

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО – ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
«СИЛА СИБИРИ»

Утверждаю:
Директор
ДЮСШ «СИЛА СИБИРИ»

О. И. Дегтярёв
Приказ № 54-од от «08» апреля 2024г.

ПРОГРАММА

Летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием
детей физкультурно - спортивной направленности
«Страна Спортландия»

Уровень программы: базовый
Возраст обучающихся: 7-17 лет
Срок реализации: 21 день
Форма обучения: очная

Разработчик:
Заместитель директора по УВР
Одногузова Н.Г.

Жигалово
2024г.

Содержание

№	Содержание	Страница
1	Паспорт программы	3
2	Пояснительная записка	6
3	Концепция программы	9
4	Цели, задачи и принципы программы	10
5	Содержание работы спортивно-оздоровительного лагеря	11
6	Механизм реализации программы	12
6.1	Материально-техническое обеспечение	13
6.2	План оздоровительной работы лагеря	14
6.3	Методические условия	14
6.4	Этапы реализации программы	15
6.5	Оценка результативности реализации программы	17
7	Примерная план – сетка мероприятий лагеря	18
8	Кадровое обеспечение программы	22
9	Режим дня	24
10	Список литературы	25
11	Приложение 1	26

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей физкультурно - спортивной направленности «Олимпийская деревня»
Цель программы	Создание оптимальных условий для оздоровления, занятости и укрепление здоровья детей, подростков и молодежи в летний период.
Адресаты программы	Обучающиеся ДЮСШ «СИЛА СИБИРИ» п. Жигалово в возрасте от 7 до 17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Количество участников программы – 48 человек.
Сроки реализации программы	с 01.06.2024 по 26.06.2024г.
Направленность деятельности	Физкультурно - спортивная
Краткое содержание программы	Программа направлена на организацию летнего отдыха, оздоровления и занятости детей, подростков и молодежи. Виды деятельности посредством, которых реализуется программа: летний детский оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей
Ожидаемые результаты реализации программы	<p><i>Дети и подростки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ в результате оздоровления и отдыха детей увеличить процент оздоровленных детей. ✓ снизить темп роста негативных социальных явлений среди детей; ✓ укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов; ✓ укрепление иммунной системы; ✓ сформировать навыки здорового образа жизни обучающихся. <p><i>Педагоги:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ приобрели новый опыт организации игровой и познавательной деятельности детей и подростков в летний период, возможность применения этого опыта в основной педагогической деятельности;

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ осмыслили позитивный опыт реализации программы летнего оздоровительного лагеря; ✓ внедрили в практику педагогической деятельности новые формы и методы работы; ✓ способствовали сплочению педагогического и детского коллектива; ✓ повысили уровень профессионализма; ✓ способствовали развитию способностей и талантов детей, выявлению одарённых детей. <p><i>Родители детей и подростков:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ установят долговременные и доверительные отношения с образовательным учреждением; ✓ получают информацию о физическом и интеллектуальном развитии детей; ✓ будут иметь возможность принимать активное участие в реализации программы лагеря; <p>Предполагается, что время, проведенное в лагере, не пройдет бесследно ни для взрослых, ни для детей, и на следующий год они с удовольствием будут участвовать в работе лагеря.</p>
Наименование учреждения, автор программы	Муниципальное казённое учреждение дополнительного образования Детско – юношеская спортивная школа «СИЛА СИБИРИ» (ДЮСШ «СИЛА СИБИРИ») Заместитель директора по УВР – Одногузова Наталья Григорьевна
Почтовый адрес учреждения	666402, Иркутская область, Жигаловский район, п. Жигалово ул. Партизанская д, 46
Телефон, факс, электронный адрес учреждения	Телефон – 8 – 3955131636 e-mail: dushzig@mail.ru
Ф.И.О. директора учреждения	Дегтярёв Олег Иванович
Финансовое обеспечение программы	За счёт средств бюджета МО «Жигаловский район»
Перечень организаторов программы	<ul style="list-style-type: none"> • Управление образования администрации МО «Жигаловский район»; • Управление культуры, молодежной политике и спорта МО «Жигаловский район»; • Муниципальное казённое учреждение

	дополнительного образования Детско – юношеская спортивная школа «СИЛА СИБИРИ».
Особая информация и примечания	Организация летнего отдыха и контроль за реализацией программы возлагается на администрацию ДЮСШ «СИЛА СИБИРИ» п. Жигалово.



