

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Уральский государственный педагогический университет»
Институт социального образования
Факультет туризма и гостиничного сервиса
Кафедра туризма и гостеприимства

**ПРОЕКТИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ
ШКОЛЬНИКОВ**

*Выпускная квалификационная работа
по направлению подготовки 43.03.02 Туризм*

Исполнитель: Зайцев
Иван Юрьевич

«__» _____ 2016 г.

Допущена к защите
зав. кафедрой туризма и
гостеприимства
_____ А.И. Фишелева

Научный руководитель:

«__» _____ 2016 г.

«__» _____ 2016г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ....	6
1.1. Основные формы организации детских спортивно-развлекательных программ.....	6
1.2. Технология организации спортивно-развлекательных программ для детей.....	16
ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА СПОРТИВНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ «СПОРТИВНЫЕ КАНИКУЛЫ».....	20
2.1. Психолого-педагогическая характеристика возрастной группы 10-12 лет.....	20
2.2. Характеристика спортивно-развлекательных предприятий, посещаемых школьниками.....	32
2.3. Разработка плана мероприятий спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы».....	47
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	60
СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ.....	63

ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе проблема здоровья молодого поколения является острой и актуальной. Советский педагог Сухомлинский В.А считал: «От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...»

Влияние физкультуры и спорта на жизнь подростка сложно переоценить. Занимаясь спортом, ребенок быстрее развивается, лучше ориентируется в пространстве и чувствует собственное тело, становится более здоровым и менее восприимчивым к заболеваниям. Кроме того, занятие любым видом спорта для подростка благотворно влияет на его эмоциональное и психическое состояние.

Состояние духовно-нравственного и физического здоровья нации является важным условием развития любого государства. Всестороннее и гармоничное развитие человека, его физическое совершенство – это основы оздоровительной политики государства. Школа должна воспитывать здоровую личность.

Согласно статистики 35% детей в России признаны здоровыми, 50% имеют функциональные отклонения и 15% инвалиды с детства. Наличие уроков физкультуры в школах недостаточно, чтобы сформировать здоровую личность, поэтому нужны дополнительные программы по оздоровлению и физическому развитию школьников.

Физическая активность в подростковом периоде очень важна. Именно в это время в сердечно-сосудистой системе происходят структурные и функциональные изменения, от которых зависит готовность организма выдерживать нагрузки уже во взрослом возрасте.

Оздоровление школьников за пределами образовательного учреждения является актуальным вопросом для развития здоровой нации, как для педагогов, так и для родителей.

Таким образом, **целью** выпускной квалификационной работы стало разработка комплекса экскурсий «Спортивные каникулы» для учащихся МАОУ СОШ № 41 Екатеринбург.

Для реализации поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

- изучить литературу по данной тематике;
- рассмотреть основные формы организации детских спортивно-развлекательных программ;
- исследовать психологические особенности детей 10-12 лет;
- провести апробацию спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» в МАОУ СОШ № 41 города Екатеринбург.

Объект исследования является организация спортивно-развлекательной деятельности в МАОУ СОШ № 41 города Екатеринбург.

Предмет исследования является спортивно-развлекательная программа «Спортивные каникулы».

В работе использовались такие методы научного исследования, как описательный метод, который включает в себя наблюдение и сведение данных в совокупности; индуктивно-эмпирический метод – непосредственное наблюдение, обобщение результатов и формирование выводов.

Гипотеза: проведение спортивно-развлекательной программы в МАОУ СОШ № 41 будет способствовать привлечению внимания школьников к различным видам спортивно-досуговой деятельности, что приведет к развитию здоровой личности.

Теоретическое осмысление основных положений и понятий выпускной квалификационной работы осуществлялось на основе изучения специализированной литературы. Для раскрытия вопроса организации спортивно-развлекательных программ для детей использовались труды Н.А. Дегаева, Т.А. Пономарева, О.В. Серегин, Н.Г. Шашкин и другие.

Новизна проекта заключается в том, что разработанная спортивно-развлекательная программа была впервые предложена для реализации в МАОУ СОШ № 41 города Екатеринбург и проводилась в зимние каникулы в течении пяти дней.

Практическая значимость заключается в том, что в результате проведения программы «Спортивные каникулы» в МАОУ СОШ № 41 у подростков 10-12 лет проявится желание вести здоровый образ жизни и заниматься спортивной деятельностью.

Данная выпускная квалификационная работа состоит из введения, 2 глав и заключения.

В первой главе выпускной квалификационной работе описываются теоретические основы организации детского досуга в школе.

Во второй главе ведется проектирование спортивно-развлекательной программы для школьников 10-12 лет. Рассмотрена психолого-педагогическая характеристика возрастной группы 10-12 лет, представлена разработка спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы», рассмотрены экономические, правовые аспекты и вопросы безопасности жизнедеятельности при организации запланированных мероприятий.

В заключение обобщены результаты работы, подтверждающие, что сфера организации спортивно-развлекательных мероприятий для детей и подростков сложна и многогранна, требует серьезных доработок, четкого планирования и регламентирования.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНОГО ДОСУГА В ШКОЛЕ

1.1. Основные формы организации детских спортивно-развлекательных программ

Спортивно-развлекательные мероприятия (программы) считается оживлением отдыха и организация непосредственных впечатлений от личного участия в мероприятиях. От организации досуга зависит морально-психологический климат в обществе, его культурный уровень, физическое и нравственное здоровье.

Спортивно-развлекательное мероприятие рассматривается как деятельность по разработке и представлению специальных программ проведения свободного времени. Спортивно-развлекательные программы включают: спортивные игры и состязания, танцевальные вечера, карнавалы, игры, хобби, занятия, входящие в сферу духовных интересов и т.д.

Спортивно-развлекательная деятельность как фактор социальной активности выступает в качестве формы и метода изучения сложившейся практики, требующей профессионально подготовленных специалистов данного направления

Функции развлекательных программ – организация и руководство культурными, оздоровительными и спортивными мероприятиями, их дальнейшее распространение среди подростков.

В период формирования досуговой деятельности ее организаторам следует ответить на вопросы [6, с. 294]:

- 1) для кого делается программа, где определяется:
 - возраст и пол;
 - состояние здоровья;
- 2) что заложено в основу развлекательной программы (главная идея и цели ее достижения);

3) как построить развлекательную программу.

Общая развлекательная программа в школе включает в себя несколько направлений, основными из которых являются: спортивно-оздоровительное и культурно-досуговое.

Спортивно-оздоровительное направление. В основе спортивной анимации лежит здоровый образ жизни. Сохранение и укрепление здоровья учащихся – это основные функции спортивной анимации в школе. Особое значение в комплексе мероприятий, направленных на развлечение детей, уделяется всевозможным спортивным занятиям, состязаниям, конкурсам. Здесь может быть использовано все, что наработано и создано человечеством в этой области на данный момент. Это давно знакомые всем игры с известными условиями и правилами; и совсем новые, разработанные прямо тут, в процессе общения. Основными формами спортивно-оздоровительной анимации в школе являются: спортивные праздники, игры, мини-олимпиады и спартакиады, весёлые старты, комический футбол, спортивные конкурсы, семейные команды, самая спортивная пара. Рассмотрим подробнее наиболее употребляемые формы спортивно - оздоровительной анимации.

Основная масса учащихся проводит все свое время дома. Комната, компьютер, недостаток свежего воздуха не самым лучшим образом сказываются на здоровье школьника. Именно поэтому так сильно популярно спортивное проведение праздников. Прежде всего, это может быть мероприятие на свежем воздухе. Не только в летнее, но и в зимнее время года можно устроить спортивное мероприятие. Спортивные залы и пришкольные спортивные площадки отлично подходят для проведения спортивного праздника. Должным образом организовать программу помогут аниматоры или ответственные лица за досуговую деятельность школы [6, с. 295].

Перед проведением программы прорабатывается общая концепция, составляются подробный сценарий, учитывающий все пожелания. Всё

делается для того, чтобы при проведении спортивного праздника, все было весело и задорно. Можно также выбрать своеобразный Квест.

Это означает, что все участники делится на две команды, впоследствии, они и будут соревноваться друг с другом. На территории спортивной площадки можно спрятать какой-либо клад, который и должны будут найти участники. Но перед этим необходимо, подробно проработать все испытания, которые должны будут пройти участники, составляют специальные карты. Такие мероприятия можно устраивать в любое время года. А также можно приурочить к всероссийскому празднику. Например, день физкультурника или день защиты детей и т.д.

Можно организовать всевозможные увеселительные соревнования. Здесь будет и бег в мешках, и перетягивание каната, и много другое. В целом, подобные мероприятия весьма благотворно сказываются как на здоровье, так и на настроении участников.

Также в школе можно организовывать: турниры, эстафеты и другие спортивные развлечения. Чтобы провести подготовку к празднику спорта не потребуются больших затрат. Так как организаторами будут сами преподаватели.

Организация физкультурно-оздоровительной работы в школе проводится через систему спартакиады, которая является комплексным спортивно-массовым мероприятием и проводится в целях массового привлечения учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, повышения уровня физической подготовленности и спортивного мастерства. Общее руководство проведением спартакиады осуществляется учителем физкультуры.

Задачами спартакиады в школе являются:

- приобщение учащихся школы к здоровому образу жизни;
- популяризация культивируемых в ОУ видов спорта;
- повышение спортивного мастерства учащихся школы;

– комплектование сборных команд школы для участия в соревнованиях рангом выше школьных;

– воспитание чувства товарищества;

– выявление сильнейших команд среди мальчиков и среди девочек.

Школьная спартакиада охватывает практически всех учащихся школы. В ней, по мере возможности, принимают участие школьники, не отнесенные к основной медицинской группе. Исключение составляют учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе, которые привлекаются к спортивной работе в качестве помощников судей и контролеров и т.д.

Школьная спартакиада может включать следующие мероприятия: первенство школы по волейболу (мальчики, девочки), силовое троеборье (мальчики), троеборье (девочки), первенство школы по баскетболу (мальчики, девочки), легкоатлетическая эстафета, первенство школы по футболу и другие.

Победителем спартакиады становится команда, набравшая наибольшее количество очков.

Спортивные игры – самостоятельные виды спорта, связанные с игровым противоборством команд или отдельных спортсменов, и проводящиеся по определенным правилам. Спортивные игры, в которых соревнуются две или более команды называются командными спортивными играми [2, с. 304].

Военно-спортивная игра Зарница была и является важной частью патриотического воспитания школьников. Также проводятся спортивные игры по баскетболу, волейболу, футболу, плаванию, настольному теннису и многим другим видам спорта.

Комический футбол – это футбол, где все правила практически нарушены, а главные критерии, по которым оценивают команды – оригинальность внешнего вида членов команд, творческий подход к игре и число забитых голов.

Другой наиболее употребляемой формой спортивно-оздоровительной анимации в школе, воспитывающей инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности является состязание «Веселые старты». Они проводятся с целью организации в образовательных учреждениях занятий физической культуры во внеурочное время, определение и контроль за уровнем физической подготовленности учащихся, создание условий для объективной самооценки и самосовершенствования. Эстафеты «Веселые старты» не требуют специального оборудования и легко выполнимы всеми учащимися.

Для развития быстроты подбираются игры, требующие мгновенных, ответных реакций на зрительные, звуковые, тактильные сигналы, упражнения с внезапными остановками, стремительными рывками, мгновенными задержками, бегом на короткие дистанции в кратчайший срок и другими двигательными действиями, направленными на сознательное и целеустремленное опережение соперника. Для развития ловкости используются игры, требующие точной координации движений и быстрого согласования своих действий с действиями партнеров, физической сноровки и тактической изворотливости, умения своевременно и эффективно использовать те редкие благоприятные ситуации, которые неожиданно и непредсказуемо складываются в условиях бескомпромиссного психофизического соперничества.

Спортивные конкурсы – это непродолжительные по времени состязания, в которых результаты определяются без секундомеров, без рулеток и не требуют специальной подготовки. Главное преимущество конкурсов, то, что в них могут принять участие все школьники. А игровой метод и подведение личных и командных итогов служит гарантией несомненного к ним интереса [2, с. 296].

В задачу конкурсов не входит изучение техники бега, прыжков и других упражнений. Они в основном способствуют закреплению полученных в школе на уроках физкультуры умений и выработке физических качеств. В

школе для этого имеются неограниченные возможности. Конкурсы могут служить продолжением физкультурных занятий, где учащиеся разучивают упражнения под руководством преподавателя по физической культуре.

