

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ № 56»

«Утверждаю»  
Директор МАОУ «Гимназия № 56»  
М.В. Никитина  
12 января 2024 года

**Проект «Спортивные игры – баскетбол»**  
**Категория - профильная смена**  
**Номинация - «Ижевск спортивный»**

Овчинин Алексей Геннадьевич  
Учитель физической культуры  
конт.тел: 89127588784

город Ижевск, Индустриальный район  
2024 год

## Информационная карта проекта

|                                          |                                                                                     |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Район города                             | Индустриальный                                                                      |
| Наименование организации                 | Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Гимназия № 56»             |
| Полное название проекта                  | «Спортивные игры - баскетбол»                                                       |
| Категория                                | Профильная смена                                                                    |
| Общее количество участников              | 20 человек                                                                          |
| Возраст участников проекта               | 11-12 лет (5-6 класс)                                                               |
| Номинация                                | Ижевск спортивный                                                                   |
| Направление и специализация деятельности | Спортивно-оздоровительное                                                           |
| Сроки проведения                         | 10.06 - 21.06.2024                                                                  |
| Кол-во дней, месяц                       | 9 дней, июнь                                                                        |
| Цель проекта:                            | Создание условий для развития и совершенствования таланта спортивно одаренных детей |
| Сетевые партнёры                         | Бассейн Дворца спорта УдГУ<br>Спортивный коворг-центр «Арена»                       |
| Адрес организации                        | г.Ижевск, ул.Удмуртская, д.230, 426000                                              |
| Контактный телефон                       | тел./факс 433-483                                                                   |
| Электронный адрес                        | post@labore.ru,                                                                     |
| Авторы проекта                           | Овчинин Алексей Геннадьевич                                                         |
| Контактный телефон                       | 89127588784                                                                         |

**12 января 2024 год**

## Пояснительная записка

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 лично значимых сферах деятельности. Лагерь – это новый образ жизни детей, новый режим. Это жизнь в новом коллективе, 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. Проблемы организации летнего оздоровительного отдыха вытекают из объективных противоречий:

- между потребностью семьи и государства иметь здоровое, сильное подрастающее поколение и неудовлетворительным состоянием здоровья современных детей;

- педагогической заботой, контролем и желанием детей иметь свободу, заниматься саморазвитием, самостоятельным творчеством.

В основе деятельности профильной смены - продолжение занятий спортивной секции «Баскетбол». Профильная смена размещается на базе МАОУ «Гимназия № 56» города Ижевска. В основу организации закладываются здоровьесберегающие технологии, реализующиеся в игровой и соревновательной форме.

К особенностям реализации проекта «Спортивные игры» лагерной смены одаренных детей можно отнести:

- активное включение детей в жизнедеятельность лагеря и в тренировочный процесс;

- создание возможности для разностороннего развития и проявления всех двигательных качеств;

- обучение новым двигательным навыкам за счет «погружения» в тренировочный процесс;

- включение в учебно-тренировочный процесс широкого теоретического курса.

**Цель проекта:** создание условий для развития и совершенствования таланта спортивно одаренных детей.

### **Задачи:**

1. Формирование плана работы с учётом физических данных и возрастных особенностей участников проекта – силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

2. Организация креативной воспитательно-образовательной среды, способствующей приобретению детьми новых знаний и умений.
3. Знакомство с новыми двигательными навыками в волейболе и баскетболе.
4. Содействие физическому, интеллектуальному, психическому, культурному развитию детей через вовлечение их в различные мероприятия и акции в рамках лагерных мероприятий.

#### Сетевые партнёры:

- Бассейн Дворца спорта УдГУ
- Спортивный коворг-центр «Арена»

**Участники проекта:** дети и подростки 11-12 лет – учащиеся секции по баскетболу МАОУ «Гимназия № 56».

#### Результаты предыдущего опыта:

Основным в содержании деятельности профильной смены являлось практическая отработка умений и навыков – тренировочный процесс. Также обязательным является игровая деятельность. Результаты

1. Совершенствовались техники выполнения сложно - координационных действий участников.
2. Повысился уровень развития двигательных качеств – сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость.
3. Появился командный дух.
4. Состоялись тренировочные игры в спортивном коворг-центре «Арена»

#### Отзывы:

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><u>Три самых важных момента, которые мне запомнились:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поход в Парк им.Кирова</li> <li>- Хорошие ребята</li> <li>- Игра в коворг «Арена»</li> <li>- работа над собой</li> <li>- работа в команде</li> <li>- игры и тренировки на улице</li> <li>- завтрак и обед</li> </ul> | <p><u>Две трудности, которые я испытал</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- усталость</li> <li>- боли в мышцах</li> <li>- проблемы с выносливостью</li> <li>- скакалка</li> <li>- много пота</li> </ul> <p><u>Пожелания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- увеличить продолжительность профильной смены</li> <li>- запланировать посещение бассейна</li> <li>- все идеально</li> <li>- соревнования</li> <li>- больше ходить по разным площадкам</li> </ul> |
| <p><u>Отзыв:</u><br/>«Баскетбольная смена, проходившая в гимназии 56 превзошла ожидания - интенсивные тренировки, увлекательные игры, боль в мышцах и радость встреч с командой. А так же, поход до парка Кирова, впечатливший»</p>                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

прохождением расстояния - от школы до парка, и обратно! С ребятами во время смены подружились, поэтому в следующем году запишусь в этот лагерь снова!"  
Константин О.

### Содержание программы

Жизнедеятельность лагерной смены строится по нескольким направлениям:

- оздоровительное (закаливающие процедуры, соблюдение режима дня, оптимальный режим работы и отдыха);
- тренировочное (включение в режим дня утренней гигиенической гимнастики, тренировок на улице, спортивном зале, теоретический курс, плавательный бассейн);
- досуговое (посещение концертов, прочие мероприятия, включенные в программу общешкольного лагеря).

