

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА
г. Лысьва Пермский край

РАССМОТРЕНА

методическим советом ДДЮТ

протокол № 5

от «14» мая 2025 года

председатель методического совета ДДЮТ

Н.И. Шатова

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Дворца

детского

(юношеского) творчества

Н.И. Шатова

«14»

2025 года



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
профильной смены лагеря досуга и отдыха «Кикбоксинг»
спортивно-физкультурной направленности
Возрастной состав учащихся 10-16 лет,
продолжительность программы июнь, июль 2025 (1 смена- 10 дней).**

Составитель программы: педагог дополнительного образования
Макаров Виктор Александрович

Лысьва, 2025 г.

1. Пояснительная записка.

Организация летнего отдыха - один из важных аспектов образовательной деятельности Дворца детского (юношеского) творчества. Организованная деятельность детей, посещающих коллективы дворца, в летний период позволяет сделать образовательный процесс непрерывным в течение всего года. Каникулы являются благоприятным временем для развития у воспитанников личностных качеств: способности к самореализации, любознательности, умения общаться в группе единомышленников, формирование нравственно-патриотических чувств, любви к родному краю, ответственности за свои поступки, соблюдение правил и норм ЗОЖ, безопасного поведения. Кроме этого, совместная деятельность во время каникул сплачивает коллектив, создает устойчивую мотивацию ребенка к выбранному виду деятельности.

Выбор такого профиля как кикбоксинг обусловлен неслучайно. Данное направление является одним из приоритетных в учебно-воспитательном процессе Дворца. Результатом такой работы стало большое количество детей, желающих посещать занятия в коллективе «Кикбоксинг» при «Дворце детского (юношеского) творчества». Педагог старается удовлетворить такой спрос, и не всегда хватает времени на занятиях для способных детей, для более углубленной работы с ними.

Эти ребята на протяжении нескольких лет достигают высоких результатов в кикбоксинге, как на муниципальном, так и на региональном уровнях, и требуют особого подхода и плана развития.

Именно для этого разработана программа по организации летнего отдыха детей в условиях профильного лагеря с дневным пребыванием на базе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «ДД(Ю)Т».

В последнее время в городе Лысьва кикбоксинг становятся более популярными, особенно в детской среде, именно это и определило концепцию летней смены 2025 года. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа профильного лагеря «Боксеры» модифицированная, создана на основе программы «Кикбоксинг».

Программа *физкультурно-оздоровительной направленности*, так как направлена на углубленный подход к кикбоксингу, как виду спорта, способствующего саморазвитию, повышению интеллектуального и физического потенциала, выработку ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Программа рассчитана на детей разного возраста от 10 до 17 лет, занимающихся в коллективе «Кикбоксинг» (МБУДО «ДДЮТ»), имеющих устойчивую мотивацию к занятиям кикбоксингом, являющиеся участниками и победителями региональных турниров по кикбоксингу.

Актуальность программы – в поиске и внедрении в практику новых форм и методов взаимодействия с ребенком, позволяющих обрести различные компетенции, раскрыть потенциал каждого в формате временного коллектива на основе приобретенных знаний во время учебного года.

Педагогическая целесообразность программы в том, что индивидуальные занятия с одаренными детьми строятся с учетом того, что кикбоксинг это не игра, доставляющая детям много радости, удовольствия, а повседневный тяжелый труд, который формирует волевые качества, формирует нравственные привычки и поведение и более чем другой вид спорта учит терпеть неудачи, промахи, обиду, боль, терпеть и продолжать двигаться к поставленной цели. Также исследования показали, что кикбоксинг оказывает влияние на развития мышления учащихся и в дальнейшем помогает решать многие жизненные проблемы.

Миссия программы - формирования интеллектуальной, образовательной и воспитательной среды, дающей гарантию здорового личностного роста каждого воспитанника во время летних каникул. Стратегия состоит в том, чтобы предоставить каждому воспитаннику возможности реализовать собственный творческий потенциал во время лагерной смены, опираясь на собственный опыт, знания, достижения,

образовательный уровень, инициативу.

Новизна программы в том, что ее содержание выгодно отличают инновационность, методическая проработанность, прогнозируемость результатов, которые связаны с возможностью реализации приобретенных знаний и опыта с получением результатов в турнирах различного уровня.

При составлении программы учитывались традиции и возможности МБУДО «ДД(Ю)Т», пожелания и интересы детей, опыт прошлых лет по организации летнего оздоровительного отдыха.

Цель: Организация среды, предоставляющая ребенку возможность для самореализации в индивидуальном и личностном потенциале

Задачи:

-Обеспечить комплекс условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей в летний период.

Способствовать выработке у ребенка настойчивости, выдержки, воли, спокойствия, уверенности в своих силах.

Дать теоретические знания по занятиям кикбоксингом.

Расширить кругозор, пополнить знания, активизировать мыслительную деятельность ребенка, тренировать быстроту мышления, силу, ловкость, реакцию, память, наблюдательность, внимание и т.п.