Конкурс проводится в течение 20-30 мин. Ввиду своей непродолжительности он предъявляет менее высокие требования к нервной системе и физическим силам детей. Но, повторяя подобные конкурсы-соревнования, можно тем самым способствовать разностороннему физическому развитию учеников. Местом их проведения могут быть небольшая поляна, спортивная площадка любой ровный участок.

Еще одной из разновидностей спортивного конкурса является соревнование между семьями. Цель такого соревнования: сплочение семей, вовлечение обучающихся и их родителей в систематические занятия физической культурой и спортом.

Ещё разновидностью спортивного конкурса является конкурс «Самая спортивная пара». В конкурсе принимают участие мальчик и девочка от каждого класса. Они проходят вместе различные спортивные испытания. В конце выявляется победитель.

Основами культурно-досуговой анимации является: комплексный подход к организации мероприятий, свобода выбора этих мероприятий, театрализация: использование разнообразных приемов (образность, символичность, метафоричность, стилизация) и всех видов искусства (живопись, музыка, литература), при этом ход события определяется сценарием, персонификация.

При этом культурно - досуговая деятельность выполняет прежде всего коммуникативную функцию, а также создаёт реальные возможности для самопознания, самоопределения, самореализация ребенка, правда, делают это различными способами.

В чем же специфика культурно-досуговой деятельности? Обычно этим понятием обозначают организацию и реализацию различного рода коллективных творческих дел (массовых досуговых мероприятий) -

фестивалей, конкурсов, соревнований, тематических дней и недель, вечеров, экскурсий и т.п.

Понятие культурно-досуговой деятельности могут употребляться в широком и узком смысле слова. В широком смысле в состав культурно - досуговой деятельности следует включать не только названные выше массовые, но и семейные и индивидуальные способы организации детского досуга - от совместных с родителями форм проведения свободного времени (посещение музеев, театров, семейный туризм и др.) до индивидуальных занятий ребенка по интересам (хобби, компьютерные игры, чтение).

Раньше типичным для практики являлась организация культурно-досуговой деятельности на основе простого планирования массовых мероприятий (дел), без должного программного обеспечения данного вида деятельности. Такой подход является следствием недооценки образовательного потенциала культурно-досуговой деятельности.

Между тем педагогически правильная ее организация может обеспечить достижение вполне определенных целей не только в плане организации отдыха и развлечения детей, но и в отношении их обучения, воспитания, самореализации, приобщения к культуре, в том числе к культуре общения и поведения. Без «обучающих» результатов культурно - досуговая деятельность не может быть сегодня признана в полной мере эффективной.

Полноценное использование богатого социально - педагогического потенциала культурно - досуговой деятельности предполагает переход от ее планирования к программированию, т.е. построению этого вида деятельности на основе специальных культурно-досуговых программ.

К традиционным формам организации таких мероприятий в школе относят: разовая игровая программа; конкурсno-игровая программа по заданной тематике; игра-спектакль; театрализованная игра; зрелище; праздник; длительная досуговая программа.

За основу классификации взяты два фактора: степень соучастия и ее протяженность во времени. В соответствии с этим выделяются шесть типов программ:

Другую классификацию мероприятий, через которые реализуются культурно-досуговые программы, предлагает Н.С. Карпова - педагог-психолог Загородного центра детско-юношеского творчества «Зеркальный» (Санкт-Петербург). Ее классификация построена в соответствии с тремя основными этапами развития личности ребенка школьного возраста, на каждом из которых, по мнению автора, должны использоваться преимущественно те или иные формы досуговых мероприятий, максимально подходящие возрасту детей.

I этап - дети от 6 до 10 лет. Это период научения детей определенным правилам и нормам. В этом возрасте дети ждут четких указаний; определенные ограничения как бы очерчивают для них некую зону безопасности, в которой маленький ребенок чувствует себя защищенным. Исходя из этого, основным способом осуществления культурно - досуговой деятельности с младшими детьми является действие по образцу, а формами ее реализации - всевозможные игры (игры с правилами, с игрушками, с синхронными действиями), чтение вслух, рисование, коллекционирование, драматизация, праздники [11].

II этап - дети 11-13 лет, им чрезвычайно важно согласовывать свои действия со сверстниками, они хотят участвовать в общем деле и знать, как их деятельность может выражаться в денежном эквиваленте. Подросткам этого возраста взрослый нужен как организатор, способный направить их бурную энергию в «мирное» русло, помочь сделать самостоятельные шаги к самоутверждению. Здесь ведущий способ проведения досуга - организация коллективной творческой деятельности, а наиболее популярными ее формами являются: игры на местности; игры на восприятие друг друга; вечеринки, праздники; встречи с кумирами (наяву, через рассказы,

видеофильмы); мероприятия по зарабатыванию каких-либо благ драматизация [11].

III этап - дети 14-17 лет. В этом возрасте у подростков формируется чувство идентичности, «самости», осознания собственной индивидуальности, стремления выразить себя; происходит определение жизненных целей личности, складывается мировоззрение осваиваются навыки взаимодействия с противоположным полом. В этом возрасте подросткам интересен взрослый, способный выступить в роли консультанта, советчика, старшего и более опытно товарища. Учитывая эти особенности, старшим подросткам, как и предыдущем случае, целесообразнее всего предлагать, различные варианты коллективной творческой деятельности, но с учетом запросов и интересов.

Это могут быть: вечера современной музыки, авторской песни; диско-шоу; дискуссии; тренинги; всевозможные формы общественно-полезной деятельности (благотворительные акции; выезды или походы с концертными программами и т.д.).

Длительная досуговая программа представляет собой систему воспитательной работы педагога или педагогического коллектива. Она обязательно состоит из четко спланированных этапов, в соответствии с поставленными педагогическими задачами. Такая программа планируется на целый учебный год или даже несколько лет. Типичным примером является программа детского летнего лагеря. В школах длительная игровая программа может быть организована в форме игры-путешествия с привалами (праздниками).

Праздник – особо значимый и весьма трудоемкий по организации тип досуговой программы. Он предполагает разнообразие развлечений, зрелищ, выставок, публичных выступлений с активным участием детей. Здесь может быть использован принцип свободного выбора досуговой деятельности (гулянье) или смена жанров для всех одновременно: например, затейничество, концерт - загадка, представление героев каких-либо событий и интервью с ними и др. В зависимости от поставленных педагогических

задач праздник может быть торжественным ритуалом, связанным с социально значимым событием или значительным событием в жизни коллектива, например день рождения клуба, объединения, юбилей учреждения. Праздник обязательно рассчитан на активную подготовку к нему всех участников; это одно из главных условий создания атмосферы ожидания праздника [11].

Разовая игровая программа, не требующая подготовки участников, когда ведущий включает детей в игру, массовый танец, пение, непосредственно в ходе программы. Она может длиться от 30 минут и более, в зависимости от возраста детей и выбора развлечений - это могут быть игры-забавы за столом, в игротехе, подвижные игры и танцы в кругу; игры с эстрады, дискотека и так далее. Такой сеанс «затейничества» может быть и частью более крупной программы, например масштабной, праздничной.

Конкурсная игровая программа по заданной тематике с предварительной подготовкой участников. Готовить и проводить такие программы могут как педагоги, так и старшеклассники под их руководством.

Игра-спектакль для приглашенной (неподготовленной) аудитории. Возможен в учреждении, где есть хотя бы небольшой коллектив организаторов, владеющих сценарным и актерским мастерством. Сюжет спектакля строится, таким образом, что в него включаются игры, аттракционы. В ходе игры-спектакля дети неожиданно для себя оказываются в игровой ситуации. Они наделяются ролями, им предлагается выполнить задания, помогая героям спектакля.

Театрализованные игры представляют собой разыгрывание в лицах литературных произведений (сказки, рассказы специально написанные инсценировки). Герои литературных произведений становятся действующими лицами, а их приключения, события жизни, измененные детской фантазией, - сюжетом игры. Особенность театрализованных игр состоит в том, что они имеют готовый сюжет, а значит деятельность ребенка во многом predeterminedена текстом произведения [11].

Настоящая творческая игра представляет собой богатейшее поле для творчества детей. Ведь текст произведения как канва, в которую дети сами вплетают новые сюжетные линии, вводят дополнительные роли, меняют концовку и т.д. В театрализованной игре образ героя, его основные черты, действия, переживания определены содержанием произведения. Творчество ребенка проявляется в правдивом изображении персонажа. Чтобы это осуществить, надо понять, каков персонаж, почему он так поступает, представить себе состояние, чувства, то есть проникнуть в его внутренний мир. И сделать это нужно в процессе слушания произведения.

Существуют разные понятия общественно полезной деятельности. Одно из них - это деятельность, направленная на удовлетворение потребностей других людей, коллектива и общества в целом.

Другое - это общественно-полезный характер приобретает любая деятельность, выполняемая для коллектива, общества.

Третье - деятельность, которая исключает производственные цели, а имеет лишь воспитательные. Все это обусловлено тем, что подростковый период сензитивен к той стороне деятельности, которая касается отношений с людьми, усвоения норм, правил, моделей этих отношений. Формы общественно полезной деятельности могут быть любыми - трудовая, учебная, художественная, общественная, спортивная и т.д. Наиболее употребляемыми видами общественной деятельности являются благотворительные акции, выезды или походы с концертными программами. Они направлены на внутреннее развитие учащихся, на обогащение их духовных ценностей.

1.2. Технология организации спортивно развлекательных программ для детей

Во времена технологий, социальная культура молодого поколения все меньше совершенствуется. Все свободное время школьники проводят не за

спортивными играми, а компьютерными. Век технологий с одной стороны продвигает человечество в перед, а с другой тормозит физическое развитие молодого поколения.

Сегодня важно научить молодое поколение эффективно использовать свободное время для своего социо-культурного, познавательного и духовно-творческого развития. Методический аспект этой проблемы должен заключаться в интенсивном накоплении, последовательной систематизации и целенаправленном совершенствовании оригинальных форм, средств и методов освоения молодым поколением имеющегося в России культурно-досугового потенциала.

Досуговая деятельность школьников должен подразумевать свободный выбор личностью определенного вида занятий, соответствующих, с одной стороны, потенциальным культурно-творческим запросам и устремлениям личности, а с другой стороны, тому или иному образу жизни современного человека. А в целом, в содержании досуговой деятельности всегда должен быть заложен ресурс реализации личностью своих индивидуальных потребностей и интересов, связанных с рекреацией, общением, саморазвитием.

Смысл досуговой деятельности состоит в том, чтобы максимально приблизить школьника к любимому виду спорта. Только в этом случае для школьника досуг превращается в определенный, стилистический узнаваемый и лично востребованный образ жизни, обеспечивающий осмысленное, содержательно-ёмкое заполнение свободного времени, развивает индивидуальные возможности и способности.

Ориентированная на игру досуговая деятельность имеет достаточно широкий диапазон проявлений, например: телевизионные и газетные викторины, конкурсы, спортивные состязания, компьютерные игры и др. Многочисленные наблюдения за практикой подготовки и проведения, культурно-досуговых мероприятий свидетельствуют о том, что успех любого планируемого массового мероприятия в значительной мере зависит от

включения в него игровых блоков, побуждающих подростков к состязательности, импровизации и изобретательности [28, с. 32].

Спорт и активный отдых восстанавливают силы человека, дают работу мышцам, психическим функциям, особенно тем, которые не нашли применения в труде. Наслаждение движением, быстрой сменой эмоциональных воздействий, содержательно насыщенным общением с друзьями все это дает физическая нагрузка. Активный отдых, в отличие от пассивного, требует свежих сил, волевых усилий и подготовки. К нему относят физкультуру, спорт, физические и психические упражнения, туризм, игры, посещение выставок, театров, музеев, прослушивание музыки, чтение, приятельское общение и др.

При организации досуговых, спортивно-технических мероприятий основной стратегической целью является соединение развлекательных и спортивных компонентов досуговой деятельности. В соответствии с этой пропорциональной схемой выстраивают воспитательные мероприятия.

