

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ СУОЯРВСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА

Утверждаю
Директор Суоярвской
спортивной школы
Д.В. Германов



ПРОГРАММА
ЛЕТНЕГО СПОРТИВНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО
ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

Разработчик программы:
Заместитель директора по УВР
Пименова М.В.

г. Суоярви
10.04.2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В настоящее время общество осознало необходимость осуществления культурных целей образования, ориентированных на личность и ее саморазвитие в конкретных педагогических системах, в том числе в летних оздоровительных лагерях. Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых.

Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет летний лагерь с дневным пребыванием детей.

Данная программа по своей направленности является **профильной спортивно-оздоровительной**, т. е. включает в себя спортивную деятельность, направленную на оздоровление, отдых и воспитание детей в условиях оздоровительного лагеря.

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение лагерной смены – 7 дней. Программа реализуется в период летних каникул в июне.

Общее число участников за смену – 30 человек.

Основной состав лагеря – это обучающиеся образовательного учреждения в возрасте 8–14 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-инвалидам, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в одном отряде.

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;
- Трудовым кодексом Российской Федерации от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ;
- Федеральным законом «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96 г. № 2-ФЗ;
- Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобразования РФ от 13.07.2001 г. № 2688.

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.

Уникальность среды спортивно-оздоровительного лагеря дает возможность разностороннего реабилитационного воздействия и для детей с ограниченными возможностями. 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. Родители многих детей ищут спасение в медикаментах, недооценивая силу воздействия на организм и эффективность таких факторов, как двигательная активность, закаливание, основы массажа и др. Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, 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. Также здоровье выгодно экономически – здоровые люди дольше сохраняют трудоспособность, они определяют экономическое развитие страны, ее обороноспособность, а также здоровье нации в целом. Здоровье выгодно эстетически – здоровый ребенок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией.

Задача педагогического коллектива в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул, поддержать малообеспеченные семьи.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СПОРТИВНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ.

Цель: Воспитание сознательного отношения воспитанника к укреплению своего здоровья, к личному уровню физической подготовки и максимальному раскрытию своих способностей в период летней оздоровительной работы.

Задачи:

1. Укрепление здоровья детей и формирование навыков здорового образа жизни, улучшения самочувствия и настроения.

2. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе.

3. Повышение спортивного мастерства.

Основные формы организации:

1. Утренняя гимнастика (зарядка).

2. Спортивные игры на стадионе и в универсальном зале.

3. Подвижные игры на свежем воздухе.
4. Эстафеты (спортивная игра «Веселые старты»).

Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 5-10 минут: в хорошую погоду – на открытом воздухе, в непогоду – в проветриваемых помещениях. Основная задача этого режимного момента, помимо физического развития и закаливания – создание положительного эмоционального заряда и хорошего физического тонуса на весь день. Подвижные игры включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Они способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а коллективные игры – еще и воспитанию дружбы.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту, и здоровому образу жизни. Применение современных **здоровье сберегающих технологий** в своей педагогической деятельности отражает две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре и спорту; использование развивающих форм оздоровительной работы.

"В воспитании нет каникул" – эта педагогическая формула становится правилом при организации детского летнего отдыха, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребенка.

Технология дифференцированного обучения – индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств, стала важнейшим требованием в обучении. Дифференцированный и индивидуальный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры.

При разработке мероприятий учитывается уровень физического развития и физической подготовленности обучающихся используя дифференцированный подход.

Исходя из выше сказанного, школьный лагерь работает по направлениям:

Спортивно-оздоровительное направление:

Ориентация на приобретение навыков здорового образа жизни, овладение приемами саморегуляции, здоровьесберегающих технологий

Средства: Утренняя гимнастика (зарядка); спортивные игры на стадионе, спортивной площадке (футбол, волейбол, теннис, пионербол, бадминтон); подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты; закаливающие процедуры, солнечные ванны (ежедневно); воздушные ванны (ежедневно), спортивные праздники: «День Нептуна» «День футболиста», «День теннисиста».

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, различные беседы о здоровом образе жизни, беседы с врачом, спортивные праздники развивают у детей ловкость и смекалку, помогают им развивать различные двигательные способности и реализуют потребность детей в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни. Для максимального достижения результата при проведении спортивных мероприятий присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После конкурсов, которые развивают не только физическое состояние детей, но и укрепляют их дух, дети получают призы.

Гражданско- патриотическое направление:

Это направление включает в себя все мероприятия, носящие патриотический, исторический и культурный характер. Мероприятия этого направления воспитывают в детях патриотизм, любовь к родному краю, чувство гордости за свою страну, за ее историю и культуру.

Средства: Комплекс мероприятий, направленных на положительное отношение к общечеловеческим ценностям, нормам коллективной жизни, развитие гражданской и социальной ответственности за самого себя, общество и Отечество, уважение к государственным символам и традициям; участие в митинге памяти «Никто не забыт, ничто не забыто».

Досуговое направление

Овладение навыками культуры общения; развитие лидерских качеств, творческих способностей, артистизма; приобретение навыков взаимопонимания, взаимоподдержки в условиях детского коллектива, приобретение знаний об организаторской деятельности; максимальное раскрытие детского творческого потенциала, массовое участие детей в развлекательных программах.

Средства: торжественное открытие смены, игра «Поиски клада», «Музыкальный марафон», день именинника.

МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Нормативно-правовые условия:

- Закон «Об образовании РФ»;
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.;
- Устав Суоярвской спортивной школы ;
- 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;
- Постановление администрации Суоярвского муниципального округа «Об организации отдыха, оздоровления и занятости детей в каникулярное время 2025 года в Суоярвском муниципальном округе»;
- Должностные инструкции работников;
- Заявления от родителей;
- Акт приемки лагеря.

