

11. Содержание Программы:

Раздел 1. Общефизическая подготовка: выполнение упражнений на развитие основных двигательных качеств быстроты, силы, выносливости, ловкости и гибкости, улучшение координационных способностей, расширение объема двигательных умений и навыков, т.е. создание прочной базы для высокого спортивного мастерства.

Раздел 2. Восстановительные мероприятия, укрепление здоровья, активный отдых: воздушное закаливание, контрастный душ, сауна, плавание в открытом бассейне, подвижные игры.

Раздел 3. Теоретическая и техническая подготовка: просмотр учебных видеофильмов, анализ проведенных игр.

Исполнителями программы являются воспитатели и тренеры-преподаватели, полностью осуществляющие жизнедеятельность своих групп, руководствуясь Программой профильной смены, несущие юридическую ответственность за жизнь и здоровье детей.

Основные мероприятия, реализуемые в период профильной смены.

1. Общие мероприятия лагеря дневного пребывания:

Заезд, размещение, знакомство с лагерем, его требованиями.

Линейка-открытие смены, линейка-заккрытие смены

Обязательные мероприятия режима дня (питание, дневной отдых, гигиенические процедуры)

2. Участие в культурно-развлекательных и спортивно-массовых мероприятиях согласно плану работы Лагеря дневного пребывания

3. Педагогические мероприятия

Учебно-тренировочные занятия на «суше»: набор упражнений на развитие силы, ловкости, гибкости, быстроты и т.д., тренировочные игры.

Упражнения на формирование общей выносливости: кроссы на различные дистанции

Изучение теоретического материала; просмотр учебных фильмов и игр.

Выполнение контрольных испытаний, характеризующих результативность учебно-тренировочного мероприятия.

План-график распределения учебных часов учебно-тренировочного мероприятия

Наименование изучаемых тем	теория	практика	всего
Правила поведения в лагере. Техника безопасности	1		1
История развития хоккея и современные тенденции	2		2
Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	2		2
Тактическая и техническая подготовка	3	20	23
Общая физическая подготовка		31	31
Учебные и тренировочные игры	5	3	3
Контрольные испытания		3	3
Итого:	13	57	70

РЕЖИМ ДНЯ СМЕНЫ:

Время работы	Наименование дел	Ответственный
07.45 – 08.00	Прием детей	Воспитатели
08.00 – 08.10	Линейка	Начальник ЛДП, воспитатели
08.15 – 08.45	Завтрак	Начальник ЛДП, воспитатели
09.00 – 10.00	Учебно-тренировочное занятие	Воспитатели, тренеры- преподаватели
10.30 – 11.30	Спортивный час на свежем воздухе, теоретическое занятие, мероприятие по плану	Воспитатели, тренеры- преподаватели
11.30 – 11.45	Водные процедуры	Воспитатели
12.00 – 12.45	Обед	Начальник ЛДП, воспитатели
13.00 – 14.45	Дневной отдых	Воспитатели, тренеры- преподаватели
15.00 – 16.30	Учебно-тренировочное занятие, тренировочная	Воспитатели, тренеры- преподаватели

	игра	
16.45 – 17.00	Уход детей домой	Воспитатели

План мероприятий профильной смены

1 день	<p>Организационный день. Знакомство с распорядком дня, требованиями администрации и руководителей.</p> <p>Игра «Наш лагерь».</p> <p>Игра в футбол.</p>
2 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану: Упражнения на укрепление мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах.</p> <p>Подвижные игры.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
3 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие ловкости. Эстафеты на местности.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
4 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p>Спортивные игры.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
5 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие гибкости.</p> <p>Тренировочная игра.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
6 день	<p>День отдыха.</p> <p>Восстановительные мероприятия: сауна, бассейн. Подвижные игры.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>

