

Детский оздоровительный лагерь «Янтарный»

КРОО ФСК «Велес»



Программа

Физкультурно – спортивной и оздоровительной работы

«Спорт – как искусство»

Автор – составитель:

Лазарев Е.А.

Инструктор по ФК

1

2

3

4

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Жизнь измеряется не числом вдохов-выдохов,
а моментами, когда захватывает дух.

Джордж Карлин

Летние каникулы - самая лучшая и незабываемая пора для развития творческих способностей и совершенствования возможностей ребенка, вовлечения детей в новые социальные связи, удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

Летние каникулы - это период, когда дети могут «сделать свою жизнь» полной интересных знакомств, полезных увлечений и занятий, могут научиться петь, танцевать, играть,

заниматься спортом, творчеством в кружках по интересам, с пользой провести свободное время. Именно такие возможности для каждого ребенка открывает Детское учреждение оздоровления и отдыха им. К. Бабина (далее - ДУОО им. К. Бабина)

Лагерь - это сфера активного отдыха, разнообразная, общественно значимая спортивно-

оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной,

дидактической, словесной школьной деятельности.

Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням
самоуважения и самореализации.

Лагерь призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей.

Детские оздоровительные лагеря являются частью социальной среды, в которой дети

реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной
компенсации в свободное время.

Летний лагерь является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей

разного возраста, пола и уровня развития, с другой - пространством для оздоровления,

спортивного развития, художественного, технического, социального творчества

В детском оздоровительном лагере главное - не система дел, не мероприятия, а ребенок в

деле, его поступки, его отношение к делу, к друзьям по отряду, к взрослым людям.

Содержанием летнего досуга должен стать активно организованный отдых детей, способствующий снятию физического и психологического напряжения детского организма.

Отдых означает переключение активности. Во время каникул можно зарядить ребенка

энергией на новый учебный год. Но только в том случае, если он проводит это время

деятельно, напрягая тело и разум, развиваясь в игре, физических и психологических упражнениях.

Как правило, активный отдых детей проходит в оздоровительных лагерях и в санаториях.

Летние каникулы составляют значительную часть свободного времени детей. Этот период

как нельзя более благоприятен для развития их творческого потенциала,

совершенствования личностных возможностей, приобщения к ценностям культуры,

вхождения в систему социальных связей, воплощения собственных планов,

удовлетворения индивидуальных интересов в личностно значимых сферах деятельности.

Лагерь - это новый образ жизни детей, новый режим с его особым романтическим стилем

и тоном. Это жизнь в новом коллективе, это, наконец, новая природосообразная

деятельность. Ведь не зря в известной песне О. Митяева поется: «Лето - это маленькая

жизнь», а значит, прожить ее нужно так, чтобы всем: и детям и тем, кто будет

организовывать отдых, было очень здорово. Это время игр, развлечений, свободы в

выборе занятий, снятия накопившегося за год напряжения, восполнения израсходованных

сил, восстановления здоровья. это период свободного общения детей.

Значимость летнего периода для оздоровления и воспитания детей, удовлетворения

детских интересов и расширения кругозора невозможно переоценить.

программа спортивной деятельности ДОЛ «Янтарный» КРОО ФСК «Велес» ориентирована на

создание социально значимой психологической среды, дополняющей и корректирующей

семейное воспитание ребенка.

Программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из

различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.

Программа включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные

направления оздоровления, образования, воспитания, связанного со спортивной жизнью

воспитанников в условиях лагеря.

Основная идея программы - представление возможностей для раскрытия спортивных

способностей ребенка, создание условий для самореализации потенциала детей и

подростков в результате общественно спортивной деятельности.

Программа ориентирована на работу в разновозрастном детском коллективе и представляет собой одну смену.

Формируя воспитательное пространство лагеря, в основу организации смены закладывается легенда лагеря, согласно которой все дети, посещающие лагерь, становятся участниками длительной сюжетно-ролевой игры со своими законами и правилами.

Принципы организации спортивно - педагогического процесса в рамках программы:

- принцип взаимодействия тренера по физкультуре и спорту с воспитанниками;
- принцип коллективной (отрядной, командной) деятельности;
- принцип самореализации ребенка в условиях детского лагеря;
- принцип самостоятельности (индивидуальный подход к каждому ребёнку).

При создании программы ДОЛ «Янтарный» КРОО ФСК «Велес» педагогический коллектив руководствовался следующими нормативно-правовыми документами:

- Приказ Министерства образования Российской Федерации №2688 от 13.07.2001.г
- Приказ об открытии лагеря № _____ от _____ г.
- Положение о лагере
- Программа лагеря
- План работы на лагерную смену
- Правила по технике безопасности , пожарной безопасности.
- Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в школьном оздоровительном лагере.
- Инструкции по организации и проведению туристических походов и экскурсий.
- Должностные инструкции работников.
- Заявление от родителей
- Акт приемки лагеря.