2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Где нет простора для проявления способностей, там нет способностей

Людвиг Фейербах

Летний отдых – это не просто прекращение учебной деятельности ребёнка. Это активная пора его социализации, продолжение образования. Именно поэтому обеспечение занятости школьников в период летних каникул является приоритетным направлением государственной политики в области образования детей и подростков. Детство – самое приятное воспоминание в жизни. Детям в пространстве уникального времени свойственно мечтать, удивляться, смеяться, дурачиться, влюбляться. Но особенно значимо, что ребенок по природе своей существо любопытное и любознательное. Уже потому лето для ребят – время открытий и приключений, время игры и азартного познания новых людей, а главное самого себя. Лагерь – некий бинокль, позволяющий рассмотреть в увеличении окружающий мир. Лагерь – это удовольствие, которому нет цены. Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразия общественно значимая досуговая деятельность. Лагерь, с дневным пребыванием учащихся, призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей. Лагерь даёт возможность любому ребенку раскрыться, реализовать свои возможности.

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение лагерной смены – 21 день.

Программа реализуется в период летних каникул в июне.

Общее число участников за смену – 48 человек. Основной состав лагеря – это учащиеся ДЮСШ в возрасте 7–17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в двух отрядах.

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- ✓ Конвенцией ООН о правах ребенка;
- ✓ Конституцией РФ;
- ✓ Законом РФ «Об образовании»;
- ✓ Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 г. № 124-ФЗ (ред. 28.04.2023г)

Актуальность программы заключается в том, что она предусматривает сочетание тренировочных занятий (под руководством квалифицированных тренеров-преподавателей) и различных игровых, развлекательных и познавательных программ, в содержание которых включаются упражнения из профилирующих и других видов спорта, знания из различных областей науки.

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и с честью выходить из непростых ситуаций.

Спортивные занятия помогли тысячам граждан воспитать в себе силу воли, целеустремленность, выдержку, самодисциплину, коллективизм, товарищество, дружбу, взаимовыручку и другие качества.

Народная мудрость гласит: «Здоровье – всему голова».

Здоровье – бесценный дар природы, источник счастья. Поэтому особое внимание в лагере будет уделяться физкультуре и спорту, здоровому образу жизни, сознательному укреплению и развитию различных физических качеств, воспитанию воли, упорству в достижении целей и задач.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья «здоровые дети – здоровая страна». Считаем, что в основе игротеки летнего оздоровительного лагеря должны быть спортивные и подвижные игры, а также познакомить детей с историей Олимпийских игр, и игровых видов спорта.

Главная идея программы: научить детей быть здоровыми, физически крепкими.

Результативность программы выявляется при помощи данных анкетирования, проведения соревнований, конкурсов, викторин.

Целесообразность программы раскрывается во всех аспектах образовательного процесса – воспитании, обучении, развитии.

Новизна программы

Новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение различных видов спортивной подготовки с

применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности.

Наряду с традиционными формами организации досуговой работы (спортивные игры, эстафеты, соревнования, беседы, экскурсии и т.д.) используются новые, такие как: квест-игра, и другие.

Новизна данной программы в том, что она была создана учитывая Федеральные государственные законы, весь период насыщен разноплановой интересной деятельностью, четким режимом жизнедеятельности и питания, действует латентный характер помощи и поддержки детей лагеря.

По продолжительности программа является краткосрочной, т.е. реализуется в течение лагерной смены. Программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.

Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее развивающей, образовательной направленности. Интересен также соревновательный эффект не только между отрядами. Также будет присутствовать отслеживание личностного роста и вклада каждого ребенка в общее дело.

Ежедневный мониторинг удовлетворенности детей – через «Экран настроения».

Новизна программы для педагогов заключается в отработке новых форм психолого-педагогической сопровождения детей и подростков во временном коллективе на протяжении всей смены. Программа оригинальна тем, что гармонично сочетает в себе творческо-познавательную и оздоровительную деятельности учащихся посредством вовлечения детей в спортивную исследовательскую, информационную, интеллектуальную и игровую компетентности.



3. КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т. к. она является неотъемлемой частью общей культуры. Даже великие философы – Сократ, Платон, Аристотель и другие в своих трудах отмечали уникальные возможности спортивных занятий в воспитании всесторонне развитой личности. Основная деятельность лагеря дневного пребывания направлена на развитие личности ребенка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками. Детский лагерь, учитывая его специфическую деятельность, может дать детям определенную целостную систему нравственных ценностей и культурных традиций через погружение ребенка в атмосферу игры и познавательной деятельности дружеского микросоциума. Погружая ребенка в атмосферу лагеря, мы даем ему возможность открыть в себе положительные качества личности, ощутить значимость собственного «я»; осознать себя личностью, вызывающей положительную оценку в глазах других людей; повысить самооценку; выйти на новый уровень общения, где нет места агрессии и грубости. Разные формы взаимодействия направлены на ликвидацию барьеров в межличностных отношениях. Любой ребенок, как через организованную, так и через свободную деятельность получает возможность активного включения в социальную структуру группы.