Для этого ставят такие задачи как [28, с. 30]:

- здоровье сберегающий или реабилитационный уровень жизнеосуществления. Необходимость целенаправленной, педагогически сконцентрированной работы на этом уровне связана с общеизвестным ухудшением здоровья детей и молодёжи, общественным осознанием в последние годы важности возвращения здорового поколения;

- социально-защитный уровень бытия. Связан с заботой о детях, которые лишены нормальных социокультурных условий для жизни и полноценного развития;

- культурупреимственный и культуротворческий уровень жизненного бытия молодёжи. Требования к этому уровню логически вытекают из современного понимания сущности технической культуры как специфического, универсализирующегося способа приобщения к культуре в широком смысле этого слова.

В спортивно-технической деятельности, во всех ее возможных формах и видах, заложены огромные ресурсы для эстетического развития человека. А между тем, люди, активно занимающиеся физкультурой и спортом, и вместе с ними зрители имеют возможность воспринимать такое комплексное проявление эстетических ценностей, как гармония прекрасного, возвышенного и совершенного. Организация спортивно развлекательной программы начитается с составления расписания, в котором указывается: регистрация участников; открытие праздника; спортивные соревнования; завершение праздника и многое другое.

Сценарий праздника должен выступать в качестве методического образца для проведения любых досуговых мероприятий в образовательных учреждениях спортивно-технической направленности.

Алгоритм-схема подготовки и проведения спортивно развлекательной программы должен содержать: формирование рабочей группы; проведение заседания рабочей группы; подготовка и подписание приказа; подготовка, рассмотрение, согласование сценарного плана; разработка и утверждение распорядка проведения отдельных мероприятий праздника; определение ведущих праздника; секретарь соревнований; работа с ответственными за этапы соревнования; подготовка и утверждение сметы; разработка и утверждение схемы проведения мероприятия (маршрут); разработка и утверждение оценочного листа; разработка и утверждение макетов календарей; печать маршрута (карт), оценочных листов и календарей; обеспечение явки участников; приглашение гостей; подготовка территории и помещений к проведению мероприятия; уборка территории и помещений после проведения мероприятия; приобретение расходных материалов и атрибутов; организация работы гардероба; и другое [23, с. 152].

Этапы подготовки могут меняться в зависимости от места, времени года и тематики проведения спортивно развлекательной программы.

ГЛАВА 2. ПРОЕКТИРОВАНИЕ СПОРТИВНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

2.1. Психолого-педагогическая характеристика возрастной группы 10-12 лет

Десять-двенадцать лет в педагогике считается пограничным возрастом между детством и юностью. В этом интервале происходит два кризиса у ребенка, которые в педагогической литературе называются: возрастной и условно-педагогический кризис.

В возрасте 10-12-ти лет решаются специфические задачи личностного развития и взросления ребенка, идут усвоение культурных ценностей, определяющих в дальнейшем главные жизненные предпочтения.

Десять-двенадцать лет считается началом этапа полового созревания, изменения происходят в познавательной сфере: замедляется темп деятельности. На выполнение поставленных задач требуется больше времени. Дети отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, раздражаются без повода, капризны, их настроение часто меняется. Это является причиной к снижению успеваемости и конфликтам во взаимоотношениях в школе и дома.

В этот период у детей повышенная активность, стремление к деятельности, происходит уточнение границ и сфер интересов, увлечений. Так же подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его знаний. Его начинают интересовать вопросы прошлого и будущего, проблемы войны и мира, жизни и смерти, экологические и социальные темы, возможности познания мира, вымысла и реальности. Ребенок в этом возрасте интересуется своим внутренним миром и оценивает самого себя.

Элькониным Д.Б. и Драгуновой Т.В. выделяют ряд основных изменений, происходящих в возрасте 10-12 лет.

По мнению этих ученых изменения происходят [16, с. 94]:

– в учебной деятельности, которая приобретает смысл как деятельность по саморазвитию и самосовершенствованию;

– в сфере общения с товарищами, которое становится «особой формой жизни подростка» и выступает как деятельность по установлению близких отношений в коллективе;

– во взрослении как новообразования младшего подросткового периода, специфической формы самосознания, социального по своей природе и проявляющегося в «чувстве взрослости»;

– в овладении этическими нормами поведения, специфика которого связана с понятием качеств «хорошего товарища», оцениваемых в отношении себя самого. Это также указывает на новый этап в становлении самосознания.

У раннего подростка появляется рационально структурированная внутренняя позиция. Эта позиция способствует появлению структурности восприятия, что предполагает «осмысленную ориентировку в собственных переживаниях», «логику чувств». Происходит обобщение и классификация переживаний, возникают новые смыслы и отношения к себе. Внутренняя позиция определяется устойчивой структурой мотивов, что обеспечивает чувственное внутреннее единство и организованность поведения: целостность восприятия окружающего и самого себя, осмысленность переживаний, что вызывает и новое отношение к себе. Все это тесно связано и переплетено с осознанием и обоснованностью самооценки, что также является новообразованием младшего подросткового возраста.

Самооценка – это значимый компонент самосознания, имеющий разносторонние характеристики и сложную самостоятельную структуру в личности младшего подростка. Одним из критериев обоснованности самооценки выступает ее адекватность оценкам подростка сверстниками и значимыми взрослыми. Чем выше обоснованность самооценки, тем лучше сформировано индивидуальное сознание, способность к межличностному

общению, пониманию собственных переживаний, их причин и результатов своего поведения [6, с. 290].

Стремление экспериментировать является самой яркой характеристикой младших подростков. Если школа не предоставляет ученикам культурных форм такого экспериментирования, то оно реализуется лишь в самой поверхностной и примитивной форме – в экспериментах со своей внешностью.

Склонность к фантазированию, к некритическому планированию своего будущего – также отличительная особенность этого возраста. Результат действия становится второстепенным, на первый план выступает свой собственный авторский замысел. Если учитель контролирует только качество учебной работы школьников и не находит места для оценки детского творчества, инициативы и самостоятельности, то процесс учения теряет для ученика свою актуальность и привлекательность.

В период перехода из начальных в средние классы у подростка происходит падение интереса к учебе. Это связано не только с внутренними изменениями психологического состояния ребенка, но и с объемом информации которым ребенок должен овладеть и усвоить. В начальной школе у школьника один основной учитель и несколько дополнительных (по музыке, физической культуре). А перейдя в средние классы, школьник сталкивается с каждым предметом по отдельности, а соответственно с каждым учителем.

Существуют психологические особенности школьника в возрасте 10-12 лет, которые игнорируются при построении образовательной среды, а так же служат основанием для возникновения конфликтов между учителями и учащимися. Рассмотрим некоторые из них.

У подростка в возрасте 10-12 лет появляется чувство взрослости. С этим чувством подросток сравнивает и отождествляет себя с другими, находит образцы для усвоения поведения и способов общения, строит свои отношения с людьми, перестраивает свою деятельность.

«Чувство взрослости», не подкрепленное еще реальной ответственностью, – это особая форма самосознания, возникающая в переходный период и определяющая основные отношения младших подростков с миром. Также «Чувство взрослости» появляется в потребности равноправия, уважения и самостоятельности, в требовании серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых. Пренебрежение этими требованиями, неудовлетворенность этой потребности обостряет негативные черты подросткового кризиса [23, с. 160].

Склонность к фантазированию, к некритическому планированию своего будущего. Результат действия становится второстепенным, на первый план выступает собственный авторский замысел («нам рыба не важна, важен сам процесс»). Если мы контролируем только качество «продуктов» учебной работы школьников и не находим места для оценки детского творчества, инициативы, самостоятельности, то процесс учения теряет для ученика свою актуальность и привлекательность.

Стремление экспериментировать, используя свои возможности, самая яркая характеристика младших подростков. Если школа не предоставляет ученикам культурных форм такого экспериментирования, то оно реализуется лишь в самой поверхностной и примитивной форме – в экспериментах со своей внешностью.

Протекание школьной жизни учеников 4-6 классов осложняется завышенными требованиями педагогов. Требовать от пятиклассника знаний как от старшеклассника нельзя по причинам [6, с. 268]:

– содержание учебных курсов основной школы выстраивается системно, что предполагает хорошо развитое теоретическое мышление подростков. Однако такое мышление находится в этом возрасте лишь на начальном этапе своего развития. Поэтому новые научные термины и понятия нужно вводить постепенно, на основе имеющихся представлений и общих ориентировок школьников в ходе их разнообразной практической деятельности.

– сообщество взрослых ожидает от детей способности понимать других людей и сосуществовать с ними на принципах равноправия и терпимости. Эта способность человека называется децентрацией. У младших школьников она только начинает формироваться. Но развитие этой способности не терпит суеты, требует осторожности и ненавязчивости. Это качество развивается и в учебных ситуациях, и в домашних стенах, когда ребенок учится понимать и принимать чужую точку зрения.

Для детей 10-12 лет естественным и нормальным является частая смена интересов, «метания» из стороны в сторону. «Драмкружок, кружок по фото, а мне еще и петь охота...» Такое непостоянство, нередко расцениваемое родителями и учителями как легкомыслие и поверхностность, в действительности очень желательно, так как дает детям реальный опыт деятельности в самых разных областях и направлениях науки, искусства, знания.

Чем полноценнее пройдет этот период первичных, еще не очень серьезных увлечений, тем больше вероятность того, что интересы, которые возникнут и сохранятся по достижении старшего подросткового возраста, будут осмысленными и глубокими.

У младших подростков долгое время сохраняются привычные способы взаимодействия и виды общения с близкими им взрослыми. Десяти-двенадцатилетний ребенок может конфликтовать с родителями совершенно так же, как 4-х летний дошкольник или семилетний первоклассник. Он может быть несамостоятелен в быту, что сразу задает тон и содержание общения в семье. У большинства детей десяти лет это «дошкольное» общение дома все еще процветает и «сворачивается» с большими трудностями [16, с. 198].

Одной из важнейших потребностей младшего подростка выделяют потребность в положительной оценке себя во взаимодействии со сверстниками и значимыми взрослыми, в проявлении собственной внутренней позиции.

В силу своего возраста подросток строит себе эмоционально выраженный идеал, поэтому важно помочь ребенку наполнять его нравственным содержанием, поскольку «идеальное Я» имеет важное значение для развития я-концепции.

Потребностью подростка 10-12 лет рассматривается в самопознании. Она обусловлена поиском возможностей и границ своего «Я» в рамках ведущей деятельности. Важной потребностью является и потребность эмоционального самовыражения и взаимодействия. Так как эмоциональная сфера является неотъемлемой от рациональной, когнитивной в структуре самосознания, для развития понятийного и абстрактного мышления подростку 10-12 лет необходимо эмоциональное наполнение его деятельности, общения и поведения. Не менее значима потребность в общении со сверстником своего пола. Данная потребность связана с процессом активной идентификации подростка вследствие его возрастных изменений.

Психологические особенности подростков 10-12 лет объективны, и они быстро пройдут и не окажут отрицательного влияния на учебу, если педагоги найдут целесообразными применение щадящих методов и форм взаимодействия. В процессе обучения важно уделять внимание адаптации учащихся при переходе из младших классов в средние.

Построение учебного процесса должно проходить в индивидуальной познавательной деятельности. Подростки 10-12 лет стремятся добиться поставленной цели в течение одного занятия и желают видеть наглядный результат своего труда. Основные задачи развития на этом возрастном этапе – развитие логического мышления, умения оперировать полученной информацией, развитие самостоятельности детей в учебной деятельности. Для этого необходимо создание учебной ситуации, способствующей удовлетворению познавательных потребностей детей.

В процессе деятельности образовательной организации возникает необходимость перевозить группы детей автобусом. Перевозка детей может

осуществляться как школьным автобусом, так и автобусами, предоставляемыми по договору фрахтования (заказными) автотранспортным предприятием или частным предпринимателем — фрахтовщиком.

Прежде чем сделать заказ на автобус для школьной экскурсии, необходимо ознакомиться с основными требованиями, предъявляемыми к перевозчикам, осуществляющим транспортировку детей.

Правила перевозки детей к месту проведения школьной экскурсии регламентируются следующими нормативными документами:

1) Федеральный Закон «О безопасности дорожного движения» №196-ФЗ от 10 декабря 1995 года;

2) Федеральный Закон “Об обязательном страховании гражданской ответственности владельцев транспортных средств” №40 от 25 апреля 2002 года;

3) Федеральный Закон “О лицензировании отдельных видов деятельности” № 99-ФЗ от 04 мая 2011 года;

4) Федеральный Закон «Устав автомобильного транспорта и городского наземного электрического транспорта” № 259-ФЗ от 8 ноября 2007 года;

5) Постановление N1176 Правительства Российской Федерации от 17 декабря 2013 г. “О внесении изменений в Правила дорожного движения Российской Федерации”.