2. Материально-технические условия:

- Спортивный зал;
- Спортивная площадка с тренажёрами ;
- стадион ;
- Комнаты гигиены (раздевалки, туалет) .

3. Кадровые условия:

- Начальник оздоровительно лагеря;
- Воспитатели-тренеры;
- Медик;
- Уборщица .

4. Методические условия:

1 этап – Подготовительный:

- создание нормативно-правовой базы, разработка документации;
- подбор кадров;

- комплектование лагеря.

2 этап – Организационный:

- выявление и постановка целей развития коллектива и личности;
- сплочение обучающихся;
- 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).

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Главным результатом деятельности спортивно-оздоровительного лагеря является развитие ребенка.

Результатами успешной деятельности лагеря должны быть показатели развития детей:

- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья. Укрепление физических и психических сил ребенка;
- Приобретение новых знаний и умений;
- Максимальное участие учащихся во всех культурно и спортивно-массовых мероприятиях;
- Получение индивидуальной и коллективной, творческой и трудовой деятельности, социальной активности;
- Развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности;
- Укрепление дружбы и сплоченности в коллективе;
- Повышение общей культуры обучающихся, привитие им социально-нравственных норм.

Методическое обеспечение программы

- наличие программы лагеря
- должностные инструкции, приказ об организации лагеря
- проведение установочного семинара для тренеров - преподавателей до начала смены;
 - подбор методического материала в соответствии с программой лагеря;
 - подбор реквизита для проведения дел;
 - разработка системы отслеживания результатов педагогической деятельности и деятельности воспитанников лагеря, подведение итогов, обеспечение гласности достигнутых успехов и результатов.

Проведение смены обусловлено необходимостью:

- продолжения учебного процесса в условиях лета;
- создания единого коллектива;
- укрепления здоровья детей, отдыхающих в лагере.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ:

дата	время	содержание	ответственный
02.06.2025	9.00-15.00	1. Вводный инструктаж ТБ 2. Подвижные игры на свежем воздухе 3. Весёлые старты. День знакомств. 4. Тренировки по планам тренеров.	Афонин А.С. Векина В.В.
03.06.2025	9.00-15.00	1. Спортивные игры на свежем воздухе (футбол) 2. Игра по станциям «Найди клад» 3. Интеллектуальная игра «Моя Карелия» 4. Тренировки по планам тренеров.	Афонин А.С. Векина В.В.
04.06.2025	9.00-15.00	1. День прыгуна. Обучение прыжкам в длину с места и разбега 2. Смотр конкурс «Моя скакалка» 3. Тренировки по планам тренеров 4. Просмотр кинофильма	Афонин А.С. Векина В.В.
05.06.2025	9.00-15.00	1. Велоконкурс «Всех быстрее» 2. Спортивные игры – баскетбол 3. «История о родном городе и его достопримечательностях» 4. Трудовой час	Афонин А.С. Векина В.В.
06.06.2025	9.00-15.00	1. Конкурс рисунков на асфальте 2. Тренировки по планам тренером 3. Спортивные эстафеты на свежем воздухе 4. Конкурс «Загадок»	Афонин А.С. Векина В.В.
07.06.2025	9.00-15.00	1. «Минутка фитнеса» 2. Турнир по футболу «Кожаный мяч» 3. Тренировки по планам тренеров 4. Игра «Что, где, когда?»	Афонин А.С. Векина В.В.
08.06.2025	9.00-15.00	1. Малая спортивная олимпиада (бег, прыжки, метание в цель, эстафета) 2. «Лучшие спортсмены Суоярвского муниципального округа» 4. Тренировки по планам тренеров 3. Заккрытие лагерной смены. Развлекательная музыкальная программа.	Афонин А.С. Векина В.В.

РЕЖИМ ДНЯ:

9.00 – Пришёл с утра – умойся и на линейку дружно стройся!

9.05 – 9.15 – Стройся по порядку быстро на зарядку!

9.15 – 10.30 - Все за стол! Узнать пора, что сварили повара! Завтрак.

10.30 – 11.15 – Отрядная летучка.

1. Инструктаж по технике безопасности.

2. Подготовка к общелагерному мероприятию.

11.15 – 13.15 – Дел у нас неprovорот – разбегаемся, народ!

11.15 – 12.30 – тренировки по планам тренеров. Общелагерное мероприятие.

12.30. – 13.15 – Отрядное время. Занятия по интересам.

13.15-14.00 - Свободное время, настольные игры.

14.00 – 15.00 – За столом серьёзный вид! Ну-ка дружно приналяжем и покажем наш здоровый аппетит! Обед

15.00 – 15.15 - Линейка. Итоги дня. Уход домой из лагеря.

ЛИТЕРАТУРА:

1. «Летний оздоровительный лагерь» Нормативно – правовая база» Е. А. Гурбина. Волгоград 2006.
2. Лето. Каникулы. Лагерь / Под ред. С.А. Шмакова. – Липецк, 1995
3. Луговская Ю.П. Детские праздники в школе, летнем лагере и дома. Мы бросаем скуке вызов. (Серия «Школа радости».) – Ростов н/Д:Феникс, 2002
4. Марфина С.В. Летний лагерь от А до Я / С.В.Марфина; худож.Е.А.Афоничева. – Ярославль: Академия развития, 2007
5. Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. Большое путешествие. - Ярославль, 2007
6. «Решаем и планируем вместе» (методическое пособие в помощь организатору). – Москва., 1998.
7. Шмаков С.А. «Лето». – М.,1993.