7 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на укрепление мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах.</p> <p>Спортивные игры.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
8 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие ловкости.</p> <p>Эстафеты с преодолением препятствий.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
9 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p>Товарищеская встреча по футболу.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
10 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие гибкости.</p> <p>Комбинированные эстафеты с бегом, прыжками, метанием, переносом грузов.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
11 день	<p>День отдыха.</p> <p>Восстановительные мероприятия: сауна, бассейн. Подвижные игры.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
12 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на укрепление мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах.</p> <p>Товарищеская встреча по баскетболу.</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>
13 день	<p>Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие ловкости.</p> <p>Спортивная игра — гандбол (ручной мяч).</p> <p>Закаливающие процедуры.</p>

14 день	Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств. Тренировочная игра. Закаливающие процедуры.
15 день	Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие гибкости. Контрольные испытания. Закаливающие процедуры.
16 день	Учебно-тренировочные занятия по плану: Упражнения на укрепление мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах. Подвижные игры. Закаливающие процедуры.
17 день	Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие ловкости. Эстафеты на местности. Контрольные нормативы Закаливающие процедуры.
18 день	Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств. Контрольные нормативы. Спортивные игры. Закаливающие процедуры.
19 день	Учебно-тренировочные занятия по плану. Упражнения на развитие гибкости. Контрольные нормативы Тренировочная игра. Закаливающие процедуры.
20 день	День отдыха. Восстановительные мероприятия: сауна, бассейн. Подвижные игры. Закаливающие процедуры.
21 день	Заккрытие профильной смены.

12. План воспитательной работы

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
1	Торжественное открытие и закрытие смены	первый и заключительный дни смены	начальник ЛДП, воспитатели, тренеры-преподаватели
2	Планирование и проведение отрядной деятельности	в течение смены	воспитатели
3	Формирование и сплочение через игры, тренинги на сплочение и командообразование	в течение смены	воспитатели
4	Аналитическая работа с детьми: анализ дня, анализ ситуации, мероприятия, анализ смены, результатов	в течение смены	начальник ЛДП, воспитатели, тренеры-преподаватели
5	Беседы по правилам дорожного движения «Мы знаем, и всегда их соблюдаем!»	в течение смены	воспитатели
6	Просветительские беседы, направленные на профилактику вредных привычек, антидопинговое образование, формирование основ здорового образа жизни	в течение смены	Медработники, воспитатели,
7	Размещение экспозиций творческих работ детей, фотоотчетов об интересных событиях на информационном стенде Спортивной школы	в течение смены	начальник ЛДП, воспитатели
8	Акция по уборке территории пришкольной территории	в течение смены	начальник ЛДП, воспитатели

	ледового дворца «Чистый двор»		
9	Инструктажи по технике безопасности, профилактике детского дорожно-транспортного травматизма, пожарной безопасности	в течение смены	начальник ЛДП, воспитатели (пол контролем специалиста по ОТ и ТБ Спортивной школы)
10	Освещение деятельности детского лагеря в официальных группах в социальных сетях и на официальном сайте Спортивной школы	в течение смены	начальник ЛДП, воспитатели при участии администратора официального сообщества Спортивной школы в социальной сети ВКонтакте
11	Тематические и спортивные праздники, фестивали	в течение смены	начальник ЛДП, воспитатели, тренеры-преподаватели
12	Родительское собрание по итогам профильной смены	заключительный день смены	начальник ЛДП, воспитатели, тренеры-преподаватели

Ожидаемые результаты:

1. Улучшение здоровья детей, общее восстановление после завершеного игрового сезона.
2. Сформированность представлений об основах здорового образа жизни, вреде негативных проявлений окружающего мира и способам противодействия им средствами физкультуры и спорта.
3. Улучшение результатов контрольных испытаний по общей физической подготовке (по сравнению с результатами контрольных

испытаний, проведенных в апреле) вследствие развития общих двигательных качеств силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости.

4. Достижение высокого уровня общей функциональной готовности организма юных хоккеистов, позволяющего начать специальную физическую подготовку на льду, отработку технических и тактических приемов в условиях специально-подготовительного периода