Актуальность программы заключается в том, что она предусматривает сочетание

Тренировочных занятий (под руководством квалифицированных тренеров по физкультуре и спорту) и различных игровых, развлекательных и познавательных программ, в содержание, которых включаются упражнения из профилирующих и других видов спорта, знания из различных областей науки.

Тренировочные занятия проводятся один раз в день в соответствии с планом работы опытных тренеров-преподавателей.

Особое место отведено циклу мероприятий, посвященных формированию у воспитанников негативного отношения к вредным привычкам.

Программа рассчитана на детей от 7 до 15 лет.

В созвездии дней школьного года летние каникулы - самое яркое по эмоциональной окраске время. Однотонный ритм жизни ребят в учебной деятельности обязательно должен прерываться. Детям совершенно необходима смена деятельности, смена впечатлений. Каникулы, в своем роде, - клапан для спуска излишков детской энергии, дни разрядки. И вместе с тем, каникулы - всегда зарядка новой энергией, настроением, приобретение новых сил, продолжение освоения мира, его познание, богатейшее время воспитания и самовоспитания. Наконец, каникулы - это время человеческой фантазии.

Сколько интересного можно придумать для себя, для своих друзей - ребят, для малышей, для людей!

Программа позволит создать благоприятные возможности для роста каждой отдельной

Программа направлена на воспитание и формирование у детей и подростков таких качеств, как товарищеская взаимопомощь физическое развитие, осознание ответственности перед коллективом за свои поступки и поведение, сочетание личных интересов с общественными.

«Делу - время, потехе - час», - гласит мудрая народная поговорка.

Ребята привыкли отдавать свой досуг веселым развлечениям, увлекательным спортивным играм.

Здоровый человек нуждается в деятельном отдыхе. Тем более в этом нуждается ребенок, для которого спорт - это возможность проявить свою творческую активность, свои растущие силы

Присущая детям жажда деятельности часто находит свое выражение в спорте, заменяющей ребенку необходимый для него труд. Хорошая творческая спортивная игра требует от играющих различного рода усилий, направленных на достижение целей, то есть на преодоление возникших в ходе игры препятствий.

Всякая спортивная игра приучает участников к согласованным действиям, к точности и своевременности перед командой или группой, за которые они играют. В добровольном подчинении правилам игры, без которых она перестает быть организованным действием, утверждается и крепнет социальная дисциплина играющих.

Наконец, в спортивной игре, чаще всего представляющей собой индивидуальные или групповые соревнования, воспитываются многие волевые качества: самостоятельность, настойчивость, самообладание, выдержка, воля к победе - все то, без чего немислим успех. А ведь наличие этих условий составляет основу всякого плодотворного труда.

Погружая ребенка в атмосферу лагеря, мы даем ему возможность открыть в себе положительные качества личности, ощутить значимость собственного «я»; осознать себя личностью, вызывающей положительную оценку в глазах других людей; повысить самооценку; выйти на новый уровень общения, где нет места агрессии и грубости.

Разработка данной спортивно - воспитательной программы
организации летнего

каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей была вызвана:

- повышением спроса родителей и детей на организованный отдых
школьников и

занятием спортом в условиях ДУОО ДОЛ «Янтарный» КРОО ФСК
«Велес»;

— необходимостью упорядочить сложившуюся систему
перспективного планирования;

— модернизацией старых форм работы и введением новых форм
тренировок:

‘смену и утверждают членами педагогического совета и начальником
лагеря.

Организационные формы физкультурно-оздоровительной работы:
массовые лично-командные соревнования;

общелагерная спартакиада;

- весёлые старты
- товарищеские встречи по футболу
- пионерболу
- легкоатлетические соревнования;

Методическое сопровождение программы.

Основными методами организации деятельности являются:

- методы игры
- методы театрализации
- методы состязательности (рас

Организационный этап.

Этот период короткий по количеству дней (2-3 дня).

Основной деятельностью данного этапа является:

- встреча детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;
- запуск спортивной программы;
- формирование спортивных органов самоуправления;
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

основной этап смены

Основной деятельностью этого этапа является:

- реализация основной идеи смены - специальные тренировки по видам спорта, вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно - творческих дел, спортивные соревнования

заключительный этап смен:

Основной идеей этого этапа является:

- подведение итогов смены;
- составление отчета о проведении спортивной работы лагеря;
- выработка перспектив деятельности лагеря;
- анализ предложений детей, родителей, педагогов, внесенных по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем;
- сдача отчётной документации.

Контроль за реализацией программы.

Контроль над исполнением программы осуществляется администрацией ДОЛ «Янтарный» КРОО ФСК «Велес»

Форма контроля: итоговая аналитическая справка и наличие документов (программы, сетки мероприятий, сценарии мероприятий с приложениями).

