

Старозаимская основная общеобразовательная школа, филиал
Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
Заводоуковского муниципального округа «Новозаимская средняя
общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза
В.М.Важенина»

(Старозаимская ООШ, филиал МАОУ «Новозаимская СОШ»)

Комплекс оздоровительных процедур в пришкольном лагере
«Академия успеха»:

- **Утренняя гигиеническая гимнастика.** Регулярные занятия помогают укрепить здоровье детей, развивают физические качества, воспитывают волю и характер. Зарядка в пришкольном лагере бывает общелагерной или отрядной, чаще всего проводится под музыкальное сопровождение.
- **Закаливание.** Включает воздушные и солнечные ванны. Во время закаливания нельзя допускать, чтобы ребёнок чувствовал неприятный озноб, чтобы появилась «гусиная кожа».
- **Занятия в спортивных кружках.** Основное содержание занятий — разносторонняя физическая подготовка с учётом специфики избранного вида спорта. Занятия проводят не реже 2 раз в неделю, во второй половине дня.
- **Экскурсии, походы с играми на местности.** Туризм — одна из массовых форм физкультурно-оздоровительной работы. Он имеет общеобразовательное и воспитательное значение, является активным отдыхом, хорошим закаливающим средством.
- **Спортивные соревнования, праздники.** Спортивные соревнования — неотъемлемая часть работы по физическому воспитанию в оздоровительном лагере.
- **Подвижные игры.** Включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость.