Календарный план воспитательной работы лагеря с дневным пребыванием

МБОУ «Большеполянская ООШ»

|  |  |
| --- | --- |
| **1 день** | **2 день** |
| 8.30 Утренняя зарядка9.00 Завтрак9.30 Инструктаж по правилам техники безопасности при проведении спортивныхмероприятий и спортивных игр; правилах поведения в столовой; правилах поведения при проведении туристического похода.10.00 Торжественное открытие лагеря10.30 Анализ антропометрических показателей.11.00 Тестовые задания уровня физической подготовленности и физического развития детей (бег30м, прыжок в длину с места, подтягивание, челночный бег).13.00 Обед13.30-14.30 Беседа «История возникновения олимпийских игр» | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Настольный теннис. Правила игры в настольный теннис.11.00 Игра в настольный теннис .История возникновения и развития бадминтона .Ознакомительное занятие.13.00 Обед13.30 -14.30 Викторина «Мы за здоровый образ жизни» |

|  |  |
| --- | --- |
| **3 день** | **4 день** |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 История возникновения и развитие настольного тенниса.10.00 Подвижные и спортивные игры13.00 Обед13.30 -14.30 Беседа«Рациональный режимдвигательной активности» | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Баскетбол. Правила игры. Совершенствование технических и тактических действий при игре в баскетбол.10.00 Двусторонние игры 13.00 Обед 13.30 - 14.30«Если хочешь быть здоров»работа над проектом о здоровом образе жизни |
| **5 день** | **6 день** |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 История возникновения и развития баскетбола.10.00 Игра в стритбол 11.30 Патриотический час 13.00 Обед13.30 - 14.00 Видео обзор олимпийских видов спорта. 14.00- 14.30 Подвижные и спортивные игры | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Турнир по баскетболу .11.00 Патриотический час13.00 Обед13.30 - 14.00 Беседа«Рациональное питание». 14.00- 14.30 Подвижные и спортивные игры |

|  |  |
| --- | --- |
| **7 день** | **8 день** |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Турнир по стритболу Занятие на спортивной площадке11.00 Игры по интересам13.00 Обед13.30 - 14.30 Беседа «Если хочешьбыть здоров» конкурс работ о здоровом образе жизни. | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Игра в шахматы и шашки. Правила игры.11.00 Подвижные и спортивные игры13.00 Обед13.30 - 14.00 Беседа«Закаливание»14.00- 14.30 Занятие по бадминтону |
| **9 день** | **10 день** |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Инструктаж по техникебезопасности при туристическом походе10.00. Туристический поход. Преодоление туристической полосы препятствий.13.00 Обед14.00 - 14.30 Тренинг«Командные игры» | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30. Малые гимназические олимпийские игры11.00 Патриотический час 13.00 Обед13.30 - 14.30 Акция по здоровому образу жизни |
| **11 день** | **12 день** |

|  |  |
| --- | --- |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30. Мини-футбол. Правила игры в мини-футбол.Игра в мини-футбол.13.00 Обед13.30 - 14.00 Беседа «Летние олимпийские игры».14.00- 14.30 Спортивные и подвижные игры. | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 История возникновения и развития футбола.11.00. Игра в мини-футбол. Занятия на спортивной площадке13.00 Обед13.30 -14.30 Беседа «Зимние олимпийские игры» |
| **13 день** | **14 день** |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Бадминтон. Правила игры.10.00. Двусторонние игры11.00 Конкурс цветных карандашей «Любимый герой мультфильма» 13.00 Обед 13.30 - 14.30Спортивные и подвижные игры. | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Подвижные и спортивные игры11.00 Игра в настольный теннис Игра в бадминтон 13.00 Обед13.30 Просмотр кинофильма.13.30 - 14.30 Спортивные и подвижные игры. |
| **15 день** | **16 день** |

|  |  |
| --- | --- |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Волейбол. Правила игры.10.00 Двусторонняя игра вволейбол (пионербол) 11.00 Веселые старты13.00 Обед13.30 -14.30 Акция по здоровому образу жизни | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Подвижные и спортивные игры10.30 Соревнования по настольному теннису12.30 Патриотический час13.00 Обед13.30- 14.00 Беседа «Режим дня»14.00-14.30 Спортивные и подвижные игры. |
| **17 день** | **18 день** |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Подвижные и спортивные игры10.30 Соревнования по шахматам и шашкам13.00 Обед13.30 -14.30 Беседа «Античные Олимпийские игры»14.00-14.30 Спортивные и подвижные игры. | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП (общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30 Подвижные и спортивные игры11.00 Турнир по волейболу (пионерболу).13.00 Обед13.30-14.00 Беседа «Современные Олимпийские игры»14.00-14.30 Спортивные и подвижные игры. |
| **19 день** | **20 день** |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30. Подвижные и спортивные игры11.00 Соревнования по футболу13.00 Обед13.30-14.00 Просмотр фильма14.00 - 14.30 Спортивные и подвижные игры. | 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30. Тестовые задания уровня физической подготовленности ифизического развития детей (бег 30м, прыжок в длину с места, подтягивание).10.30 Подвижные и спортивные игры13.00 Обед13.30 - 14.30 Акция по здоровому образу жизни |

|  |  |
| --- | --- |
| **21 день** |  |
| 8.30 Утренняя зарядка. ОФП(общая физическая подготовка) в спортивном городке.9.00 Завтрак9.30. Анализ антропометрических показателей.13.00 Обед13.30- 14.30 Торжественное закрытие лагеряПодведение итогов работы лагеря |  |