Механизм реализации программы.

Директор, вместе с методистом и педагогическим советом лагеря, определяют порядок

работы инструкторов по физкультуре и спорту, утверждает программу и спортивный план работы

1. Подготовительный:

- подбор кадров;
- подготовка методических материалов;
- подготовка материально-технической базы.

2. Организационный:

- формирование команд;
- знакомство с режимом работы лагеря и правилами
- оформление уголка «Наши достижения».

3. Основной:

- оздоровительная деятельность;
- культурно-досуговая деятельность;
- методическая работа с инструкторами по физкультуре и спорту.

4. Заключительный:

- закрытие МОИ
- сбор отчетного материала;
- анализ реализации программы и выработка рекомендаций.

Ожидаемые результаты

Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья:

Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей,

детской самостоятельности и самодеятельности;

Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной,

творческой и трудовой деятельности, социальной активности;

Развитие коммуникативных способностей и толерантности;

Повышение спортивной активности детей путем вовлечения их в командную деятельность:

Приобретение новых знаний и умений (разучивание новых технических и тактических

приёмов в разных видах спорта);

Расширение кругозора детей:

повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм;

Личностный и спортивный рост участников смены.

В конце работы лагеря ожидаются итоговые результаты

- развитие у детей интереса к спортивному воспитанию;

- продолжение работы в данном направлении.

Условия участия в программе: добровольность, взаимопонимание.

Необходимые документы физкультурно-оздоровительной работы в лагере:

- программа работы лагеря на 5 лет;

- план - сетка на смену

- положения о спортивных мероприятиях (см. Приложение);

- инструкции по технике безопасности во время проведения спортивно-массовых

мероприятий

- заявки на участие в соревнованиях;

- протоколы соревнований с результатами;

- отчет о работе в конце смены (количество принимавших участие;

места, завоеванные

участниками; были ли травмы и др.)

- учет спортивного инвентаря;

- учет рекордов и победителей .

Обращаем внимание на некоторые особенности организации и проведения мероприятий и соревнований.

Для учета спортивных результатов и определения победителей соревнований
рекомендуется использовать протоколы соревнований (Приложение 2).

Утренняя гимнастика.

Трудно найти ребёнка, который не пробовал бы дома делать зарядку. Но, к сожалению, немногие могут заставить себя включать ежедневно утреннюю гимнастику в свой распорядок дня, как неперемное условие, подобное умыванию, чистке зубов, приёму пищи.

Много добрых слов сказано об утренней гимнастике. Научно доказано, что она

воспитывает жизненно-важные качества, необходимое человеку, улучшает деятельность всех органов, является профилактическим средством против простудных и других заболеваний.

Одна из задач ежедневной утренней гимнастики в оздоровительном лагере – привить ребятам устойчивые интерес и привычку продолжать её выполнение дома. Являясь, дисциплинирующим средством, зарядка должна способствовать организованному началу дня.

чтобы зарядка решала такие важные задачи, как укрепление здоровья, закаливание организма, воспитание воли, руководителям необходимы знания и опыт в её проведении.

Утренняя гимнастика не даст результата без выполнения должных требований:

- быстрого выхода;
- чёткого построения;
- правильного выполнения каждого упражнения.

Нужен ряд мероприятий, чтобы зарядка выполняла своё назначение:

- разучивание комплексов на отрядных занятиях или сборах;
- проведение конкурсов на лучшее исполнение утренней гимнастики;
- повседневная агитационная и разъяснительная работа.

Дети в раннем возрасте вряд ли смогут сами понять пользу утренней гимнастики. лучшей

агитацией является личный пример вожатого, руководителя

Вожатый должен заранее позаботиться о выборе места для зарядки.

В первый же день следует специально построить отряд на том месте, где ему предстоит по утрам делать гимнастику.

Место должно быть ровным, без кочек и ям, без посторонних предметов, по размерам уместать весь отряд в разомкнутом строе.

Дистанция и интервал (расстояние между ребятами) 1,5 - 2 шага.

Построить отряд лучше, не разбивая звенья, но так, чтобы дети меньшего роста были впереди.

Самому встать на такое расстояние (желательно на возвышение), чтобы видеть всех ребят и чтобы они все смогли видеть руководителя.

В целях закаливания организма в любую погоду на зарядку следует выходить детям в спортивных костюмах и обуви, строится по сигналу быстро, без дополнительных команд.

После подъёма ребятам нужно предоставить 5-7 минут для того, чтобы надеть кроссовки (кеды) и спортивную форму.

Построение на зарядку - по второму сигналу свистка.

По этому сигналу все ребята в кратчайшее время должны построиться каждый на своём месте.

Не следует отменять проведение утренней гимнастики в ненастную погоду, а нужно лишь переносить её в другое место.

Следует проводить её любых условиях ежедневно в одно и тоже время. зарядка может быть и в помещении отряда (не вставая с постели).