6) Организация школьной экскурсии, для которой требуется аренда автомобильного транспорта, начинается с издания «Приказа директора школы об организации экскурсии».

7) Согласно новому постановлению №1176 Правительства РФ от 17.12.2013 перевозка организованной группы детей может осуществляться только на специальном автобусе.

Сегодня многие компании предлагают автобусы для школьной экскурсии. Необходимо чтобы фирма имела лицензию на осуществление пассажирских перевозок транспортом.

Отдельной лицензии на перевозку детей не существует. Согласно законодательству дети относятся к категории пассажиров, и на них распространяются все утвержденные законом права и обязанности пассажира.

Перевозка детей на экскурсию автомобильным транспортом осуществляется в светлое время суток. Для транспортировки детских групп в ночное время требуется специальное разрешение.

Автобусы для школьной экскурсии должны быть оборудованы:

- системой ГЛОНАСС и тахографами;
- опознавательной табличкой “Перевозка детей”;
- ремнями безопасности на каждом пассажирском кресле;
- двумя огнетушителями;
- тремя аптечками с действующим сроком годности;
- противооткатными упорами.

Скорость движения автобуса при перевозке детей на экскурсию и обратно ограничена и не должна быть выше 60 км/ч.

Требования, предъявляемые к водителям и обязательное наличие документов:

- водительские права категории «Д», стаж не менее 1 года, отсутствие любых нарушений ПДД за последний год;
- трудовой договор фирмы с водителем транспортного средства;
- путевого листа автобуса необщего пользования;
- техпаспорт транспортного средства;
- действующая лицензия на перевозку пассажиров по территории РФ;
- страховка ОСАГО и страховка гражданской ответственности перевозчика перед пассажирами в случае наступления несчастного случая;
- талон техосмотра.

Если колонна автобусов для экскурсии состоит из более чем трех транспортных средств, необходимо заказать машину сопровождения ГИБДД для движения впереди колонны.

Перед выездом детей следует познакомить с правилами проезда в автобусе. Во время поездки запрещается:

- употреблять пищу;
- ходить по салону во время движения;
- курить, распивать спиртные напитки (в том числе пиво и коктейли);
- создавать ситуации, мешающие комфорту других пассажиров или безопасности движения автобуса;
- оставлять за собой грязь, мусор;
- портить внутренний инвентарь автобуса, а в случае поломки какой-либо вещи или механизма сообщить об этом водителю.

Положение об организации внешкольных мероприятий:

1. Пешеходные или автобусные экскурсии, а также любые другие коллективные внешкольные мероприятия не зависимо от удаленности места проведения от школы проводятся только с разрешения директора школы, подтвержденного приказом.

2. При проведении любого внешкольного коллективного мероприятия необходимо составить список участвующих детей.

3. Категорически запрещается проводить внешкольные мероприятия без предварительного уведомления администрации школы.

4. При заключении договора на организацию экскурсии с экскурсионной или туристической фирмой следует убедиться в наличии лицензии на предоставление такого рода услуг детским учреждениям. Категорически запрещается заключение договоров на экскурсионное обслуживание с организациями, не имеющими государственной лицензии на работу с детьми.

5. Сопровождающими группу могут быть назначены только учителя школы. Количество сопровождающих должно быть не менее 2-х человек на группу. Назначение подтверждается приказом директора.

6. Сопровождающие руководствуются инструкциями по технике безопасности при организации внешкольных мероприятий (пешие экскурсии и походы, перевозка детей автотранспортом).

7. Сопровождающие группы должны быть оснащены аппаратами мобильной связи для возможности осуществления постоянной связи с администрацией школы. Допускается использование личных мобильных телефонов, для этого необходимо сообщить администрации школы контактный номер и Ф.И.О. владельца аппарата. Категорически запрещается осуществлять экскурсии или походы без оснащения мобильной связью сопровождающих.

8. Категорически запрещается выступать в качестве сопровождающих группы представителям родительского комитета, родителям, родственникам или любым другим лицам (представитель тур.фирмы, представитель принимающей стороны при экскурсиях на предприятия, техническим сотрудникам школы и т.д.)

9. Перед выходом из школы учащихся следует дополнительно проинструктировать по вопросам правил безопасного поведения при пеших экскурсиях и походах.

10. Ответственность за жизнь и здоровье учащихся при проведении внешкольного мероприятия возлагается на сопровождающих группу лиц.

11. В случае проведения внешкольного мероприятия без соблюдения вышеуказанных условий ответственность за жизнь и здоровье детей, а так же ответственность за нарушение внутреннего распорядка школы возлагается на классного руководителя класса, участвовавшего в мероприятии.

12. При проведении внешкольных мероприятий с транспортировкой учащихся к месту проведения посредством автотранспортных средств запрещается привлекать к перевозкам частный автотранспорт.

13. Перевозчиком может служить только официальная транспортная организация, имеющая лицензию предоставление услуг по перевозке детей.

14. Транспортное средство, предоставляемое для перевозки детей должно иметь талон о прохождении государственного технического осмотра, водитель должен иметь оформленный надлежащим образом путевой лист. Транспортное средство быть оборудовано аптечкой с полным набором необходимых медикаментов и перевязочных средств, огнетушителями, табличками «Дети», расположенными спереди и сзади.

15. Перед посадкой детей в транспортное средство следует провести дополнительный инструктаж по вопросам поведения при поездке в автотранспортных средствах, правилах посадки и высадки, поведение на проезжей части.

16. Перед посадкой детей транспортное средство должно быть осмотрено сотрудниками ГИБДД, о чем должен быть составлен соответствующий акт.

17. При несоблюдении хотя бы одного из требований к автотранспортному средству, перевозка детей категорически запрещена. Поездка отменяется, автотранспортное средство отправляется в гараж.

18. Во время пешеходной экскурсии, похода или поездки сопровождающие обязаны проверять всех участников по списку.

Требования к сопровождающим детские группы. Обязанности и права руководителя и заместителя руководителя экскурсии:

1. Руководитель экскурсии назначаются администрацией учреждения, проводящего путешествие.

2. Руководителем и заместителем руководителя экскурсии могут быть лица, удовлетворяющие требованиям Инструкции по организации и проведению экскурсий с учащимися, воспитанниками и студентами.

3. Руководитель несет ответственность за жизнь, здоровье детей и безопасность проведения экскурсии, за содержание оздоровительной, воспитательной и познавательной работы, за выполнение плана мероприятий, правил пожарной безопасности, за охрану природы, памятников истории и культуры.

4. За нарушение Инструкции по организации и проведению экскурсий с учащимися, воспитанниками и студентами руководитель группы несет дисциплинарную ответственность, если эти нарушения не влекут за собой другой ответственности, предусмотренной действующим законодательством.

5. Руководитель обязан:

- до начала экскурсии: обеспечить комплектование группы с учетом интересов, туристской квалификации, физической и технической подготовленности учащихся; организовать всестороннюю подготовку участников экскурсии; составить смету расходов; подготовить маршрутные документы (маршрутную книжку или маршрутный лист, удостоверение) и приказ на проведение экскурсии (путешествия); совместно с участниками ознакомиться с районом экскурсии по отчетам других групп; подготовить картографический материал, разработать маршрут и график экскурсии, план краеведческой, общественно полезной работы и других мероприятий, проводимых на маршруте; наметить контрольные пункты и сроки; ознакомиться с условиями погоды в районе предстоящей экскурсии; изучить сложные участки маршрута и наметить способы их преодоления;

- в экскурсии: строго соблюдать утвержденный маршрут; принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников, вплоть до изменения маршрута или прекращения экскурсии в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, а также в случае необходимости оказания помощи пострадавшему;

Требования к сопровождающим поездок организованных групп детей автомобильным транспортом:

1. Количество сопровождающих на 1 автобус назначается из расчета их нахождения у каждой двери автобуса, при этом один из сопровождающих является ответственным за организованную перевозку группы детей по соответствующему автобусу и осуществляет координацию действий водителя (водителей) и других сопровождающих в указанном автобусе.

2. При организованной перевозке группы детей в междугородном сообщении организованной транспортной колонной в течение более 3 часов обеспечивается сопровождение медицинским работником.

2.2. Характеристика спортивно-развлекательных предприятий посещаемых школьниками

Для разработки мероприятий спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» нами были изучены все спортивно-развлекательные предприятия города Екатеринбург и свердловской области. При выборе спортивно-развлекательных предприятий мы учитывали не только возраст 10-12 лет, но и привлекательность предприятий для семейного времяпровождения. Возможность семьи почувствовать в развитии подростка, является важной частью формирования здорового образа жизни.

Изучив рынок предлагаемых услуг в области спортивных мероприятий, мы остановились на пять предприятиях: Загородный клуб «Белая Лошадь»; Учебно-спортивная база "Динамо"; Культурно развлекательный комплекс «Уралец»; Развлекательный центр «Луна»; Спортивный комплекс «Юность».

Дадим характеристику каждому выбранному спортивно-развлекательному предприятию.

Загородный клуб «Белая Лошадь» предлагает активный отдых, для увлекательного время проведения в компании близких и друзей. Загородный клуб «Белая Лошадь» предоставит многочисленные площадки и инвентарь для организации досуга. Активный отдых вблизи Екатеринбурга в загородном клубе «Белая лошадь» включает в себя множество увлекательных мероприятий. Летом функционирует спортивная площадка для командных игр, а также летние открытые бассейны для взрослых и детей. В пункте проката велосипеды, веломобили, сегвеи, мячи, ракетки. Зимой активный отдых под Екатеринбургом подразумевает уличный каток, на центральной

площадке устанавливается настоящий ледовый городок со скульптурами и горками, а в пункте проката: коньки, лыжи, ледянки, а также бублики для катания с большой горки [36].

Так же в загородном клубе «Белая лошадь» для активного отдыха функционирует спортивная площадка. Поле размером 40*20 метров имеет покрытие из искусственной травы. Оно идеально подходит для таких игр как баскетбол, мини-футбол, теннис и волейбол. Площадка отличается эластичностью, мягкостью, комфортностью и хорошим скольжением, что обеспечивает безопасность любой спортивной игры. Зимой площадка превращается в ледовый каток.

Загородный клуб «Белая лошадь» предлагает уникальные условия для семейного отдыха, которые не ограничиваются многочисленными детскими игровыми площадками. Здесь ответственно, с душой и комплексно подходят к вопросу организации детского досуга. Каждый выходные для самых юных гостей открыт детский клуб, а каждые каникулы - детский многодневный тур «Талантливая Белая лошадь». В конном манеже обучают верховой езде детей от 5 лет. И взрослые, и дети останутся в восторге от общения с милыми и дружелюбными обитателями контактного зоопарка. А если хочется устроить полноценный семейный отдых, можно остаться в двухэтажных комфортных домиках на выходные [36].

Детский клуб выходного дня в загородном клубе «Белая лошадь» создан для того, чтобы дети смогли увлекательно и с пользой провести выходные, а родители немного отдохнуть и отвлечься от суеты будней. Детей ждет интересная и познавательная тематическая программа с творческими мастерскими, подвижными играми и квестами, тренингами на развитие и лидерство, кулинарными мастер-классами, походом в контактный зоопарк и экскурсией по конюшне.

Также в загородном клубе «Белая лошадь» работает детский всесезонный тур «Талантливая Белая Лошадь». Загородный клуб «Белая лошадь» приглашает детей 6-14 лет провести каникулы весело и активно в

рамках 7-10-дневного детского тура с проживанием и питанием. Это прекрасная возможность получить навыки верховой езды, научиться ухаживать за животными, найти новых друзей, проявить свои таланты и особенности в тематических играх, многочисленных мастер-классах, творческих мастерских и занятиях на развитие личности. Смены набираются каждые школьные каникулы. Также организовываются специальные детский тур выходного дня на 2-3 дня [36].

В загородном клубе «Белая лошадь» есть уникальный однодневный групповой тур с развивающей тематической развлекательной программой. Дети катаются на лошадях, посещают контактный зоопарк, играют увлекательный квест и веселятся от души. Загородный клуб «Белая лошадь» это не только здоровый отдых, но и место для получения позитивных эмоций

Учебно-спортивная база «Динамо» выпустила десятки уральских спортсменов. Школа Биатлона - это корпус для проживания спортсменов. А также место хранения инвентаря и подготовки лыж к соревнованиям. УСБ «Динамо» проводит индивидуальные тренировки по лыжным гонкам. Результативная методика, занятия проводят высококвалифицированные и компетентные специалисты. Без возрастных ограничений [37].