Физическое воспитание тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием, учит дисциплинировать себя, вырабатывает твердый характер, учит четко выполнять нормы и правила спортивной этики, уважать соперника, судей, развивает умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе. Спортивные занятия

различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

Понятие «здоровый образ жизни» необходимо закладывать еще в детстве. Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни. Досуговая деятельность направлена на вовлечение детей в мероприятия с последующим выявлением их наклонностей и способностей. Быть здоровым выгодно биологически, т. к. организм более эффективно и долговременно сохраняет свою природу. Здоровье выгодно эстетически – здоровый ребенок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией. Задача педагогического коллектива школы в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул, развивать и укреплять связь школы и семьи.

4.ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ.

Цель программы:

Физическое развитие обучающихся посредством учебно-тренировочных занятий, игр и соревнований.

Задачи программы:

Развивающие:

1. Развитие умений и навыков в области физической культуры.
2. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья.
3. Вовлечение всех детей в регулярные занятия физическими упражнениями

Воспитательные:

1. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе.
2. Вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере.
3. Воспитывать стремление к здоровому образу жизни, укреплению здоровья.

Обучающие:

1. Формировать представление о здоровом образе жизни.
2. Формировать умения и навыки физкультурно - спортивной деятельности.
3. Формирование интереса к спортивным видам деятельности.

Организационные:

1.Создание эффективного развивающего, оздоровительного пространства лагеря через формирование моделей игровой деятельности.

Принципы:

- **Гуманизация межличностных отношений**
 - ✓ уважительные демократические отношения между взрослыми и детьми;
 - ✓ уважение и терпимость к мнению детей;
 - ✓ самоуправление в сфере досуга;
 - ✓ приобретение опыта организации коллективных дел и самореализации в ней;
 - ✓ защита каждого члена коллектива от негативного проявления и вредных привычек.
- **Вариативность**
 - ✓ многообразие форм работы, отдыха и развлечений, различные варианты технологии и содержания воспитания.
- **Взаимодействия**
 - ✓ установление контакта между детьми и взрослыми и между сверстниками на основе доброжелательности и искренности в отношениях.
- **Личностный подход в воспитании**
 - ✓ признание личности развивающегося человека высшей социальной ценностью;
 - ✓ добровольность включения детей в ту или иную деятельность.

Программа выполняет следующие функции:

Спортивно-оздоровительная – направлена на отдых и укрепление здоровья через учебно-тренировочный процесс, подвижные игры, спортивные состязания и другие виды деятельности на свежем воздухе.

Социально-досуговая – находясь в лагере, ребенок включен во взаимоотношения с детьми разного возраста и взрослыми.

Воспитывающая – формирование качеств личности в игровых моментах, в моделях жизненных ситуаций.

Развивающая – активизация резервных возможностей организма.

Обучающая – развитие познавательных и организаторских качеств: внимания, фантазии, памяти.

Развлекательная – создание благоприятной атмосферы пребывания в лагере, превращение любой деятельности, даже скучной на первый взгляд (трудовой десант, уборка территории) в увлекательные приключения.

5.СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ

Для реализации поставленных целей и задач были выделенные следующие формы занятости детей и подростков.

✓ Летний детский оздоровительный лагерь с дневным пребыванием;

✓ Физкультурно – спортивные мероприятия.

Направления деятельности:

1. Спортивно – оздоровительное

Основными формами работы по данному направлению являются:

✓ Физкультурно – спортивные мероприятия (игры, турниры, первенства, эстафеты, тестирование ВФСК ГТО);

✓ Соревнования по баскетболу, пионерболу, настольному теннису, мини – лапте;

✓ Беседы на тему здоровый образ жизни «Быть здоровым – это модно»;

✓ Проведение инструктажей по технике безопасности;

✓ Проведение утренней зарядки и соблюдения режима дня.

2. Познавательное

✓ Встреча с почетными жителями Жигаловского района «Беседа с интересным человеком»;

✓ Беседы, викторины, конкурсы, блиц турниры, способствующие формированию знаний о здоровом образе жизни. Истории возникновения видов спорта;

✓ Проведение военно – патриотической игры «Зарница»;

✓ Экскурсии, посещение музейных мероприятий, каждый отряд составит карту патрулирования, на которой покажет где побывал, что открыл нового.

3. Воспитательное

✓ Конкурсы рисунков на асфальте;

✓ Конкурс творческих работ обучающихся: рисунки, стихи, сценки;

✓ Организация выставки плакатов на тему «Пагубное влияние вредных привычек на организм человека»;

✓ Оформление отрядных уголков;

✓ Конкурс талантов «Минута славы»;

Важным направлением воспитательной деятельности в лагере, является работа секций, объединяющая детей по интересам.