Бег 30. 60 м.

Проводится на 100-метровой прямой беговой дорожке с высокого старта:

Дети стартуют парами (отдельно мальчики и девочки).

Для проведения соревнований требуется два секундомера.

Результаты фиксируется с точностью до 0,1 сек.

Челночный бег 4 x 9 м

выполняется на половине волейбольной площадки, имеющей твердое покрытие.

На лицевую линию кладут два бруска 50х50х100 мм на расстоянии 10 см друг от друга.

По команде "Марш" дети стартуют от средней линии, подбегают к лицевой, берут один брусок, возвращаются к средней линии и кладут его на линию(бросать брусок запрещено). Затем бегут к лицевой линии, берут второй брусок и финишируют на средней линии (брусок на линию не кладут.

Если по какой-либо причине воспитанник не смог выполнить упражнение, ему предоставляется еще одна дополнительная попытка.

Результат бега измеряется с точностью до 0,1 сек.

Кросс. Ему нужно уделить особое внимание. Кросс-бег на местности - замечательное

средство для укрепления здоровья, для развития одного из жизненно важных качеств - выносливости. Еще древние греки говорили: «Хочешь быть здоровым - бегай».

Бегать кроссы необходимо не только в соревнованиях от случая к случаю, а систематически.

Медленный, длительный, оздоровительный бег доступен буквально для всех возрастов.

Очень важно приучить детей регулярно пробегать столько, сколько они могут, не соревнуясь: это вырабатывает у них привычку и любовь к бегу, что дается в течение длительного времени.

В отрядах кроссовому бегу необходимо уделять значительное внимание, организуя конкурсы на преодоление количества километров целиком звеньями за смену. Можно также вести подсчет бегового времени.

Легкая атлетика.

Соревнования по легкой атлетике - наиболее доступные мероприятия.

В отряде лагеря

нужно специально планировать соревнования по бегу, прыжкам в высоту, в длину, с места, с разбега, по различным видам метаний

Игровые формы легкоатлетических упражнений.

Игровые формы легкоатлетических упражнений включают прыжковые упражнения, упражнения для прыжков в высоту, упражнения в метаниях, упражнения с гранатами.

Прыжок в длину с места.

Выполняется толчком двумя ногами (одновременно) на твердом покрытии.

каждый учащийся выполняет 3 попытки подряд.

Прыжки выполняются в спортивной обуви.

В зачет идет лучший из трех результатов.

Можно также определять победителя по сумме трех попыток.

Прыжок в длину с разбега.

Выполняется на стадионе с приземлением в прыжковую яму.

Перед прыжками необходимо взрыхлить песок.

Каждый учащийся выполняет 3 попытки.

В зачет идет лучший из трех результатов.

Можно также определять победителя по сумме трех попыток.

Подтягивание на высокой перекладине.

Выполняется из исходного положения вис хватом сверху.

Во время выполнения упражнения не допускаются сгибания коленей и туловища, движения ногами, рывки и раскачивания, перехваты рук.

Подтягивание засчитывается, если подбородок находится выше уровня перекладины, а при опускании руки полностью выпрямляются в локтевых суставах.

Метание мяча с разбега.

Проводится на стадионе в секторе для метаний.

Ширина коридора 15 м.

Купание.

Купание - одно из самых интересных и любимых мероприятий в лагере. Оно приносит детям много радости, является прекрасным средством для укрепления здоровья и закаливания.

Проводится купание под руководством инструктора по физкультуре и спорту.

Во время купания должен присутствовать медицинский работник с медикаментами для оказания помощи.

Вожатые и воспитатели отвечают за организацию купания своего отряда, им легче проследить, кому из детей нужно купаться меньше, чем другим. Сложности организации купания возникают в связи с тем, что в любом отряде лагеря будут дети не умеющие плавать, первостепенная задача - научить их плавать.

На первом купании проверяется умение плавать. Детей, проплывающих 50м. отнесём к хорошо умеющим плавать (первая группа), проплывающих 10-15м. - к плохо умеющим плавать (вторая группа). остальных - к не умеющим плавать.

Основные документы планирования и учета работы по физическому воспитанию:

1. План - сетка на смену.
2. План на день.
3. Положение о соревнованиях.
4. Протоколы соревнований.
5. Книга учетов рекордов и чемпионов лагеря:
6. Учет детей, имеющих ограничение в занятиях или освобожденных от них.
7. Учет научившихся плавать в каждой смене.
8. Учет сдающих или сдавших нормативные требования.

Отрядные физкультурные занятия

Чтобы все дети, особенно слабо развитые физически, смогли в лагере приобрести привычку к физическим упражнениям, вожатому отряда потребуется организовывать систематические физкультурные занятия с отрядом «час физкультуры». Разумеется, эти занятия должны проводиться в форме, близкой к игровой и соревновательной «кто лучше», «кто быстрее», «кто выше» и т.д.