Места проведения занятий: школьные спортивные сооружения, спортивные комплексы города Ижевска.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>1 день</b></p> <p>Организационные мероприятия, знакомство с местами проведения учебно-тренировочных занятий. Проведение инструктажа по правилам безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий. Посещение плавательного бассейна.</p> | <p style="text-align: center;"><b>2 день</b></p> <p>Утренняя гигиеническая гимнастика. Совершенствование техники перемещений. Перемещение при подаче и приеме мяча. Плавание 25 метров.</p>                    |
| <p style="text-align: center;"><b>3 день</b></p> <p>Утренняя гигиеническая гимнастика.<br/>1. Челночный бег 5x18м.<br/>2. Прыжок в длину с места<br/>3. Подтягивание.<br/>Учебно-тренировочная игра. СФП. Посещение плавательного бассейна.</p>                                   | <p style="text-align: center;"><b>4 день</b></p> <p>Утренняя гигиеническая гимнастика. Совершенствование техники приемов и передач мяча. Учебно-тренировочная игра. СФП. Посещение плавательного бассейна.</p> |
| <p style="text-align: center;"><b>5 день</b></p> <p>Утренняя гигиеническая гимнастика. Групповые действия игроков. Взаимодействие при первой передаче игроков зон 3, 4, 2. Учебно-тренировочная игра. СФП. Посещение плавательного бассейна.</p>                                  | <p style="text-align: center;"><b>6 день</b></p> <p>Утренняя гигиеническая гимнастика. Групповые действия игроков. Взаимодействие при первой передаче игроков зон 3, 4, 2. Учебно-тренировочная игра.</p>      |

|                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                      | Игра в спортивном коворг-центре «Арена»<br>Посещение плавательного бассейна.                                                                                                                               |
| <b>7 день</b><br>Утренняя гигиеническая гимнастика.<br>Совершенствование техники подачи мяча и приеме подач мяча.<br>Учебно-тренировочная игра.<br>СФП.<br>Посещение плавательного бассейна.                         | <b>8 день</b><br>Утренняя гигиеническая гимнастика.<br>Совершенствование техники прямого нападающего удара и защитные действия игроков.<br>Учебно-тренировочная игра.<br>Посещение плавательного бассейна. |
| <b>9 день</b><br>Утренняя гигиеническая гимнастика.<br>Совершенствование тактики игры в нападении и защите.<br>Учебно-тренировочная игра.<br>СФП.<br>Подведение итогов, анкета.<br>Посещение плавательного бассейна. |                                                                                                                                                                                                            |

#### Режим:

|               |                                                                                      |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 08:30 – 09:00 | зарядка                                                                              |
| 09:00 – 09:30 | завтрак                                                                              |
| 09:30 – 12:00 | тренировочный процесс, спортивные мероприятия и соревнования                         |
| 12:30 – 13:00 | обед                                                                                 |
| 13:00 – 14:30 | тренировочный процесс, спортивные мероприятия и соревнования<br>Плавательный бассейн |

#### Кадры проекта

1. Руководитель проекта: Овчинин Алексей Геннадьевич – учитель физической культуры.
2. Орлова Марина Владимировна – учитель истории
3. Шудегова Александра Александровна – педагог дополнительного образования, руководитель «Школы журналистики»

#### Ожидаемые результаты и методика их оценки

| Результат                                                                       | Методика оценки                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 1. Совершенствование техники выполнения сложно-координационных действий игрока. | Рекомендации - выбор ведущего вида деятельности в спорте. |

|                                                                                                       |                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. Приобретение детьми новых навыков в специальной подготовке.                                        | Рекомендации - выбор ведущего вида деятельности в спорте.                                                    |
| 3. Повышение уровня развития двигательных качеств – силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. | Формирование рекомендаций для участия в районных, городских, республиканских, российских соревнованиях.      |
| 4. Улучшение спортивных результатов, обновление личных рекордов в игре БАСКЕТБОЛ.                     | Формирование рекомендаций для участия в районных, городских, республиканских соревнованиях.                  |
| 5. Приобретение детьми знаний в области спортивной подготовки и общей культуры                        | Публикации в школьной газете «Переменка»;<br>оформление информационного стенда и страницы на сайте гимназии. |

Ставя перед спортсменом конкретные и посильные задачи, задавая определенный тренировочный режим и актуализируя нужные мотивы деятельности, тренеры - преподаватели создают благоприятные условия для поэтапного и оптимального формирования спортивно важных свойств личности одаренного ребенка, влияя на динамику спортивных результатов. Это в свою очередь снижает соревновательный и социальный стресс, повышает эффективность тренировок, сохраняет здоровье, является профилактикой травм и заболеваний, дает информацию о состоянии спортсмена, которая в дальнейшем используется при управленческих решениях, педагогических воздействиях.

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

Расположение лагеря на базе МАОУ «Гимназия № 56» позволяет использовать ресурсы образовательного учреждения – кадровые, материально-технические, финансовые.

1. Выбор оптимальных условий и площадок для проведения тренировочных занятий и различных мероприятий;
2. Наличие канцелярских принадлежностей.
3. ИКТ-технологии.
4. Призы и награды для стимулирования.

|                 |                                                                        |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------|
| Спортивный зал  | Тренировочный процесс                                                  |
| Стадион         | Тренировочный процесс                                                  |
| Актовый зал     | Проведение общего сбора, образовательных событий, итоговых мероприятий |
| Библиотека      | Литература для педагогов и детей лагеря                                |
| Столовая        | Завтрак, обед                                                          |
| Комнаты гигиены | Туалеты                                                                |