6.МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Нормативно-правовые условия:

✓ Закон «Об образовании РФ»;

✓ Конвенция о правах ребенка, ООН,1991г;

✓ Устав ДЮСШ «СИЛА СИБИРИ»;

✓ Положение о лагере дневного пребывания;

✓ Правила внутреннего распорядка лагеря дневного пребывания;

✓ Правила по технике безопасности, пожарной безопасности;

✓ Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в школьном оздоровительном лагере;

- ✓ Приказы управления образования;
- ✓ Должностные инструкции работников;
- ✓ Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра;
- ✓ Заявления от родителей;
- ✓ Правила регистрации детей при поступлении;
- ✓ Акт приемки лагеря.

6.1 Материально-техническое обеспечение

Наименование	Применение	Материальная база	Ответственные
1	2	3	4
Спортивный зал	Занятия спортом, состязания, линейка в случае плохой погоды.	Материальная база школы	Начальник лагеря, воспитатели
Зал настольного тенниса	Праздничные мероприятия и концерты, работа детской творческой мастерской	Материальная база школы	Воспитатели
Многофункциональная спортивная площадка	Линейка, проведение игр на свежем воздухе, спартакиады, спортивные состязания, веселые старты.	Материальная база школы	Начальник лагеря, воспитатели
Методический кабинет	Медицинский контроль мероприятий лагерной смены	Материальная база школы	Медицинский работник
Комната гигиены	Туалет, раздевалка	Материальная база школы	Начальник лагеря, воспитатели, технический персонал

6.2 План оздоровительной работы в лагере

№	Мероприятие	Ответственный
1	Ежедневное проведение спортивных мероприятий, регулярное включение в утреннюю зарядку специальных физических упражнений, направленных на исправление осанки и комплексов упражнений на укрепление различных групп мышц.	Начальник лагеря, воспитатели
2	Витаминоизация пищи (в меню включены различные фруктовые соки, фрукты, свежие овощи)	Начальник лагеря, повара
3	Проведение бесед и мероприятий о здоровом образе жизни	воспитатели
4	Проведение инструктажей по технике личной безопасности в различных жизненных ситуациях.	воспитатели
5	В целях приобщения к здоровому образу жизни и занятиям спортом в план работы включены тематические спортивные дни.	воспитатели

6.3 Методические условия:

1 этап – Подготовительный:

- ✓ создание нормативно-правовой базы, разработка документации;
- ✓ подбор кадров;
- ✓ комплектование отряда.

2 этап – Организационный:

- ✓ выявление и постановка целей развития коллектива и личности;
- ✓ сплочение отряда;
- ✓ формирование законов и условий совместной работы;
- ✓ подготовка к дальнейшей деятельности по программе.

3 этап – Основной:

- ✓ выполнение режима дня;
- ✓ реализация плана работы лагеря.

4 этап – Заключительный:

- ✓ анализ результатов работы – отчет о работе лагеря;
- ✓ творческий отчет (фотоальбом, фотогазета, презентация, обработка видеоматериалов).

6.4 Этапы реализации программы:

1.Подготовительный (май):

- ✓ подбор кадров;
- ✓ проведение стажерской площадки для работников лагеря;
- ✓ подготовка методических материалов;
- ✓ подготовка материально-технической базы.

2. Организационный:

- ✓ формирование отрядов;
- ✓ знакомство с режимом работы лагеря и правилами;
- ✓ оформление уголков отрядов.

3. Основной (21 день):

- ✓ образовательная деятельность;
- ✓ оздоровительная деятельность;
- ✓ культурно-досуговая деятельность;
- ✓ методическая работа с воспитателями.

4. Заключительный:

- ✓ закрытие смены (последний день смены);
- ✓ сбор отчетного материала;
- ✓ анализ реализации программы и выработка рекомендаций;

1.Образовательная деятельность в рамках смены ЛОЛ предусматривает воспитательные мероприятия, связанные с историей добровольческой деятельности в России, изучением духовно нравственных традиций и истории родного края.

Образовательная деятельность также предусматривает знакомство с миром движения, звуков, красок, ощущений. На основе развития навыков моделирования, изготовления поделок из различных материалов, в процессе продуктивной творческой деятельности дети знакомятся с единой картиной мира.

Оздоровительная деятельность способствует формированию культуры физического здоровья, интереса к спорту, мотивирует детей на заботу о своем здоровье и активный отдых. Физические нагрузки, свежий воздух, проведение оздоровительных и различных спортивно-развлекательных мероприятий способствует созданию положительного физиологического и психологического фона.

Конкурсы;

Праздники, утренники;

Конкурсы рисунков, плакатов;

Литературные конкурсы;

Посещение летних праздников, выставок и кинотеатров.

2. Спортивно-оздоровительное воспитание.

В это направление входят мероприятия, пропагандирующие здоровый образ жизни. При этом предусмотрено ведение дневника, в котором отражается вся работа лагеря в спортивно - оздоровительном направлении, отмечаются проведенные мероприятия, достижения и результаты воспитанников, их замечания, предложения и пожелания. Разрабатываются и проводятся различные встречи, экскурсии, соревнования, конкурсные программы по физической культуре, противопожарной безопасности, правилам дорожного движения, по оказанию первой медицинской помощи. С помощью спорта и физкультуры решаются задачи физического воспитания: укрепление здоровья, физическое развитие детей. Творчески подходя к делу, можно разнообразить, сделать увлекательной самую обыкновенную утреннюю гимнастику.