Каков бы ни был отрядный план, можно ежедневно уделить для физических упражнений от 30 минут до 1,5 часа.

Лагерные условия, как бы специально созданы для занятий спортом, для подготовки к

сдаче нормативных требований. Здесь физкультурная и спортивная работа должна

планироваться так, чтобы ежедневно проводить интересные физкультурные занятия или 1 - 2 спортивных мероприятия: конкурсы, соревнования по подвижным или спортивным играм, плаванию, эстафетам и др.

О многих из них уже рассказано. Напряженное учебное время в школе не позволяет такой широкий размах работы, как в лагере. Тем не менее, вожатым можно и нужно создать благоприятные условия для того, чтобы дети могли активно физически развиваться, те отвести для этого место и время.

Главная наша задача - придать двигательной деятельности детей стройность, превратить ее в увлекательный, организованный процесс

физического развития. Добиться ее можно только тогда, когда центром массовой спортивной работы будет отряд,

Товарищеские встречи,

Товарищеские (матчевые) встречи могут проводиться в условиях любого лагеря – по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм и другим видам.

Товарищеские встречи, если они разумно подготовлены и проведены, доставляют ребятам много радости и запоминаются на долгие годы.

Желание выиграть товарищескую встречу побуждает ребят лучше готовиться.

Товарищеские встречи проводятся чаще всего между отрядными командами или командами соседних лагерей, причем защищать честь лагеря доверяют только старшим и сильным отрядам

Очень редко проводятся такие встречи между младшими детьми, между звеньями младших отрядов, между отрядами и звеньями разных лагерей. В плане массовых мероприятий имеет смысл проводить встречи между командами из 2-6 человек, но и между отрядами ребят одинакового возраста. Вот, например, в какой форме можно организовать товарищеские встречи между отрядами и звеньями:

1. По бегу.
2. По прыжкам в длину и метаниям
3. Встреча по трем видам.
4. Соревнования отрядов по играм.

Наконец, о товарищеских встречах между лагерями.

Чтобы товарищеская встреча действительно была запоминающейся, ее нужно провести на хорошем уровне во всех отношениях.

Главное - готовить встречу следует заблаговременно, а не за 1-2 дня, особенно если встречаются три и более лагере!

Создается оргкомитет, куда входят представители всех лагепрей. Возглавляет его опытный работник. Между членами оргкомитета распределяются обязанности согласно составленному плану, основными разделами которого будут:

- а) разработка и утверждение положения;

б) установления ритуалов открытия и награждения;
в) определение, чем будут награждаться победители личных и командных соревнований:

- г) определение места проведения соревнования;
- д) составить программу спортивных встреч;
- е) составление программы культурно-массовых мероприятий!
- ж) договоренность о питании делегаций отрядных лагерей.

Все эти пункты тщательно продумываются. Особенно те, которые касаются программы, зачета и судейства

Лагерная спартакиада.

В лагерях, спартакиаду лучше проводить по группам - между отрядами, близкими по возрасту. Но и здесь нельзя избежать уравнилельной системы.

Соревнования между младшими группами в любом по величине лагере следует проводить отдельно и, как было упомянуто выше, по игровой программе

Пионербол - команда из шести человек и по два запасных.

Шахматы - по 3 человека; среди них обязательно одна девочка, она играет в каждой команде третьей ракеткой и на третьей доске.

Футбол- по 7 или меньше человек (зависит от количества мальчиков в отряде)

Снайпер - по 10 человек , два запасных

Лепта - по 15 человек , два запасных

Городки – по 10 человек

Механизм спартакиады чрезвычайно сложен. Парады открытия и закрытия, судейство, ведение протоколов, уход за площадками, порядок среди зрителей и участников,

награждение и чествование победителей организаторов и судей, подведение итогов, причем в минимально короткий срок - вот далеко не полный перечень обязанностей организаторов соревнований.

Всему этому предшествует большая подготовительная работа.

План подготовки лагерной спартакиады:

- проведение совещания физоргов и вожатых.

- Проведение инструктивных занятий с судьями.
- Обновление разметки дорожки и спортивных площадок.
- Проверка состояния инвентаря, приведение его в порядок.
- Подготовка оформления мест соревнований: флаги, вымпелы, плакаты, пьедестал почета.
- Подготовка грамот, медалей, лент, сувениров для награждения, больших красочных таблиц для внесения в них результатов.
- Сбор заявок. Составление протоколов, установка порядка забегов, проведение жеребьевки.
- Подготовка текста, где будет рассказано о традициях лагерной спартакиады, лучших спортсменах, рекордах лагеря. Постоянное информирование о подготовке отрядов, о результатах отрядных спартакиад.
- Подбор музыкальной программы.

Обязанности участника соревнований

Перед любым соревнованием нужно:

- Подготовить спортивную форму и эмблему в соответствии с общим положением о соревнованиях;
- своевременно пройти медицинский осмотр;
- регулярно являться на тренировочные занятия и добросовестно готовиться к предстоящим соревнованиям;
- принять участие в изготовлении необходимого инвентаря и реквизита.

Участвуя в играх необходимо:

- признавать авторитет ведущего соревнования и судей;
- ставить интересы коллектива (команды) выше своих личных;
- нести ответственность перед коллективом за все свои действия, поступки;
- не допускать унижения, оскорбления достоинства своих товарищей по команде, а также, соперников, относиться к ним с уважением;
- действовать смело, с инициативой; идти на разумный риск для достижения победы;

- честно соблюдать правила, быть справедливым и требовательным по отношению к себе и Своим товарищам, соблюдать девиз: «Один за всех и все за одного»;
- стремиться вести борьбу до конца;
- не зазнаваться, добившись победы, и не унывать в случае поражения

Выполняющий ведущего должен:

- позаботиться о гласности предстоящих соревнований и обеспечить оперативную информацию об их ходе и итогах;
- заранее ознакомиться с содержанием, правилами игр и конкурсов;
- подготовить площадку для проведения соревнований, места для болельщиков;
- проверить наличие и исправность инвентаря оборудования, разложить его с таким расчетом, чтобы он всегда был под рукой (с учетом последовательности проведения игр);
- обеспечить медицинское обслуживание;
- заранее продумать наиболее рациональные варианты перестроения и расположения команд во время игр;
- прежде чем дать сигнал к началу игры, проверить готовность участников, жюри;
- перед началом каждого конкурса (игры) кратко напомнить участникам и болельщикам основное его содержание и правила и, если необходимо, продемонстрировать основные моменты конкурса (игры);
- внимательно следить за всеми участниками соревнований, чтобы можно было своевременно обнаружить признаки переутомления играющих и при необходимости прекратить игру;
- предупреждать травмы, для чего правильно выбирать место для страховки во время игры; сигнализировать в судейскую коллегию о замеченных нарушениях со стороны участников;
- предусмотреть меры поощрения участников соревнований (и победителей и побежденных).

Судейство соревнований в условиях летнего оздоровительного лагеря

Любые соревнования, проводимые с детьми, имеют для них большое воспитательное значение. Важно, чтобы участие в таких соревнованиях запомнилось надолго и оставило.

благоприятный след. Наряду со многими факторами, способствующими решению этой задачи, немаловажным является судейство соревнований.

Существует мнение, что в соревнованиях «Веселые старты» главное для детей само участие, а не победа. Такая точка зрения не совсем правильна. Ребят не менее, чем

взрослых, интересует конечный результат поединков. Дети обладают легкоранимой психикой, остро реагируют на несправедливость, часто очень болезненно воспринимают поражение своей команды. Все это обязывает организаторов соревнований особенно внимательно относиться к судейству игровых комплексов, аргументировать принимаемые решения

В состав совета судей (жюри) включаются люди, которые пользуются авторитетом у детей и хорошо знают суть игры. Как правило, это известные спортсмены, учителя, тренеры и другие специалисты в области физической культуры и спорта. Привлекаются к судейству и представители общественных организаций из числа родителей воспитанников или шефствующих организаций.

Судейская коллегия должна быть хорошо знакома с положением о соревновании. Ее задача - проверить заявки команд, заверенные врачом, и, что не менее важно, изучить содержание игр (конкурсов), входящих в соревнования, определить критерии оценки игровых действий.

В судейской бригаде должен быть судья-ведущий, т.е. общий руководитель соревнований.

Он объявляет очередную игру (конкурс) и вызывает команды на старт, а также напоминает игрокам и болельщикам правила, поясняет содержание поединка и комментирует ход соревнований. Он же, подобно судье на ринге, следит за ходом встречи. В обязанности ведущего входит обеспечение безопасности выполнения игр (конкурсов). Он своевременно и отчетливо сообщает (сигнализирует) судьям за столиками о нарушении правил, следит за тем, чтобы не было чрезмерной нагрузки, в процессе соревнований, устраивая кратковременные паузы между играми (конкурсами). Эти паузы нередко используются им для сообщения результатов и для различных комментариев. В целях более близкого ознакомления с программой соревнований судьи могут присутствовать на тренировках.

Решение по оценке итогов игры (конкурса) принимается судьями коллективно, но предварительно из них назначаются старшие по каждой игре в отдельности. За победу команде дается 3 очка, за проигрыш — 1 очко. Нулевая оценка выставляется в очень редких случаях (например, если команда не закончила задание; участники допустили грубость по отношению

к своим соперникам или не приступила к соревнованию). При ничейном результате команды получают по 2 очка. Вполне оправданна практика комментирования оценок судьями, при этом их замечания должны быть краткими и убедительными. Не следует подчеркивать неудачи участников, проигравшей команды. Очень важно до начала соревнований создать атмосферу дружеских взаимоотношений 'между игроками и представителями команд. Этому способствуют ритуалы приветствия, представления судей, команд болельщиков, руководителей школ, учителей, обмен сувенирами.