Любители активного отдыха получают возможность позаниматься на свежем воздухе, поиграть на волейбольной и баскетбольной площадках, футбольном поле. Так же в УСБ «Динамо» есть спортивный зал, тренажерный зал, актовый зал.

На территории УСБ «Динамо» есть клуб «Партизан». Любителей активного отдыха с привкусом адреналина круглый год ждет в гости стрелковый клуб «Партизан». Специализация клуба - игры в пейнтбол и лазертаг, развлекательный тир, программы корпоративного и детского отдыха. Игровой полигон клуба площадью 5000 м² с беседками и мангалами расположился за Русскими банями, а неподалеку, в школе биатлона, находится теплая раздевалка, туалеты, душ и кафе.

Посещая учебно-спортивную базу «Динамо» можно не только быть здоровым, но и стать спортсменом.

Культурно развлекательный комплекс «Уралец». Арена «Уралец» - современный многофункциональный культурно - развлекательный комплекс, расположенный в самом центре Екатеринбурга. Эта самая крупная крытая площадка и одно из наиболее знаковых сооружений в уральском мегаполисе и в регионе в целом. Общая площадь арены - 32 000 м²; вместимость - более 5000 посадочных мест; максимальная вместимость более 7000 человек; аудитория прямого контакта в год более 700 000 человек [37].

Помимо огромного катка на территории комплекса расположились офисные помещения, просторные светлые холлы с концептуальными барами, кухни разных народов мира, спорт-бар и магазинчики с сувенирной продукцией. В «Уральце» работают многочисленные спортивные секции и школы, в том числе: Школа фигурного катания «Серебряный конек», детская юношеская школа олимпийского резерва по фехтованию, а так же фитнес-клуб и танцевальный центр.

Арена «Уралец» является домашней площадкой для хоккейных клубов «Автомобилист», «Авто», «Спартак - Меркурий», а так же служит платформой для сотен крупнейших мероприятий: концертов мировых и отечественных звезд, выставок, уникальных ледовых шоу. Для наиболее удобного обзора для посетителей действуют комфортабельные ВИП-ложи с высочайшим уровнем обслуживания [38].

Ледовая арена культурно-развлекательного комплекса «Уралец» приглашает всех желающих принять участие в массовых катаниях на коньках. Покататься на коньках и прекрасно провести время с друзьями, семьями, детьми. К услугам посетителей ледового катка - прокат коньков.

На ледовой Арене «Уралец» проводятся тренировки спортивной школы фигурного катания «Серебряный конек». Детям польза от фигурного катания огромная. Прежде всего, занятия фигурным катанием укрепляют здоровье ребенка. Именно этот вид спорта врачи обычно рекомендуют детям с

ослабленным иммунитетом или больным сердцем. Это лекарство от простуды, кашля, гриппа, универсальное средство для лечения заболеваний позвоночника в раннем возрасте, благотворное воздействие на работу легких, печени, суставов. При занятиях фигурным катанием у ребенка формируется гармоничная фигура. Ведь программа обучения включает физические нагрузки, хореографию и ледовые тренировки.

Развлекательный центр «Луна» работает с 2000 года и его популярность среди развлекательных заведений не вызывает никаких сомнений. Вмещающий в себя 16 дорожек, он полностью компьютеризован и по всем параметрам соответствует мировым стандартам. И дело не только в американском оборудовании «Brunswick», но и в теплой, дружественной обстановке, которая позволяет отдохнуть после напряженного дня [39].

Кроме игры в боулинг, развлекательный центр «Луна» предлагает множество других развлечений: бар, караоке-паб, ночной клуб, детский клуб, где можно провести детский день рождения, гостиница, бильярд, игровые автоматы, а также крытый ледовый каток.

Развлекательный центр «Луна» также предоставляет услуги по организации и проведению банкетов, корпоративных вечеринок, соревнований по боулингу и т.д. Высокий уровень обслуживания, качество и разнообразие услуг привлекают в развлекательный комплекс «Луна» людей с различным уровнем доходов.

Боулинг – это увлекательная и модная игра, спорт, и активный отдых, и прекрасная возможность весело провести время в компании друзей или в кругу семьи.

Спортивный комплекс «Юность» полноценный спортивно-оздоровительный комплекс, расположенный в самом сердце города Екатеринбург. В школе работает 7 отделений, где обучается более 3000 детей: Легкая атлетика; зимние циклические виды спорта; фигурное катание на коньках; плавание; спортивная гимнастика; хоккей; футбол.

На территории школы «Юность» расположены [40]:

– один из крупнейших и современных бассейнов в Уральском регионе - «Юность»;

– прекрасный Дом спорта «Снежинка» с крытым ледовым кортом и легкоатлетической ареной;

– уютный специализированный гимнастический корпус с залами хореографии;

– новая искусственная футбольная площадка;

– большая спортивная арена с естественной ледовой дорожкой для подготовки конькобежцев.

Легкая атлетика – один из самых популярных видов спорта. Занятия легкой атлетикой помогают развить выносливость и быстроту, укрепят мышцы и помогут сформировать красивое и грациозное телосложение у юношей и девушек. Основой легкоатлетических упражнений являются естественные и жизненно важные движения человека: ходьба, бег, прыжки, метания. Занятия легкой атлетикой общедоступны благодаря разнообразию её видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года.

Занятие лыжным спортом – одно из самых гармоничных и эффективных средств развития организма человека. Занятия лыжными гонками помогут ребенку стать выносливей, а также застраховаться от сердечно-сосудистых заболеваний и простуд. Этот вид спорта особенно хорош с точки зрения закаливания, ребенок постепенно привыкает к постоянному свежему воздуху, развиваются все мышцы, координация движений.

Фигурное катание на коньках – один из красивейших видов спорта. Этот техничный, сложный вид спорта подходит как для мальчиков, так и для девочек. Фигурное катание развивает легкость, изящество и координацию движений, чувство равновесия, пространственную ориентацию и сочетает многогранную двигательную активность с элементами хореографии, танцев, музыкой.

Плавание – один из самых распространенных и любимых видов спорта. Занятие плаванием особенно полезны для детей и подростков, так как улучшает кровообращение, развивает органы дыхания, укрепляет иммунитет, исправляет осанку, улучшает общее самочувствие и настроение.

Спортивная гимнастика – это один из самых красивых, грациозных, сложных и зрелищных видов спорта. Гимнастика (от греческого "гимназо" - обучаю, тренирую) - система телесных (физических) упражнений, сложившаяся в Древней Греции за много веков до нашей эры, - служила целям общего всестороннего физического развития и совершенствования.

На сегодняшний день хоккей с шайбой является одним из любимых видов спорта у россиян. Хоккей - зрелищная динамичная игра. Она комплексно развивает все физические способности, закаляет характер, воспитывает морально-волевые качества.

Футбол объединяет огромное количество людей на всей Земле. Интерес к нему с каждым годом растет, поэтому по популярности он опережает многие виды спорта. Польза от занятий футболом огромна. Во время тренировок будут укрепляться мышечная ткань и кости, развиваться разные группы мышц. Кроме того, футбол многосторонне способствует психологическому развитию личности. Ребенок обретает и развивает навыки планирования, приучает бороться ради цели, развивает упорство и силу воли.

Спортивно-развлекательная программа «Спортивные каникулы» включает в себя посещение пяти предприятий: Загородный клуб «Белая лошадь»; Учебно-спортивная база «Динамо»; Культурно развлекательный комплекс «Уралец»; Развлекательный центр «Луна»; Спортивный комплекс «Юность».

Приемлемый уровень риска для жизни и здоровья посетителей и персонала, должен быть обеспечен, как при проведении мероприятий, так и при повседневном рабочем дне. Следует учесть, что основная часть посетителей посещаемых предприятий - дети, поэтому вопросам безопасности уделяется особое внимание.

В данном разделе выпускной квалификационной работы освещаются основные вопросы техники безопасности труда в перечисленных предприятиях. Целью оценки безопасности является анализ условий труда, вредных и опасных производственных факторов и рекомендации по защите от воздействия факторов, несущих вред для окружающей среды и оказывающих неблагоприятное влияние на здоровье посетителей и сотрудников посещаемых предприятий.

Организация охраны труда. Охрана труда представляет собой целую систему, разработанную для сохранения здоровья и жизни сотрудников предприятия в процессе их трудовой деятельности. Она включает в себя социально-экономические и организационно-технические, правовые и санитарно-гигиенические, лечебно-профилактические и реабилитационные мероприятия.

Успех мероприятий по охране труда зависит от её правильной организации. Для максимальной результативности все сотрудники предприятия должны быть хорошо знакомы с правилами поведения на рабочем месте и основными требованиями по охране труда. Для этого регулярно должны проводиться инструктажи и проверки владения навыками безопасного труда. Корректная организация работы по охране труда является залогом успеха, а результативность проводимых мероприятий проявляется в уменьшении количества несчастных случаев, а также профессиональных заболеваний и производственного травматизма.

Организацией охраны труда занимается директор по охране труда. Он проводит пять видов инструктажей. По характеру и времени проведения они подразделяются на: вводный; первичный на рабочем месте; повторный; внеплановый; целевой.

Вводный инструктаж по охране труда проводят со всеми принимаемыми на работу лицами, а также командированными в организацию работниками и работниками сторонних организаций, выполняющими работы на выделенном участке, обучающимися образовательных учреждений

соответствующих уровней, проходящими в организации производственную практику, и другими лицами, участвующими в производственной деятельности организации.

Вводный инструктаж по охране труда проводится по программе, разработанной на основании законодательных и иных нормативных правовых актов Российской Федерации с учетом специфики деятельности организации и утвержденной работодателем (или уполномоченным им лицом). О проведении вводного инструктажа делается запись в Журнале регистрации вводного инструктажа с обязательными подписями инструктирующего и инструктируемого. Запись делается также в документе о приеме на работу или личной карточке прохождения обучения. Первичный инструктаж на рабочем месте проводится до начала самостоятельной работы.

Повторный инструктаж проходят все работники организации независимо от их квалификации, стажа работы и образования, за исключением лиц, освобожденных от первичного инструктажа.

Инструктаж проводится не реже одного раза в шесть месяцев по программам, разработанным для проведения первичного инструктажа на рабочем месте.

Внеплановый инструктаж проводится:

- при введении в действие новых или изменении законодательных и иных нормативных правовых актов, содержащих требования охраны труда, а также инструкций по охране труда;
- при нарушении работниками требований охраны труда, если эти нарушения создали реальную угрозу наступления тяжких последствий (несчастный случай, авария и т.п.);
- по требованию должностных лиц органов государственного надзора и контроля;
- при перерыве в работе более двух месяцев.

Целевой инструктаж проводится при выполнении разовых работ, на которые оформляется наряд-допуск, разрешение или другие специальные документы, а также при проведении в организации массовых мероприятий.

На посещаемых предприятиях имеются следующие инструкции по охране труда:

- инструкция по охране труда при работе на персональных электро-вычислительных машинах;
- должностные обязанности по охране труда сотрудника;
- инструкция по правилам безопасного поведения на дорогах и на транспорте;
- инструкция по пожарной безопасности;
- Инструкция по правилам безопасного поведения на дорогах и на транспорте.

Анализ опасных и вредных производственных факторов. На посещаемых предприятиях сотрудники и посетители подвергаются воздействию на организм вредных производственных факторов: физических химических; биологических; психофизиологических.

1) Физические факторы:

- повышенная и пониженная температура воздуха;
- повышенная и пониженная влажность воздуха;
- недостаточная освещенность рабочего места;
- превышающий допустимые нормы шум;
- повышенный уровень электромагнитных полей;
- пыль.

2) Химические факторы:

- токсичные и ядовитые газы.

3) Биологические факторы:

- микроорганизмы (бактерии и вирусы);
- макроорганизмы (растения и животные).

4) Психофизиологические факторы:

- физические перегрузки (статические, динамические);
- умственное перенапряжение;
- перенапряжение анализаторов слуха, зрения.

В таблице 1 представлен санитарно-технический паспорт спортивного зала.