Ежедневная утренняя зарядка;

Спортивные соревнования и праздники;

Беседы, конкурсы, викторины по спорту;

День Здоровья;

Беседы, викторины на тему ЗОЖ;

Конкурсы плакатов о ЗОЖ, на тему противопожарной безопасности;

Встречи с участковым инспектором, медицинским работником;

3. Гражданско-патриотическое воспитание.

Это направление включает в себя все мероприятия, носящие патриотический, исторический и культурный характер. Мероприятия этого направления должны воспитывать в детях патриотизм, любовь к родному краю, чувство гордости за свою страну, за ее историю и культуру. В данном направлении обязательно участие лагеря во всех мероприятиях, запланированных на данный период и приуроченных к торжествам:

Викторины, беседы, велогонка (12 июня, День России);

Линейка Памяти (22 июня, День Памяти);

Посещение выставок, конкурсы рисунков

6.5. Оценка результативности реализации программы

№	Качественные показатели	Путь отслеживания
1.	Первые впечатления о работе в лагере	Анкетирование (Приложение 1)
2.	Познавательная и творческая активность детей через игровую деятельность	Участие в мероприятиях
3.	Новые знания и умения, повышение интеллектуального уровня и расширение кругозора	Участие в культурно-массовых, познавательных, мероприятиях
4.	Новые знания и умения в сфере спортивной деятельности	Участие в соревнованиях по различным видам спорта
5.	Диагностика активности и заинтересованности детей по методике САНЖУ	Диагностическая карта (Приложение 1)
6.	Эмоциональное состояние ребёнка	Наблюдение
7.	"Удовлетворенность пребыванием в лагере"	Анкетирование (Приложение 1)
8.	Уровень физической подготовленности обучающихся	Тестирование
9.	Количество детей, посетивших смены лагеря	Заявления родителей о приёме в лагерь, журнал посещаемости
10.	Укрепление и сохранение здоровья	Диагностика индивидуального здоровья детей.

7. ПРИМЕРНАЯ ПЛАН – СЕТКА МЕРОПРИЯТИЙ ЛАГЕРЯ

Представленная план – сетка имеет вариативный характер, что означает возможность корректировки порядка тематических дней и мероприятий в связи с различными факторами риска: природно – климатические, санитарно – эпидемиологическими и т.д.

Планируемые результаты:

Главным результатом деятельности оздоровительного лагеря является развитие ребенка.

В ходе реализации данной программы ожидается:


- ✓ в результате оздоровления и отдыха детей увеличить процент оздоровленных детей.
- ✓ снизить темп роста негативных социальных явлений среди детей;
- ✓ укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов;
- ✓ укрепление иммунной системы;
- ✓ сформировать навыки здорового образа жизни обучающихся.



<p style="text-align: center;">День – 1 «День защиты детей»</p> <p>«На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!»</p> <p>Открытие лагерной смены</p> <p>Организационные мероприятия по приему детей и распределению по отрядам</p> <p>Игры на знакомство. Анкетирование</p> <p>Отрядный час «Вместе весело живется»</p> <p>«Скучных инструкций не надо бояться – Учись в безопасности сам разбираться».</p> <p>Уроки безопасности: «Правила техники безопасности. Правила поведения в лагере.</p> <p>Правила самостраховки при проведении учебно-тренировочных занятий»</p> <p>Конкурс рисунков на асфальте «Мир глазами детей»</p> <p>Подведение итогов дня.</p>	<p style="text-align: center;">День – 2 «День творчества»</p> <p>«На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!»</p> <p>Учебно-тренировочный процесс.</p> <p>«Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде».</p> <p>Оформление уголка</p> <p>Торжественная линейка (представление отрядов)</p> <p>Конкурс рисунков и плакатов на тему: «Спортивное лето – 2024» и «О спорт – ты мир».</p> <p>Подведение итогов дня.</p>
--	---