В конце соревнований отмечают игроков не только команды-победительницы, но и проигравшей команды, подчеркивая тем самым их активное участие в игре. В программу соревнований обычно включают различные игры, в которых победа команд определяется как быстротой выполнения игровых действий, так и их точностью.

Во время игры судьи подсчитывают ошибки и нарушения. По окончании выполнения задания командами судья фиксирует разницу во времени (в секундах). При этом каждую допущенную ошибку (или несколько ошибок) можно приравнять, например, к 5 сек. После этого легко определить команду-победительницу.

Например, команда «А» закончила эстафету раньше команды «В» на 10 сек., совершив при этом 6 ошибок, а команда «Б» имела 2 ошибки. Таким образом, если каждая ошибка приравнивается к 5 сек. то команда «А» получает 30 штрафных секунд ($6 \times 5 = 30$), а команда

«Б» - 10. Следовательно, несмотря на то, что команда «Б» финишировала позже, она считается победительницей

Итоговый результат, в играх, типа эстафет и гонок можно выражать общей суммой баллов, набираемой командой. При этом придерживаются, как правило, следующего принципа: команда, заканчивающая игру первой по времени, получает 10 баллов, заканчивающая

второй - 8 баллов. Из этого числа за каждую допущенную ошибку (нарушение правила)

высчитывается 1 балл. Если игра повторяется, то баллы суммируются. Команда, у которой в итоге наибольшая сумма баллов, получает 3 очка, другая команда - 1 очко. В случае

равенства суммы баллов обеим командам дается по 2 очка (ничья)

Можно до начала соревнований договориться о введении в игру особых условий. Так, можно оговорить, что каждая ошибка должна быть немедленно и точно исправлена

именно тем игроком, который ее допустил (например, поставить на место битую булаву). При судействе эстафет с комплексными действиями (преодоление препятствий и метание в цель) возможен другой вариант определения победителя: заранее оговаривают «стоимость» каждого прицельного броска, выражая ее в определенном количестве секунд или определенном количестве игроков.

Предположим, согласно условиям игры, 2 прицельных попадания приравниваются к одному участнику, пришедшему к финишу первым. Таким образом, если команда «А» финишировала позже команды «Б» на 2 человека, имея 5 точных попаданий, а игроки команды «Б» ни разу не поразили цель, то в общем итоге победа присуждается команде «А», поскольку она проиграла в скорости (на 2 человека), но опередила своих соперников в точности (5 попаданий)

Все перечисленные выше приемы судейства являются вполне объективными. Перед соревнованиями необходимо заранее определить с представителями команд, какая формула судейства будет применена

В играх с повторяющимися действиями команд (например: «День и ночь», «Часовые и разведчики» каждой из них следует предоставлять одинаковое количество попыток

(повторений)

Результаты каждой команды в двусторонней игре целесообразно объявлять в ходе соревнований (как только одна команда получает преимущество в определенных

цифровых показателях — очках, баллах).

Это способствует повышению интереса к игре, как самих участников, так и зрителей.

Ресурсное обеспечение спортивной работы

Геллер Е.М. Наш друг - игра. - Мн.: Народная асвета, 1979. - 96 с

Гуреев Н.В. Активный отдых. - М.: Советский спорт, 1991. - 61 с.

Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию:

Практическое пособие. - Мн.: Высшая школа, 1992. - 319 с.