Таблица 1

Санитарно-технический паспорт спортивного зала

Наименование	Нормативный документ	Ед.измерения	Значения	
			Нормативное	Действующие
Шум	ГОСТ 12.1.003-83	ДБА	70	65
Освещённость: - искусственная - естественная	СанПиН 2.2.1/2.1.1.1278 03	Лк КЕО	300 1,0	350 4,0
Запылённость: - пыль животного и растительного происхождения	ГОСТ 12.1.005-88	мг/м ³	6	0,02
Микроклимат: Теплый период t воздуха влажность воздуха подвижность воздуха	ГОСТ 12.1.005-88	°С	18-27	22-24
		%	15-75	40
		м/с	0,1	0,1
Холодный период t воздуха влажность воздуха подвижность воздуха		°С	17-23	21-23
		%	15-75	40
		м/с	0,1	0,1

Все вышеперечисленные факторы соответствуют санитарным нормам и правилам СанПиН 2.2.2.542 – 96.

Проведём анализ опасных и вредных факторов по следующим показателям: шум, освещённость, микроклимат, электромагнитные излучения, пожарная безопасность.

Шум. Допустимым уровнем шума для работы в спортивном зале является 70 Дб. Основным источником шума являются посетители, а также музыкальное сопровождение занятий, но так как преподавательский кабинет

находится в достаточном отдалении от залов, где проводятся занятия, то уровень шума в кабинете низкий, составляет 50 Дб и не превышает норму.

Все посещаемые предприятия находится в благоприятной зоне с точки зрения шумового загрязнения на достаточном расстоянии от дорог, поэтому внешние шумы работе сотрудников центра не мешают.

Освещение. Для освещения спортивного зала используется люминесцентные лампы типа ЛД 40. Количество ламп 16 шт, мощность одной лампы 40 Вт.

Расчёт искусственного освещения. Произвести расчёт необходимого количества ламп (n), обеспечивающих нормативное значение освещённости, можно по формуле:

$$n = ESkZ / F\eta \quad (1)$$

где:

E – нормативное значение освещённости, Лк;

S – площадь помещения, м² ;

k – коэффициент запаса, учитывающий загрязнение светильников и наличие в воздухе пыли, дыма, копоти. Принять k = 1,3;

Z – поправочный коэффициент, учитывающий неравномерность освещения, принять Z = 1.1;

F – световой поток лампы (по типу лампы – ЛБ 40);

η – коэффициент использования светового потока.

$$n = 300 \times 100 \times 1.3 \times 1.1 / 3000 \times 0.46 = 16 \text{ (шт.)}$$

Таким образом, искусственное освещение соответствует норме.

Расчет естественного освещения. Расчет естественного освещения проводится по формуле:

$$КЕО = E_{вн} / E_{нар} \times 100 \quad (2)$$

где:

$E_{вн}$ – освещенность внутри помещения,

$E_{нар}$ – наружная освещенность на горизонтальной поверхности.

Таким образом, $KEO = 120/3000 * 100\% = 4,0$

Запылённость. Большая часть сотрудников посещаемых предприятий постоянно находятся в помещении и ежедневно общаются с большим количеством людей, поэтому, на факторы, которые воздействуют на повышенное содержание пыли, следует обратить особое внимание. Постоянная влажная уборка и система вентиляции в помещении снижают уровень пыли. Её концентрация в воздухе в помещениях соответствует норме.

Микроклимат. В теплое время года при норме 18-27°C температура в помещениях составляет 22-24°C, влажность воздуха 40% ,при норме 15-75%, подвижность воздуха 0,1м/с, при норме 0,1м/с. Следовательно, параметры микроклимата в теплое время года соответствуют нормам, указанным в ГОСТ 12.1.005–88.

В холодное время года температура в помещениях 21-23°C, при норме 17-23°C, влажность воздуха 40%, при норме 15-75%, подвижность воздуха 0,1м/с, при норме 0,1м/с. Эти параметры также соответствует нормам, указанным в ГОСТ 12.1.005–88.

В помещениях в течение всего года поддерживаются нормальные значения температуры, влажности воздуха, и скорости движения воздуха, благодаря кондиционерам. В помещениях с длительным пребыванием людей, где требуется поддержание определенной температуры в холодный период года, теплоснабжение здания обеспечивается системой центрального отопления, а также имеются кондиционеры. Системы отопления должны отвечать требованиям действующих санитарных норм, строительных норм и стандартов ССТБ.

Пожарная безопасность. В посещаемых предприятиях большую опасность возгорания представляют оргтехника и электронные приборы, а

также строительные материалы, использованные для эстетической отделки помещения, двери, полы, перегородки и др.

По пожарной опасности помещение относится к категории «В». Одной из наиболее важных задач пожарной защиты является защита строительных помещений от разрушений и обеспечение их достаточной прочности в условиях воздействия высоких температур при пожаре.

К первичным средствам тушения пожара, предназначенных для локализации небольших загораний, относятся внутренние пожарные водопроводы и огнетушители.

В зданиях посещаемых предприятий пожарные краны установлены в коридорах, на площадках лестничных клеток и входов. В зданиях используются воздушно-пенные огнетушители, которые применяются для тушения горящих жидкостей, различных материалов, конструктивных элементов и оборудования, кроме электрооборудования, находящегося под напряжением, но наибольшим преимуществом будут обладать углекислотные, достоинством которых является высокая эффективность тушения пожара и сохранность электронного оборудования.

Применяемые меры по профилактике возгораний:

- контроль за температурой оборудования;
- наличие первичных средств тушения;
- применение автоматических предохранителей;
- план эвакуации и действия обслуживающего персонала при пожаре.

Все меры по противопожарной безопасности в посещаемых учреждениях соблюдены.

Расчет количества воды на противопожарные нужды:

Расход воды на внутреннее пожаротушение:

$$Q_{\text{вн}} = \frac{q \cdot n \cdot t \cdot 60}{1000} \quad (3)$$

где:

q – расход воды на одну струю, л/с;

n – число струй;

t – время тушения пожара, мин ($t = 10$ мин).

$$Q_{\text{вн}} = \frac{2,5 \cdot 1 \cdot 10 \cdot 60}{1000} = 1,5 \text{ м}^3$$

Расчет расхода воды на наружное пожаротушение:

$$Q_{\text{н}} = 3,6 \cdot q \cdot n \cdot T \quad (4)$$

где:

q – расход воды на один пожар, л/с;

n – расчетное количество одновременных пожаров ($n = 1$ при площади предприятия до 150 га);

T – продолжительность тушения пожара, ч ($T = 3$ часа).

$$Q_{\text{н}} = 3,6 \cdot 10 \cdot 1 \cdot 2 = 72 \text{ м}^3$$

Общий расход воды на пожаротушение:

$$Q_{\text{общ}} = Q_{\text{вн}} + Q_{\text{н}} \quad (5)$$

$$Q_{\text{общ}} = 1,5 + 72 = 73,5 \text{ м}^3$$

Противопожарные мероприятия:

- наличие в помещении полного набора противопожарных средств;
 - периодический инструктаж сотрудников;
 - контроль над исправностью оборудования и его нормальной работой
- соблюдение пожарной безопасности осуществляет квалифицированный технический персонал;
- регулярная уборка помещений (не допускается скопление отходов и мусора);
 - проходы к пожарным кранам и огнетушителям постоянно свободны.

Обработка и утилизация твердых отходов. Наименование твердых отходов, имеющих у посещаемых предприятий: упаковка, бумага, картон, бытовые отходы. У предприятий заключён договор на вывоз твердых бытовых отходов (ТБО), он представляет собой письменное соглашение, имеющее юридическую силу, заключенное между заказчиком и подрядчиком специализированной организацией на вывоз ТБО. Твердые бытовые отходы выгружают из контейнеров 2 раза в неделю, в специализированный транспорт, затем производится зачистка контейнерных площадок от просыпавшегося мусора и транспортировка их с мест сбора мусора на объекты утилизации. Таким образом, посещаемые предприятия является экологически чистым, так как соблюдаются все требования экологической безопасности.

2.3. Разработка плана мероприятий спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы»

Занятия спортом – это неотъемлемая составляющая жизни человека, обеспечивающая необходимую активность. Физкультура и спорт дарят заряд бодрости и оптимизма, укрепляют иммунитет и тем самым ограждают человека от различных заболеваний.

В 10-12 лет ребенок осознано оценивает любой вид спорта, в этом возрасте дети начинают заниматься горнолыжными видами спорта, в том числе и конькобежным, а также конным спортом, велоспортом, фехтованием, парусным спортом, легкой и тяжелой атлетикой. На основании изученной психолого-педагогической характеристики школьников возрастной группы 10-12 лет, а также изучив характеристику спортивно-развлекательных мероприятий посещаемых школьниками в этом возрасте, мной сделаны выводы, что в школах необходимо проводить спортивно-развлекательные программы среди учащихся, так как большую часть занятого времени дети

проводят в школе. Поэтому изучив рынок предлагаемых услуг в г.Екатеринбурге и свердловской области мной составлен план мероприятий спортивно-развлекательной программы для школьников «Спортивные каникулы». Разработанное мероприятие рассчитано на зимние каникулы продолжительностью 5 рабочих дней.

В таблице 2 представлена цель, практическая значимость и новизна спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы».

Таблица 2

Цель, практическая значимость и новизна спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы»

Цель	Практическая значимость	Новизна
Привлечь внимание учащихся МАОУ СОШ № 41 г.Екатеринбург в возрасте 10-12 лет к зимним видам спорта	Сформировать понятие здорового образа жизни школьников в возрасте 10-12 лет, а так же привлечь заниматься к различным видам спорта	Спортивно-развлекательной программа разработана и реализована самостоятельно автором для МАОУ СОШ № 41 г.Екатеринбург

В таблице 3 представлен план мероприятий спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» для школьников 10-12 лет.

Таблица 3

План мероприятий спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» для школьников 10-12 лет

День недели	Посещаемые предприятия	Место проведения	Мероприятие (экскурсия)	Ответственный
1	2	3	4	5
Понедельник	Загородный клуб «Белая лошадь»	с. Кадниково, Сысертский р-н, Свердлов. обл.	«Зимняя сказка»	Классный руководитель
Вторник	Учебно-спортивная база «Динамо»	г.Екатеринбург, Московский тракт, 12 км.	«Чемпион»	Классный руководитель
Среда	Культурно развлекательный комплекс «Уралец»	г.Екатеринбург, ул. Большакова, 90	«Трус не играет в хоккей»	Классный руководитель
Четверг	Развлекательный центр «Луна»	г.Екатеринбург, Сибирский тракт, 34 б	«Прогулка по луне»	Классный руководитель

Окончание таблицы 3

1	2	3	4	5
Пятница	Спортивный комплекс «Юность»	г.Екатеринбург, ул. Куйбышева, 32а	«Юный спортсмен»	Классный руководитель

В таблице 4 представлены сегменты основной деятельности предприятий входящие в план мероприятий спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы».

Таблица 4

Характеристика сегментов основной деятельности предприятий

Предприятие	Характеристика основной деятельности предприятия
Загородный клуб «Белая лошадь»	конноспортивный клуб (верховая езда, конные прогулки, постой отдых); гостиничные домики (аренда домиков); ресторан (аренда, проведение различного рода мероприятий); мероприятия «под ключ» (конференции, кейтеринг, банкеты, корпоративы, свадьбы и т.д.); аренда гриль-домиков, беседок, бань; развлекательные мероприятия для детей (детский клуб, детские туры, школьные туры, дни рождения).
Учебно-спортивная база «Динамо»	школа биатлона; клуб «Партизан» (пейнтбол, лазертаг); аренда лесной трассы, инвентаря и т.д;
Культурно развлекательный комплекс «Уралец»	спортивные школы; спортивные секции; массовое катание; проведение ледовых мероприятий.
Развлекательный центр «Луна»	боулинг; каток; бильярд; теннисный клуб; детский клуб; караоке-паб; кафе-гостиная; квесты. организация праздников, корпоративы; аренда.
Спортивный комплекс «Юность»	спортивная школа: легкая атлетика; зимние циклические виды спорта; фигурное катание на коньках; плавание; спортивная гимнастика; хоккей; футбол.

Распишем более подробно программу занятости каждого посещаемого предприятия.

Первый день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» начнется с посещения загородного клуба «Белая лошадь» расположенный в с. Кадниково, Сысертский р-н, Свердловская обл.

Цель экскурсии «Зимняя сказка» познакомит школьников с таким видом спорта как конный спорт. Задача экскурсии привлечь внимание к зимнему отдыху на природе.

В таблице 5 представлен план посещения экскурсии «Зимняя сказка».

Таблица 5

План посещения экскурсии «Зимняя сказка»

Расписание	Мероприятие	Ответственный
8-30	Сбор у входа МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель
8-40	Инструктаж о правилах поведения в автобусе и на экскурсии, выдача плана мероприятия	Классный руководитель
8-50	Рассадка детей в автобус, отправление автобуса	Классный руководитель
10-00	Прибытие в Загородный клуб «Белая лошадь»	Классный руководитель
10-15	Экскурсия по конюшне	Классный руководитель
11-00	Катание на лошадях верхом	Классный руководитель
12-00	Обед	Классный руководитель
12-30	Катание на санях в зимнем поле	Классный руководитель
14-30	Ароматный чай в самоваре с сушками и сладостями	Классный руководитель
15-00	Посещение контактного зоопарка	Классный руководитель
15-30	Сбор у автобуса, отправление автобуса	Классный руководитель
16-30	Прибытие в МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель

Второй день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» пройдет на учебно-спортивной базе «Динамо» расположенный в г.Екатеринбург, Московский тракт, 12 км.

Цель экскурсии «Чемпион» познакомит школьников с таким видом спорта как биатлон. Задача экскурсии привлечь внимание к катанию на лыжах для укрепления здоровья и в профессиональных целях.

В таблице 6 представлен план посещения экскурсии «Чемпион».

Таблица 6

План посещения экскурсии «Чемпион»

Расписание	Мероприятие	Ответственный
8-30	Сбор у входа МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель
8-40	Инструктаж о правилах поведения в автобусе и на экскурсии, выдача плана мероприятия	Классный руководитель
8-50	Рассадка детей в автобус, отправление автобуса	Классный руководитель
9-30	Прибытие на учебно-спортивную базу "Динамо"	Классный руководитель
10-00	Эстафета «Чемпион», награждение победителей	Классный руководитель
11-00	Лекция в актовом зале «будь здоров»	Классный руководитель
12-00	Обед	Классный руководитель
12-30	Посещение стрелкового клуба «Партизан», игра в пейнтбол	Классный руководитель
13-30	Катание на лыжах по лесной трассе	Классный руководитель
14-45	Сбор у автобуса, отправление автобуса	Классный руководитель
15-30	Прибытие в МАОУ СОШ № 41,	Классный руководитель

Третий день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» пройдет в культурно развлекательном комплексе «Уралец» расположенный в г.Екатеринбург, ул. Большакова, 90.

Цель экскурсии «Трус не играет в хоккей» познакомит школьников с таким видом спорта как хоккей и фигурное катание. Задача экскурсии привлечь внимание мальчиков к групповому виду спорта – хоккей, а девочек к элегантному виду спорта – фигурное катание.

В таблице 7 представлен план посещения экскурсии «Трус не играет в хоккей».

План посещения экскурсии «Трус не играет в хоккей»

Расписание	Мероприятие	Ответственный
8-30	Сбор у входа МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель
8-40	Инструктаж о правилах поведения в автобусе и на экскурсии, выдача плана мероприятия	Классный руководитель
8-50	Рассадка детей в автобус, отправление автобуса	Классный руководитель
9-30	Прибытие в культурно развлекательный комплекс «Уралец»	Классный руководитель
10-00	Эстафета на коньках, награждение победителей	Классный руководитель
11-30	Беседа с тренером по хоккею и фигурному катанию	Классный руководитель
12-00	Обед	Классный руководитель
12-30	Мастер класс по фигурному катанию	Классный руководитель
13-00	Свободное катание на коньках	Классный руководитель
14-15	Сбор у автобуса, отправление автобуса	Классный руководитель
14-45	Прибытие в МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель

Четвертый день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» пройдет в развлекательном центре «Луна» расположенный в г.Екатеринбург, Сибирский тракт, 34 б. –

Цель экскурсии «Прогулка по луне» познакомит школьников с различными мероприятиями для хорошего проведения времени. Задача экскурсии познакомить ребят с повседневными социально-досуговыми программами.

В таблице 8 представлен план посещения экскурсии «Прогулка по луне».

Таблица 8

План посещения экскурсии «Прогулка по луне»

Расписание	Мероприятие	Ответственный
9-15	Сбор у входа МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель
9-20	Инструктаж о правилах поведения в автобусе и на экскурсии, выдача плана мероприятия	Классный руководитель
9-30	Рассадка детей в автобус, отправление автобуса	Классный руководитель
10-00	Прибытие в развлекательный центр «Луна»	Классный руководитель
10-10	Посещение детского клуба «Луна», программа «Пошалим»	Классный руководитель
12-00	Обед	Классный руководитель
12-30	Посещение боулинга	Классный руководитель
13-30	Игра в Квест	Классный руководитель
14-15	Сбор у автобуса, отправление автобуса	Классный руководитель
14-45	Прибытие в МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель

Пятый день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» пройдет в спортивном комплексе «Юность» расположенный в г.Екатеринбург, ул. Куйбышева, 32а.

Цель экскурсии «Юный спортсмен» познакомит школьников с таким видом спорта как плавание, футбол, легкая атлетика, единоборство, спортивная гимнастика. Задача экскурсии привлечь внимание к круглогодичным видам спорта.

В таблице 9 представлен план посещения экскурсии «Юный спортсмен».

Таблица 9

План посещения экскурсии «Юный спортсмен»

Расписание	Мероприятие	Ответственный
8-30	Сбор у входа МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель
8-40	Инструктаж о правилах поведения в автобусе и на экскурсии, выдача плана мероприятия	Классный руководитель

1	2	3
8-50	Рассадка детей в автобус, отправление автобуса	Классный руководитель
9-30	Прибытие в спортивный комплекс «Юность»	Классный руководитель
10-00	Посещение спортивного гимнастического корпуса. Командная эстафета «путь с препятствиями», награждение победителей	Классный руководитель
11-15	Посещение бассейна, программа «водный фитнес»	Классный руководитель
12-30	Обед	Классный руководитель
13-00	Посещение зала хореографии, мастер класс от хореографа	Классный руководитель
14-10	Сбор у автобуса, отправление автобуса	Классный руководитель
14-45	Прибытие в МАОУ СОШ № 41	Классный руководитель

МАОУ СОШ № 41 является муниципальным автономным образовательным учреждением. Все культурно-выездные мероприятия осуществляются за счет средств каждого учащегося. Посещение мероприятий добровольное.

Данный выпускной квалификационный проект содержит спортивно-развлекательную программу «Спортивные каникулы», она состоит из мероприятий, которые являются новыми и проводились в рамках реализации данной программы.

Спортивно-развлекательная программа «Спортивные каникулы» состоит из ряда мероприятий, которые проводились на зимних каникулах продолжительностью пять дней. Данная программа была разработана и внедрена автором в МАОУ СОШ № 41 города Екатеринбург.

Спортивно-развлекательная программа «Спортивные каникулы» состоит из следующих мероприятий: экскурсия «Зимняя сказка»; экскурсия «Чемпион»; экскурсия «Трус не играет в хоккей»; экскурсия «Прогулка по луне»; экскурсия «Юный спортсмен».

Так как спортивно-развлекательная программа «Спортивные каникулы» осуществляются за счет средств каждого учащегося, а посещение

мероприятий добровольное. При расчете стоимости мероприятия, расчет производился за каждый экскурсионный день.

Для организации спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» подсчет денежных средств производился по следующим статьям: цена каждой экскурсии; аренда автобуса. Все расчеты производятся на минимальное количество - 15 человек и максимальное количество – 20 человек.

Первый день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» начнется с посещения загородного клуба «Белая лошадь» расположенный в с. Кадниково, Сысертский р-н, Свердловская обл.

Так как в загородном клубе «Белая лошадь» существует однодневный групповой тур с развивающей тематической развлекательной программой (цена экскурсии составляет 1650 руб. с человека), к стоимости тура при расчете дополнительно плюсуется аренда автобуса и страховка. В таблице 10 представлен расчет стоимости экскурсии «Зимняя сказка».

Таблица 10

Калькуляция экскурсии «Зимняя сказка»

Наименование калькуляционных статей	Ед. изм.	Показатели в стоимостном выражении			
		Min кол-во школьников	На 1 школьника	Max кол-во школьников	На 1 школьника
Страховка	руб.	4 500	300	6000	300
Транспорт ПАЗ 3205	руб.	3 200	220	3 200	160
Питание (комплексный обед)	руб.	3 750	250	5 000	250
Экскурсионное обслуживание, в том числе	руб.	24 750	1 650	33 000	1 650
Экскурсия по конюшне	руб.	5 250	350	7 000	350
Катание на лошадях верхом	руб.	7 500	500	10 000	500
Катание на санях в зимнем поле	руб.	6 000	400	8 000	400
Ароматный чай в самоваре с сушками и сладостями	руб.	1 500	100	2 000	100
Посещение контактного зоопарка (с кормом для животного)	руб.	4 500	300	6 000	300
Итого затраты	руб.	36 200	2 420	47 200	2 360

Таким образом, стоимость одной экскурсии «Зимняя сказка» составит:

На минимальное количество (15 человек) 2 420 руб., на максимальное количество (20 человек) 2 360 руб.

Второй день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» пройдет на учебно-спортивной базе «Динамо» расположенной в г.Екатеринбург, Московский тракт, 12 км. В таблице 11 представлен расчет стоимости экскурсии «Чемпион».

Таблица 11

Калькуляция экскурсии «Чемпион»

Наименование калькуляционных статей	Ед. изм.	Показатели в стоимостном выражении			
		Мин кол-во школьников	На 1 школьника	Мах кол-во школьников	На 1 школьника
Страховка	руб.	4 500	300	6000	300
Транспорт ПАЗ 3205	руб.	3 200	220	3 200	160
Питание (комплексный обед)	руб.	3 750	250	5 000	250
Экскурсионное обслуживание, в том числе	руб.	12 000	800	16 000	800
Эстафета «Чемпион», награждение победителей	руб.	3 000	200	4 000	200
Лекция в актовом зале «будь здоров»	руб.	750	50	1 000	50
Посещение стрелкового клуба «Партизан», игра в пейнтбол	руб.	3 750	250	5 000	250
Катание на лыжах по лесной трассе	руб.	4 500	300	6 000	300
Итого затраты	руб.	23 450	1 570	30 200	1 510

Таким образом, стоимость одной экскурсии «Зимняя сказка» составит: На минимальное количество (15 человек) 1 570 руб., на максимальное количество (20 человек) 1 510 руб.

Третий день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» пройдет в культурно развлекательном комплексе «Уралец» расположенный в г.Екатеринбург, ул. Большакова, 90.

В таблице 12 представлен расчет стоимости экскурсии «Трус не играет в хоккей».

Калькуляция экскурсии «Трус не играет в хоккей»

Наименование калькуляционных статей	Ед. изм.	Показатели в стоимостном выражении			
		Min кол-во школьников	На 1 школьника	Max кол-во школьников	На 1 школьника
Страховка	руб.	4 500	300	6000	300
Транспорт ПАЗ 3205	руб.	1 600	110	1 600	80
Питание (комплексный обед)	руб.	3 750	250	5 000	250
Экскурсионное обслуживание, в том числе	руб.	7 500	500	10 000	500
Эстафета на коньках, награждение победителей	руб.	3 000	200	4 000	200
Лекция	руб.	750	50	1 000	50
Мастер класс	руб.	1 500	100	2 000	100
Аренда инвентаря	руб.	2 250	150	3 000	150
Итого затраты	руб.	17 350	1 160	22 600	1 130

Таким образом, стоимость одной экскурсии «Зимняя сказка» составит:
На минимальное количество (15 человек) 1 160 руб., на максимальное
количество (20 человек) 1 130 руб.

Четвертый день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» пройдет в развлекательном центре «Луна» расположенный в г.Екатеринбург, Сибирский тракт, 34 б. В таблице 12 представлен расчет стоимости экскурсии «Прогулка по луне».

В таблице 13 представлен расчет стоимости экскурсии «Прогулка по луне».