<p style="text-align: center;">День – 3 «День здоровья»</p> <p>«На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Спортивные подвижные игры между отрядами «Спорт – это жизнь», Спортивный квест «ЗОЖ» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». Игра «Разгадай спортивный кроссворд». Подведение итогов дня.</p>	<p style="text-align: center;">День – 4 «День правил дорожного движения»</p> <p>«На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». «Чтобы жить, не зная огорчений, чтобы бы бегать, прыгать и летать, Ты должен правила движенья, Всегда и всюду соблюдать». Викторина «В городе дорожных наук» 7-11 лет. Викторина «Законы улиц и дорог» 12-17 лет. Беседа на тему ПДД: «Безопасное поведение на улице и дороге». Подведение итогов дня.</p>
<p style="text-align: center;">День – 5 «День настольных игр»</p> <p>«На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». Настольные игры по отрядам. Отрядные дела Турнир по шашкам Подведение итогов дня.</p>	<p style="text-align: center;">День – 6 «День русского языка»</p> <p>«На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Экскурсия в детскую библиотеку. Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». Викторина по сказкам А. С. Пушкина. Выступление отрядов, показ сказок «В гостях у сказки» Подведение итогов дня.</p>
<p style="text-align: center;">День – 7 «День добрых дел»</p> <p>«На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». «Твори по жизни лишь одно добро, Что бы от доброй мысли множилось оно...». Участие в акции: «Спешит творить добро»- оказание помощи пожилым людям (Адресно- согласно сведений «Центра социальной помощи населению» Подведение итогов дня.</p>	<p style="text-align: center;">День – 8 «День – Туриста»</p> <p>На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». «У нас турслет, не Голливуд и лодырям не место тут». Туристическая викторина: «Туристические тропинки». Туристическая полоса препятствий. Подведение итогов дня.</p>

<p style="text-align: center;">День – 9 «День спортсменов» «На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». Спортивная эстафета «Мы одна команда» Игры на свежем воздухе «Спорт! Спорт!» Подведение итогов дня.</p>	<p style="text-align: center;">День – 10 День «Финансовой грамотности» «На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». Игра «Финансовые ребусы» Подведение итогов дня.</p>
<p style="text-align: center;">День – 11 «На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Минутка здоровья «Следи за осанкой» Первенство лагеря по легкой атлетике Подведение итогов дня</p>	<p style="text-align: center;">День – 12 «Я и моя Россия» На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». Концерт «День России» Тематическая беседа: «Россия – родина моя». Подведение итогов дня</p>
<p style="text-align: center;">День – 13 «День я и мои друзья» На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». Большая командная игра «Физкульт – ура!» Библиотека «У штурвала корабля» Спортивные игры и эстафеты «Быстрее, Выше, Сильнее» Подведение итогов дня.</p>	<p style="text-align: center;">День – 14 «День Один в один» На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде». Игры на открытом воздухе Конкурс «Один в один» Подведение итогов дня.</p>
<p style="text-align: center;">День – 15 «Олимпийский день» На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Турнир по настольному теннису Отрядные дела Подведение итогов дня</p>	<p style="text-align: center;">День – 16 Утренняя зарядка На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» «Я здоровье берегу, сам себе я помогу». Организованный поход в пожарную часть. Экскурсия в музей Рудовскую СОШ Отрядные дела Подведение итогов дня</p>

<p style="text-align: center;">День – 17 «День памяти»</p> <p>На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде».</p> <p>Конкурс стихотворений «Мы помним, мы гордимся» Викторина «По страницам истории» Возложение цветов к памятникам. Отрядные дела. Подведение итогов дня</p>	<p style="text-align: center;">День – 18 «День – ГТО»</p> <p>На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Минутка здоровья «Солнце, воздух и вода – наши лучшее друзья» Фестиваль ГТО Отрядные дела. Подведение итогов дня</p>
<p style="text-align: center;">День – 19 «День – Нептуна»</p> <p>На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде».</p> <p>Праздник подвижные игры «Нас не догонят» Отрядные дела. Подведение итогов дня</p>	<p style="text-align: center;">День – 20 «День смеха»</p> <p>На зарядку выходи! На зарядку всех буди. Все ребята говорят: Физзарядка друг ребят!» Учебно-тренировочный процесс. «Рекорды – всегда. Рекорды – везде. Рекорды на суше, рекорды в воде».</p> <p>Поиск клада. «Зеленая пятка» Отрядные дела. Подведение итогов дня</p>
<p style="text-align: center;">День – 21 «День прощания с лагерем»</p> <p>Утренняя зарядка Медосмотр Подведение итогов летнего сезона Спортивные игры на свежем воздухе ФОТО, Видео на память о лагере Трудовой десант Линейка закрытие смены</p>	

Система поощрения – в каждой смене существует накопительная система поощрительных «медалей», которые дети получают за достижения в ходе проведенных мероприятий каждый день. В конце смены подводим итоги, выявляем самый активный отряд и самых активных ребят по разным направлениям, вручаются медали по спортивным номинациям и в конце всей смены в награду вручается «КУБОК ДРУЖБЫ», наполненный конфетами, который означает, что победила ДРУЖБА.

Символика лагеря

- ✓ эмблема смены «Страна Спортландия» украшает все лагерные дела;
 - ✓ каждый отряд имеет «спортивное название», например, «Чемпионы», «Спортивные ребята» и т.д. Все это находит отражение в оформлении отрядных уголков;
 - ✓ каждый отряд имеет свое название, девиз, элементы цветового оформления – шарики, флажки и т.д.;
- Музыкальным оформлением смены служат песни о спорте, детские песни.

8. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Система подготовки педагогических кадров для работы в лагере: Одной из основных задач организационного и методического обеспечения деятельности программы является профессиональная подготовка специалистов.

Педагогический коллектив представлен педагогами ДЮСШ «СИЛА СИБИРИ» - людьми-единомышленниками, имеющими опыт работы с детьми в летних оздоровительных лагерях дневного пребывания.

Административно-хозяйственная деятельность лагеря обеспечивается постоянными сотрудниками ДЮСШ «СИЛА СИБИРИ», имеющими соответствующее профессиональное образование.

Подбор начальника лагеря, воспитателей проводит администрация школы. Начальник лагеря определяет функциональные обязанности персонала, руководит всей работой лагеря и несет ответственность за состояние воспитательной, хозяйственной и финансовой работы, соблюдение распорядка дня, трудового законодательства, обеспечение здоровья и жизни воспитанников, планирует, организует и контролирует все направления деятельности лагеря, отвечает за качество и эффективность.

Воспитатели организуют воспитательную работу, отвечают за жизнь и безопасность ее участников. Функции воспитателя заключаются в полной организации жизнедеятельности своего отряда: дежурство, труд по самообслуживанию, организация участия в мероприятиях. Воспитатель несет персональную ответственность за жизнь и здоровье каждого ребенка своего отряда.

Обязанности обслуживающего персонала определяются начальником лагеря. Начальник и педагогический коллектив, специалисты хозяйства отвечают за соблюдение правил техники безопасности, выполнение мероприятий по охране жизни и здоровья воспитанников во время участия в соревнованиях, массовых праздниках и других мероприятиях.

Схема управления программой

Участниками данной программы являются дети в возрасте от 7 до 17 лет различных социальных групп.

Для организации работы по реализации программы:

- ✓ проводятся ежедневные планерки воспитателей;
- ✓ составляются планы работы отрядных воспитателей, где отражаются и анализируются события и проблемы дня;
- ✓ проводятся анкетирование и тестирование воспитанников на различных этапах смены («Экран настроения», «Таблица достижений отрядов»);
- ✓ оказывается методическая и консультативная помощь педагогам;
- ✓ проводятся инструктажи с педагогами по охране жизни здоровья; мероприятий по профилактике детского травматизма.

В основе воспитательной системы – активный подход к реализации детского самоуправления в форме совета командиров (обеспечивает порядок и жизнедеятельность лагеря) и инициативных групп (временные объединения для подготовки и проведения отдельных дел, тематических дней). Основным по значимости в лагере является совет командиров.

Обязанности командира отряда:

- ✓ планировать совместно с воспитателями работу своего отряда;
- ✓ следить за выполнением режимных моментов;
- ✓ отвечать заодно из направлений работы.

Материально – техническое обеспечение:

Оргтехника.

Музыкальный центр.

Мультимедиа

Спортивный инвентарь.

Источники финансирования:

За счёт средств бюджета МО «Жигаловский район»

Контроль за исполнением программы:

Администрация ДЮСШ «СИЛА СИБИРИ»

Отчет начальника лагеря «Страна Спортландия»;

Анализ результатов деятельности лагеря на педагогическом совете.



9. РЕЖИМ ДНЯ ЛЕТНЕГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ:

08.15 - 08.30	Приход воспитателей
8.30 - 8.45	Приём детей.
8.45 - 9.00	Зарядка
09.00 - 10.00	Завтрак
10.00 - 10.15	Минутка здоровья
10.45 - 12.30	Организация и проведение коллективных творческих дел, прогулки, общественно – полезный труд, работа кружков и секций
12.30 - 13.30	Обед
13-30 - 14.00	Занятия по интереса Уход домой

10. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Арсенина Возьми с собою в лагерь... Организация досуговых мероприятий, сценарии, материалы для бесед / Арсенина. - М.: Учитель, 2016. - 108 с.
2. Безопасность жизнедеятельности в детском лагере: Методические рекомендации / А. Кравченко, С. Петров. — М. : Изд-во МПГУ МПГУ, 2017. — 54 с.
3. Степанова Т. М.. Игры и развлечения в летнем лагере. - М.: Красико-Принт, 2015. - 176 с.
4. Куприянов, Б.В. Организация детского отдыха. Методика организации ролевой игры. Практическое пособие для академического бакалавриата / Б.В. Куприянов. - М.: Юрайт, 2018. - 183 с.
5. Куркина, Ирина Здоровье - стиль жизни. Современные оздоровительные процедуры в детском саду / Ирина Куркина. - М.: Образовательные проекты, НИИ школьных технологий, 2016. - 176 с.
6. Макеева, Вера Степановна Об Организации И Проведении Комплексных Физкультурно-Оздоровительных / Макеева Вера Степановна. - Москва: Машиностроение, 2015. - 803 с.
7. Мотылянская, Р. Е. Врачебный контроль при массовой физкультурно-оздоровительной работе / Р.Е. Мотылянская, Л.А. Ерусалимский. - М.: Физкультура и спорт, 2019. - 96 с.
8. Панченко, С.И. День за днем в жизни вожатого: в помощь всем, кто работает или будет работать с подростками в детском лагере: моногр. / С.И. Панченко. - М.: Народное образование, НИИ школьных технологий, 2018. - 911 с.
9. Справочник. Физическая культура: Подвижные игры. ФГОС / Н. А. Федорова. – М : Издательство «Экзамен», 2016. – 78 [2]с.
10. Рассел, Джесси Детский лагерь / Джесси Рассел. - М.: VSD, 2015. - 332 с.