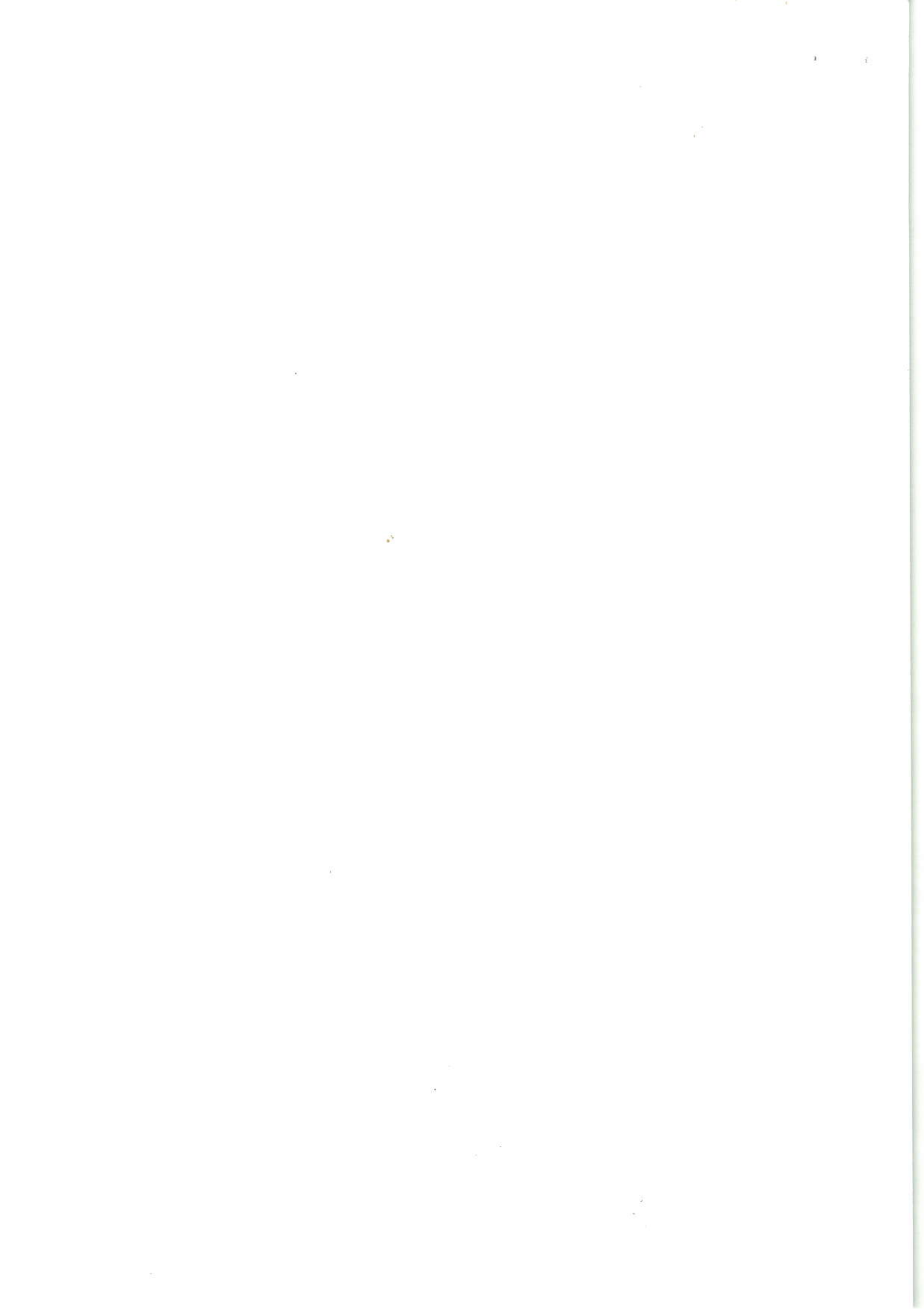
Бондаревский Е... Мирончук Б.А. Физическое воспитание в пионерском лагере. - М. Просвещение, 1976.

Булгаков Н.Ж. Плавание в пионерском лагере. - М.: Физкультура и спорт, 1970.

Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 1985.

Васильков Г.А. Васильков В.Г. От игры к спорту. - М.: Физкультура и спорт, 1985.

Геллер Е.М. Коротков И.М. Весёлые старты. - М.: Физкультура и спорт, 1973.



В методических материалах используются следующие термины и определения:

физическая культура - составная часть общей культуры, сфера социально-культурной

деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей,

создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека,

совершенствования его двигательной активности, направленная на укрепление его

здоровья и способствующая гармоничному развитию личности;

спорт - социально-культурная деятельность, осуществляемая в форме соревнований и

подготовки к участию в соревнованиях;

здоровье - состояние полного физического, психического и социального благополучия, а

не только отсутствие болезней;

оздоровление - процесс, направленный на достижение, сохранение и укрепление

здоровья;

спортивные мероприятия - спортивные соревнования и подготовка к ним;

Олимпийские игры - крупнейшие комплексные спортивные соревнования

современности, проходящие каждые четыре года;

физическое воспитание - часть образовательного процесса, направленного на развитие

физических способностей и приобретение знаний в сфере физической культуры и спорта,

формирование двигательных навыков;

физические упражнения - двигательные действия, выполняемые для приобретения и

усовершенствования физических качеств (сила, выносливость, быстрота, гибкость, ловкость), умений и двигательных навыков;

двигательная деятельность - основной фактор воздействия на функциональные

свойства организма, обеспечивающий формирование рациональных способов,

выполнения двигательных, действий, умений и навыков, развитие физических качеств,

человека;

двигательное умение - способность правильно управлять двигательными действиями

при сосредоточении внимания на способах его выполнения;

двигательный навык - двигательные действия, способы выполнения которых

осуществляются автоматизировано, то есть не требуют специально направленного на них

внимания;

лечебная физическая культура - метод лечения, использующий средства физической

культуры с лечебно-профилактической целью для восстановления здоровья

трудоспособности больного, предупреждения осложнений и последствий патологического

процесса.