Калькуляция экскурсии «Прогулка по луне»

Наименование калькуляционных статей	Ед. изм.	Показатели в стоимостном выражении			
		Min кол-во школьников	На 1 школьника	Max кол-во школьников	На 1 школьника
Страховка	руб.	4 500	300	6000	300
Транспорт ПАЗ 3205	руб.	1 600	110	1 600	80
Питание (комплексный обед)	руб.	3 750	250	5 000	250
Экскурсионное обслуживание, в том числе	руб.	11 250	750	15 000	750
Посещение детского клуба «Луна»	руб.	5 250	350	7 000	350

Окончание таблицы 13

1	2	3	4	5	6
Посещение боулинга	руб.	3 750	250	5 000	250
Игра в Квест	руб.	2 250	150	3 000	150
Итого затраты	руб.	21 100	1 410	27 600	1 380

Таким образом, стоимость одной экскурсии «Зимняя сказка» составит:
На минимальное количество (15 человек) 1 410 руб., на максимальное количество (20 человек) 1 380 руб.

Пятый день спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» пройдет в спортивном комплексе «Юность» расположенный в г.Екатеринбург, ул. Куйбышева, 32а. В таблице 14 представлен расчет стоимости экскурсии «Юный спортсмен».

Таблица 14

Калькуляция экскурсии «Юный спортсмен»

Наименование калькуляционных статей	Ед. изм.	Показатели в стоимостном выражении			
		Min кол-во школьников	На 1 школьника	Max кол-во школьников	На 1 школьника
Страховка	руб.	4 500	300	6000	300
Транспорт ПАЗ 3205	руб.	1 600	110	1 600	80
Питание (комплексный обед)	руб.	3 750	250	5 000	250
Экскурсионное обслуживание, в том числе	руб.	7950	530	7 600	380
Эстафета	руб.	3 000	200	4 000	200
Бассейн	руб.	2 700	180	3 600	180
Зала хореографии + Мастер класс	руб.	2 250	150	3 000	150
Итого затраты	руб.	17 800	1 190	23 200	1 160

Таким образом, стоимость одной экскурсии «Зимняя сказка» составит:
На минимальное количество (15 человек) 1 190 руб., на максимальное количество (20 человек) 1 010 руб.

Экономическое обоснование спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» представлено в таблице 15.

Экономическое обоснование комплекса экскурсий «Спортивные каникулы»

Наименование калькуляционных статей	Ед. изм.	Показатели в стоимостном выражении			
		Min кол-во школьников	На 1 школьника	Max кол-во школьников	На 1 школьника
Экскурсия «Зимняя сказка»	руб.	36 200	2 420	47 200	2 360
Экскурсия «Чемпион»	руб.	23 450	1 570	30 200	1 510
Экскурсия «Трус не играет в хоккей»	руб.	17 350	1 160	22 600	1 130
Экскурсия «Прогулка по луне»	руб.	21 100	1 410	27 600	1 380
Экскурсия «Юный спортсмен»	руб.	17 800	1 190	23 200	1 160
Итого	руб.	115 900	7 750	150 800	7 540

Таким образом, на реализацию комплекса экскурсии «Спортивные каникулы» продолжительностью 5 дней потребуется на минимальное количество (15 человек) 115 900 руб. (7 750 руб. с 1 человека), на максимальное количество (20 человек) 150 800 руб. (7 540 руб. с 1 человека).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Актуальной проблемой современного общества является формирование здорового образа жизни, который, в свою очередь является не только основой хорошего самочувствия, но и путем к оздоровлению нации. Здоровый образ жизни человека не складывается сам по себе в зависимости от обстоятельств, а формируется в течение жизни целенаправленно и постоянно. Здоровый образ жизни – это укрепление связи человека с природой путем преодоления вредных привычек, физической и духовной закалки, профессионального и культурного саморазвития личности, обеспечивая тем самым успешное выполнение своих социальных и профессиональных функций независимо от политических, экономических и социально-психологических ситуаций.

Школы принимают на себя функцию по воспитанию здорового подрастающего поколения. Согласно статистике, с каждым годом увеличивается число детей с различными заболеваниями. С целью поддержания и ситуации здоровья школьников в школах корректируются учебные планы, по оздоровлению. Для достижения глобальной задачи по оздоровлению учащихся недостаточно лишь дополнительных уроков физкультуры, нужна разработка комплексных мер по организации спортивно-досуговой деятельности.

При всём широком наборе форм спортивно-развлекательных и культурно-досуговых мероприятий в образовательных учреждениях зачастую отсутствует целостная система планирования данной деятельности, не определены её функции и принципы. А также очень часто городской, районный и внутришкольный планы организации спортивно-досуговой деятельности не дополняют друг друга. А усложняют реализацию спортивного воспитания школьников.

Изучив литературу по спортивно-оздоровительной деятельности, следует отметить, что разработанность некоторых теоретических вопросов,

связанных с организацией спортивно-развлекательных программ в общеобразовательном учреждении, недостаточна. Теоретические основы в области спортивно-развлекательных программ, предлагаемые в источниках, дают лишь научное описание развлекательных программ, но не учат практической организации мероприятия.

Рассмотрев основные формы организации детских спортивно-развлекательных программ, можно сделать вывод, что наиболее употребляемыми формами спортивно-оздоровительного направления являются спортивные праздники, состязание «Весёлые старты», спортивные игры, спортивные конкурсы. Данные формы воспитывают инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности и активное времяпрепровождение. Основным принципом организации подобных мероприятий должна стать интерактивность, которая предусматривает больше самостоятельной и творческой деятельности, как групповой, так и индивидуальной.

При исследовании психологической особенности детей в возрасте 10–12 лет выявлено, что в данный период детям свойственно желание к сплочению, к группированию со сверстниками, завоевание авторитета. Педагогам, работающим с данным возрастом учащихся, необходимо организовывать групповые виды совместной деятельности, которые вырабатывали бы навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в то же время отстаивать свои права.

Проанализировав спортивно-развлекательную деятельность в сфере организации детского досуга, было выявлено, что образовательным учреждениям не хватает новых идей, финансирования и молодых, хорошо образованных специалистов.

При разработке плана спортивно-развлекательной программы «Спортивные каникулы» автор руководствовался не только принципами педагогической целесообразности, но и интересами детей. Разработанная

программа включает в себя различные виды спортивно-оздоровительных мероприятий.

Таким образом, для оздоровления молодого поколения необходимо выстроить систему спортивно-развлекательных программы, по которым школьники будут узнавать возможности оздоровления.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Александрова, З.А. Организация досуга школьников классным руководителем [Текст]: Учительский журнал. – 2009. – № 6. – С. 41-47.
2. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения [Текст]: учеб. по дисциплине "Физ. культура"/И. С. Барчуков. - М.: КНОРУС. –2014. –304 с.
3. Браунли, А. Плыть, ехать, бежать [Текст]: пер. англ./А. Браунли, Дж. Браунли при участии Тома Фордайса.-М.: Изд-во "Манн, Иванов и Фербер". – 2014. – 72 с.
4. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика [Текст]: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / Н.В. Бордовская. – СПб.: Питер, 2013. – 94 с.
5. Верещагина, А. Мы стали ближе друг другу [Текст]: организация воспитательного досуга // Библиополе. – 2014. - N 10. – С. 7-10.
6. Виленский М.Я. Физическая культура [Текст]: Учебник для вузов / М.Я. Виленский. – М.: Юрайт. – 2013. – 294 с.
7. Вульфов, Б.З. Психология и педагогика [Текст]: Учебник для бакалавров / П.И. Пидкасистый, Б.З. Вульфов, В.Д. Иванов. – М.: Юрайт. – 2012. – 495 с.
8. Гуревич, П.С. Психология и педагогика [Текст]: Учебник для бакалавров / П.С. Гуревич. - М.: Юрайт, 2013. – 328 с.
9. Гончаров, Н.П. Примерное Положение об организации культурно-досуговой деятельности в муниципальном образовании [Текст]: Справочник руководителя учреждения культуры. – 2013. – N 8. – С. 59-64.
10. Дукачева, Л.В. Планирование мероприятий. Выявление досуговых предпочтений на основе соцопросов [Текст]: Справочник руководителя учреждения культуры. – 2013. – № 7. – С. 61-69.
11. Дегаева, Н.А. Актуальные проблемы организации и управления физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/>

12. Иглесиас, Л.Ф. Менеджмент и организация спортивных мероприятий [Текст] / Л. Ф. Иглесиас // Научное сообщество студентов. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. – с. 152
13. Иванов, А.В. Методические рекомендации по организации и проведению игр [Текст]: Детский досуг. – 2011. – № 4. – С. 46-74.
14. Кочева, Е.Ю. Стандарт ресурсного обеспечения культурно-досуговых мероприятий [Текст]: Справочник руководителя учреждения культуры. – 2015. – № 11. – С. 6-24.
15. Козлова, Т.В. Культурно-досуговые технологии. Организация массовых мероприятий как способ привлечения внебюджетных средств [Текст]: Справочник руководителя учреждения культуры. – 2014. – № 4. – С. 34-41.
16. Лемер, С. Искусство организации мероприятий [Текст]: учебное пособие. – Ростов-н/Д. : Феникс , 2013. – 198 с.
17. Малыхина, Л.Б. Досуговые программы для детских общественных объединений [Текст]: Детский досуг. – 2012. – № 3. – С. 14-23.
18. Малыхина, Л.Б. Досуговые программы для детских общественных объединений [Текст]: методики, сценарии. – 2012. – № 6. - С. 74-82.
19. Мисина, Н. Массовое мероприятие: пошаговые технологии [Текст]: Новая библиотека. – 2012. – № 12. – С. 35-43.
20. Методические рекомендации по совершенствованию воспитательной и образовательной работы в детских оздоровительных лагерях, по организации досуга [Текст]: Внешкольник. — 2013. – № 3. – С. 19-25.
21. Опарина, Н.А. Замысел и воплощение мероприятия зрелищного досуга [Текст]: Я вхожу в мир искусств. – 2012. – № 1. – С. 39-61.
22. Обидина, Е.В. Организация деятельности летних оздоровительных досуговых групп [Текст]: Работник социальной службы. – 2012. – № 5. – С. 54-61
23. Пастюк, О.В. Психология и педагогика [Текст]: Учебное пособие / О.В. Пастюк. - М.: НИЦ ИНФРА. – М. –2013. – 160 с.

24. Пономарева, Т.А. Социальный проект организации досуга и занятости детей и подростков // Справочник руководителя учреждения культуры. - 2012. – № 9. – С. 65-73.
25. Россинская, С.В. Праздник в школе: методические пособия по проведению игр, турниров, викторин [Текст]: Новая библиотека. – 2013. – № 20. – С. 41-48.
26. Ронжина, Г.Ф. Программа "Вокруг света за 21 день" [Текст]: Социальное обслуживание. – 2010. – № 5. – С. 51-63.
27. Соловьев, С.С. Безопасный отдых и туризм; Академия – М. –2013. – 84 с.
28. Серегин, О.В. Технология организации досуговых мероприятий в образовательных учреждениях спортивно-технической направленности [Текст]: // Дополнительное образование. – 2015. - № 3. – С. 32-37.
29. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства [Текст]: учеб. для студентов пед. вузов по специальности 033100 - Физ. культура/под ред.: Ю. Д. Железняк.-5-е изд.– М.: Академия. – 2012. – 400 с.
30. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание [Текст]: учеб. для студентов образоват. учреждений высш. проф. образования по направлению "Физ. культура"/под ред. А.А. Литвинова. - 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2014. – 184 с.
31. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика [Текст]: учеб. для студентов образоват. учреждений высш. проф. образования по направлению подгот. "Физ. культура"/Г. В. Грецов [и др.]; под ред.: Г. В. Грецова, А. Б. Янковского.-2-е изд., стер. – М.: Академия, 2014. – 154 с.
32. Фазлеева Е.В. Курс лекций по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://libweb.ksu.ru/>
33. Чернышова, Л.И. Психология и педагогика [Текст]: Учебное пособие / Э.В. Островский, Л.И. Чернышова; Под ред. Э.В. Островский. – М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 381 с.
34. Шашкин Н.Г. Организация физкультурно-оздоровительной работы [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://pravmisl.ru/>

35. МАОУ СОШ № 41 [Электронный ресурс]. – Режим доступа школа41.екатеринбург.рф
36. Загородный клуб «Белая лошадь» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.whorse.ru>
37. Учебно-спортивная база «Динамо» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.biatlon-ek.ru>
38. Культурно развлекательный комплекс «Уралец» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://krk-uralec.ru>
39. Развлекательный центр «Луна» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.luna66.ru>
40. Спортивный комплекс «Юность» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://юность.екатеринбург.рф>