АНКЕТА (на входе)

Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

- Твои первые впечатления от лагеря?

- Что ты ждешь от лагеря?

- Есть ли у тебя идеи, как сделать жизнь в нашем лагере интересной и радостной для всех?

- В каких делах ты хочешь участвовать?

- Что тебе нравится делать?

- Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других?

- Кто твои друзья в лагере?

Пожалуйста, закончи предложения (фразы):

- Я пришел в лагерь, потому, что

- Я не хочу, чтобы

- Я хочу, чтобы

- Я боюсь, что

Диагностика активности и заинтересованности детей по методике САНЖУ

САНЖУ –

- С – самочувствие;
- А – активность;
- Н – настроение;
- Ж – желание;
- У – успешность.

Дата												
Состояние												
Самочувствие												
Активность												
Настроение												
Желание												
Успешность												

Методика «САНЖУ» позволяет определить эмоциональный настрой участников программы. Её можно проводить и в начале, и в середине, и в конце смены, и даже на каждом занятии.

Каждая позиция определяется от 0 до 5 баллов. Находится сумма по всем пяти позициям. Норма от 16 до 25 баллов. САНЖУ является методом самодиагностики и определяется каждым участником программы.

Анкета "Удовлетворенность пребыванием в лагере"

Дорогой друг!

Закончилась еще одна смена в летнем лагере. У тебя появились новые друзья, новые впечатления. Но все ли, о чем мечтал, сбылось? Ведь лето такое короткое, а желаний всегда много. Что тебе запомнилось, что тебя радовало и огорчало, захочешь ли ты еще раз провести лето в лагере? Давай еще раз вместе вспомним нашу смену.

1. Удовлетворен ли ты отношениями с ребятами в отряде?

Подчеркни нужное:

- ✓ да;
- ✓ скорее да, чем нет;
- ✓ трудно ответить;
- ✓ скорее нет, чем да; нет.

2. Каковы взаимоотношения между ребятами?

Подчеркни нужное:

- ✓ дружные,
- ✓ приятельские,
- ✓ равнодушные,
- ✓ холодные,
- ✓ враждебные.

3. Каким ты считаешь свой отряд?

- ✓ сплоченным и дружным;
- ✓ дружным, но далеко не всегда;
- ✓ скорее разобщенным, чем дружным;
- ✓ разобщенным, с отдельными группировками;
- ✓ каждый сам по себе.

4. Оказывало ли влияние на твое поведение мнение ребят, всего отряда?

Подчеркни нужное:

- ✓ да;
- ✓ скорее да, чем нет;
- ✓ трудно ответить;
- ✓ скорее нет, чем да; нет.

5. Какие запомнились дела?

Укажи их здесь _____

Почему?

- ✓ узнал много нового;
- ✓ принесли пользу людям;
- ✓ все дружно действовали;
- ✓ сами все придумывали;

- ✓ я был организатором;
- ✓ мы победили в соревновании;
- ✓ работали вместе с взрослыми.

6. Я с удовольствием участвовал в том, что делал мой отряд, когда:

- ✓ мы приносили пользу другим людям;
- ✓ нравился взрослый, который работал с нами;
- ✓ чувствовал, что я нужен другим;
- ✓ все вместе дружно работали;
- ✓ был случай покомандовать;
- ✓ со всеми мне было интересно;
- ✓ я знал, что могу проявить себя;
- ✓ я знал, что смогу что-то новое узнать и чему-то научиться;
- ✓ это расширяло и укрепляло круг моих друзей;
- ✓ это интересное дело, и я получал от него удовольствие;
- ✓ участвовал, потому что не хотел быть "белой вороной";
- ✓ участвовал, так как это помогло мне выделиться среди товарищей.

7. Мои поручения в отряде. Как ты оцениваешь результаты выполнения поручений?

- ✓ моя работа приносила пользу отряду и была интересна мне;
- ✓ отряду было полезно, но мне неинтересно;
- ✓ было интересно мне, приносило мало пользы отряду;
- ✓ работа была бесполезна.