Воспитывать лидерство, стремление стать первым, завоевывать высшие награды и титулы.

Развивать организованность, гармоничное физическое и интеллектуальное развитие через длительные тренировки для поддержания формы, самообладания и эмоциональной устойчивости.

Ожидаемые результаты.

Реализация программы позволит детям развить свои интеллектуальные и физические способности. Расширить знания в области медицины, физиологии, гигиены, ЗОЖ, предвидеть и обдумывать свои действия на много шагов вперед. Обучающиеся научатся самостоятельно разрешать многие проблемы, самостоятельно искать, отбирать, анализировать и использовать информацию.

2.Содержание и механизм реализации программы

Процесс организации воспитательной работы в летнем лагере направлен на вовлечение ребенка в общественную жизнь с учетом его индивидуальных способностей, выработку ценностного отношения к здоровому образу жизни и формирование на этой основе его нравственного, эстетического, гражданского сознания. С этой целью в лагере выстроена система работы, что позволяет обеспечить полноценное воспитание и оздоровление детей.

Кикбоксинг в детском возрасте положительно влияют на совершенствование у детей многих психических процессов и таких качеств как восприятие, внимание, воображение, память, мышление, координация движений, начальные формы волевого управления поведением.

Важное значение имеет специально организованная игровая деятельность на занятиях, использование различных спортивных игр и пособий.

Кроме того кикбоксинг создает условия для формирования таких качеств ума, как изобретательность и дисциплина, а также таких качеств личности, как выдержка и воля. кикбоксинг - оказывают мощное воздействие на воспитание ребёнка.

Как довести огромный объём полезной и нужной информации до уровня её практического использования? Задача не из простых. На её решение как раз и направлена данная программа.

В процессе реализации программы используются разнообразные формы занятий:

- 1, Групповые и индивидуальные занятия, работа в парах;
2. игровые;
- 3) теоретические конкурсы

- 4) турниры;
- 5) мастер-классы и т.д.

Воспитанники лагеря формируются в отряд, который имеет своё название, эмблему, девиз. В конце смены выявляются победители.

Ключевые мероприятия:

- конкурс на знание правил кикбоксинга;
- конкурс на знание истории мирового и Российского кикбоксинга;
- Турнир по мини футболу;
- Кросс в парке имени А.С. Пушкина.
- Занятия на тренажерах на стадионе и Детском парке.

Маршрутный лист программы

№	Название мероприятия	Цель	Прогнозируемый результат	Форма представления результата
1-й день Открытие лагеря «Привет, боксеры»	Организационный день: инструктаж по технике безопасности во время пребывания в лагере, режим работы лагеря, планирование работы. Организационное мероприятие «Расскажи мне о себе» Эвакуация детей. Занятия в спортзале	Провести знакомство детей в игровой ситуации.	Настрой детей на продуктивную смену.	Опрос детей, фотоотчёт в группе ВК
2-й день «День Лайт-контакта»	«День Лайт-контакта» теоретическое занятие и практическое занятие в спортзале	Получение теоретических и практических знаний в области раздела лайт-контакт	Повышение уровня мастерства в разделе кикбоксинга Лайт-контакт.	Тест, фотоотчёт в группе ВК
3-й день «День фулл-контакта»	«День фулл-контакта» Теоретические и практические занятия в спортзале. Игры на свежем воздухе.	Получение теоретических и практических знаний в области раздела «фулл-контакт»	Повышение уровня мастерства в разделе кикбоксинга «фулл-контакт»	Тест, фотоотчёт в группе ВК
4 день «День лоу- кик»	«День лоу-кик» теоретическое занятие, практическое занятие в спортивном зале. Игры на свежем воздухе.	Получение теоретических и практических знаний в разделе лоу-кик	Повышение уровня мастерства в разделе лоу-кик	Тест, фотоотчёт в группе ВК
5 день «День поинтфайтинга»	«День поинтфайтинга» теоретическое занятие	Получение теоретических и практических	Повышение уровня мастерства в	Тест, фотоотчёт в группе ВК

	и практическое занятие в зале. Игры на свежем воздухе.	знаний в разделе поинтфайтинг	разделе поинтфайтинг	
6 день «День Вольные упражнения»	«День Вольные упражнения» теоретическое занятие, практическое занятие в спортивном зале. Игры на свежем воздухе.	Получение теоретических и практических знаний в разделе вольные упражнения	Повышение уровня мастерства в разделе «вольные упражнения»	Тест, фотоотчёт в группе ВК
7 день «День Лайт-контакт»»	Практические занятия и спарринги в разделе лайт-контакт» Игры на свежем воздухе.	Получение практических знаний в разделе лайт-контакт	Повышение уровня мастерства в разделе лайт-контакт	фотоотчёт в группе ВК
8 день «День Фулл-контакт»	«День фулл-контакт» теоретическое занятие и спарринги. Игры на свежем воздухе.	Получение теоретических и практических знаний в разделе лайт-контакт	Повышение уровня мастерства в разделе лайт-контакт	фотоотчёт в группе ВК
9 день «День лоу-кик»	Теоретические и спарринги в разделе лоу-кик. Игры на свежем воздухе.	Улучшение тактического и технического мастерства в разделе лоу-кик	Повышение уровня тактического и технического мастерства	фотоотчёт в группе ВК
10 день Выпуск электронной газеты «Вот так мы отдыхаем!»	Закрытие смены Турнир по лайт-контакту	Подвести итоги лагерной смены. Отметить личные заслуги каждого ребенка.	Повышение уровня мастерства	фотоотчёт в группе ВК

Срок реализации

Срок реализации: июнь, июль 2025 г.

Программа является краткосрочной и будет реализована в течение 1 смены.

Смена составляет 10 рабочих дней, 5 дней в неделю.

3. Организационно-педагогические условия реализации программы

Исполнители программы (кадровый ресурс):

- Начальник лагеря – 1 педагог;
- Медицинский работник;
- Работа столовой и обслуживающего персонала организована в обычном режиме рабочего времени.

Целевая аудитория

- Участниками смены являются – дети 10 - 16 лет

Взаимодействие с родителями

- Организационное родительское собрание;

- Индивидуальные консультации «Режим работы в лагере»;
- Индивидуальные беседы

Материально-техническое обеспечение

Лагерь размещается на базе муниципального бюджетного учреждения «ДД(Ю)Т» г. Лысьва.

<i>Помещения</i>	<i>Применение</i>	<i>Материальная база</i>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
Спортивный зал, каб.№65	Спортивный зал	Материальная база ДД(Ю)Т
Спортивная площадка	Площадка для проведения игр и тренировок на свежем воздухе	Материальная база ДД(Ю)Т
Медицинский кабинет	Медицинский контроль	Материальная база ДД(Ю)Т
Комнаты гигиены	Туалеты	Материальная база ДД(Ю)Т

Ресурсное обеспечение:

Для успешной реализации программы необходимо следующее обеспечение.

Спортивный инвентарь:

- Боксерские перчатки;
- Боксерские груши и мешки, скакалки, защита стоп и голени.
- Мячи футбольные;

Аппаратура:

- проектор;
- ноутбук;
- мультимедийное оборудование.

Бытовые предметы:

- столы,
- стулья.

Канцтовары и наградные материалы:

- ватман ;
- карандаши и фломастеры;
- краски гуашевые, кисти;
- бумага А4;
- грамоты и благодарственные письма;

Методическое обеспечение:

- Пэт О,Лири Боевой кикбоксинг – Ростов н/Д : Феникс,2006.
- В.В. Подойников «Школа бокса и кикбоксинга» изд. Сов. Сибирь», г. Новосибирск, 1997год.
- Youtube
- Л.В. Былеева «Подвижные игры», изд. «ФИС», г. Москва, 1966год.

4. Система контроля и оценивания результатов

Система стимулирования в лагере предполагает индивидуальное поощрение детей через вручение дипломов, грамот, призов.

Учёт отрядных достижений ведется педагогом.

Ребята представляют свои результаты полученных знаний и умений на турнирах, спаррингах, тестах

На итоговом мероприятии смены воспитанники получают призы и подарки в соответствии с достигнутыми результатами.

В течение смены проводится диагностика, которая направлена на выявление степени удовлетворенности детьми от пребывания в лагере.

5. Возможные риски и их преодоление

Возможные факторы риска реализации программы	Меры профилактики
Изменение климатических условий (дождь)	Организация мероприятий с учетом погоды: в хорошую погоду на площадке, при дожде – в помещениях ДД(Ю)Т (актовый зал и кабинеты для отдельных мероприятий).
Жар, палящее солнце	Защита головы от солнца, использовать головные уборы, не позволять детям длительно находиться на солнце.
Низкая активность детей в реализации программы	Организация индивидуальных бесед с детьми, анализ проблем, коррекция поведения, приобщение их к занятиям, или занятость их другой социально-значимой деятельностью.
Нарушение правил дорожного движения	Беседы с детьми, Инструктаж по ТБ, использование красных флажков при переходе улиц с отрядом.
Травмы и ушибы	Инструктаж по ТБ, помощь медицинского работника, иметь с собой средства для оказания первой помощи.
Терроризм	Инструктаж по ТБ, профилактическая работа.

6.Список литературы и интернет ресурсов

1. Григоренко Ю.Н., Пушина М.А. «Здравствуй, наш лагерь». Учебно-практическое пособие для воспитателей, вожатых, педагогическое общество России, М. 2003год.
2. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю., Кипарис-2: Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. - М.: Педагогическое общество России,2002.
3. Здравствуй, лето: Сборник инструктивно-методических материалов для организаторов летнего отдыха и оздоровления детей и подростков / Под общ. Ред. С.И. Калашникова, С.В. Адаменко - Ставрополь: СКИПКРО,2005г.
4. Методическое пособие по организации летнего отдыха детей/ Сост.: С.П. Беткер, Е.Н. Лемня, Г.Ф. Ренёва; Под ред. Е.Г. Мазуровой.
5. Youtube