

Принято:
на педагогическом (тренинговом совете)
от 15.03.2024 г. протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО СШ «Мотодром Арена»
А.Л. Данилов
Приказ от «15» марта 2024 г. № 82



ПРОГРАММА
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ
ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД ЛЕТНИХ
КАНИКУЛ
МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КОВРОВА
ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «МОТОДРОМ АРЕНА»

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 – 18 дней. Программа реализуется в период летних каникул в июне-июле.

Общее число участников за смену – 65 человек.

Состав лагеря – обучающиеся МАУ ДО СШ «Мотодром Арена» в возрасте 7–16 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

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.

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 лагере в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СПОРТИВНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ.

Цель: реализация всех возможностей спортивной школы для формирования психически здорового, социально-адаптированного, физически развитого человека, обладающего ценностным отношением к своему здоровью, имеющего привычку к активному образу жизни и регулярным занятиям физической культурой и спортом, т.е. создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценный отдых детей, их оздоровление и творческое развитие.

Задачи:

1. Способствовать укреплению навыков к здоровому образу жизни;
2. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе;
3. Повышение спортивного мастерства;
4. Развитие различных форм общения в разновозрастных группах;
5. Формирование культурного поведения, санитарно-гигиенической культуры;

6. Воспитывать гражданские и нравственные качества, развивать творческое мышление необходимое для практической деятельности, познания, ориентации в окружающем мире.

Основные формы организации:

1. Утренняя гимнастика (зарядка).
2. Спортивные игры на спортивной площадке.
3. Подвижные игры на свежем воздухе.
4. Эстафеты (спортивная игра «Веселые старты»).

Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10-15 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. Праздники и соревнования в лагере составлены с учетом желаний и интересов юных воспитанников, а также открытие и закрытие лагеря. Организована «Школа безопасности», целью и задачей, которой стало изучение опасностей, угрожающих ребенку и разрабатывающих способов защиты от них в любых условиях обитания человека, закрепление практических навыков и умений, находясь в экстремальных ситуациях.

Мероприятия в «Школе безопасности»:

- «День Айболита», где дети учатся оказывать первую медицинскую помощь и применяют на практике дыхательные упражнения, упражнения для улучшения осанки, профилактики плоскостопия и близорукости, самостоятельно учатся выполнять антропометрические измерения.
- «На улицах большого города», вместе с тренером проводятся занятия по правилам дорожного движения, и соревнования с использованием знаков дорожного движения.

Используя **образовательные технологии**, различные знания и умения в таких предметах как: окружающий мир, математика, русский язык, ОБЖ, история были разработаны новые праздники. А именно:

- физкультура и ОБЖ (занятия в школе юного туриста, игры по правилам дорожного движения);
- физкультура и биология (день Айболита);
- физкультура и история («Спортивная викторина», праздник: «По дорогам Олимпиады»);

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

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

Спортивно-оздоровительное направление:

Ориентация на приобретение навыков здорового образа жизни, овладение приемами саморегуляции, здоровье сберегающих 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 футболиста» «День теннисиста», «В гостях у Айболита», «Природа и юный турист».

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, дни здоровья, 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 мероприятиях присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После конкурсов, которые развивают не только физическое состояние детей, но и укрепляют их дух, дети получают призы.

В лагере уделяется большое место пропаганде правильного питания и формированию навыков здорового образа жизни.

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».

Эколого- туристическое направление

Обогащение знаниями и опытом общения с природой; овладение разнообразными формами и методами поиска знаний, практическими умениями, организаторскими способностями, расширение кругозора; приобретение необходимой физической и моральной закалки на экскурсиях; воспитание экологической культуры.

Средства: прогулки и экскурсии на природу; экологические акции.

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, операция, викторина «Следствие ведут знатоки», игра «Поиски клада», «День футболиста», «Рыцарский турнир», день именинника, игровая программа «Школа радости!»

МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Нормативно-правовые условия:

- Закон «Об образовании РФ»
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991 г.
- Устав МАУ ДО СШ «Мотодром Арена».
- 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.
- Инструкции по организации и проведению походов и экскурсий.
- Приказы управления образования.
- Должностные инструкции работников.
- Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра.
- Заявления от родителей.
- Правила регистрации детей при поступлении и выбытии.
- Акт приемки лагеря.

2. Материально-технические условия:

- Спортивный зал,
- Многофункциональная спортивная площадка
- Комнаты гигиены (раздевалки, туалет)

3. Кадровые условия:

- Начальник оздоровительного лагеря;
- Тренеры;
- Специалист по охране здоровья

4. 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).

Тематическое планирование

День	Мероприятие
«День знакомств» 03 июня	• Организационные мероприятия по приему детей и распределению по отрядам и размещению; • Открытие лагерной смены «Здравствуй, друг!»; • Подвижные игры; • Инструктаж по технике безопасности; • Тренинг «Знакомство»
«День Спорта» 04 июня	• Утренняя зарядка «Собирайся, детвора!»; • Спортландия «Спорт любить – сильным и здоровым быть»; • Подвижные игры на свежем воздухе; • Конкурс «Спортивная пантомима»
«День пожарной безопасности» 05 июня	• Проведение инструктажа по технике пожарной безопасности. • Викторина «Огонь враг – огонь друг» • Минутка ПДД: «Памятки» • Конкурс рисунков
06 июня	• Викторина «Зеленые страницы» • Познавательно – профилактическое занятие берегись беды, когда ты у воды» • Спортивные игры на свежем воздухе
«День Здоровья» 07 июня	• Утренняя зарядка на спорт площадке • Игра «Счастливый случай!» за здоровый образ жизни; • Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни» • Спортивные игры на свежем воздухе • Дискуссия «Почему вредной привычке ты скажешь: «Нет»!»
«Спортивный день» 10 июня	• Спортивные состязания между детьми в настольный теннис; • Веселые старты «Сильные быстрые» • Подвижные игры на свежем воздухе.
«День ПДД» 11 июня	• «Безопасное колесо» познавательный турнир; • Тренировка на все группы мышц

	• Подвижные игры на свежем воздухе.
13 июня	• Беседа на тему «Русские народные игры и забавы» • Спортивная игра: «Волейбол» • Викторина «Моя Россия»
14 июня	• Увлекательное путешествие в мир здорового питания • Игра «Съедобное не съедобное» • Онлайн игра – викторина «Основы правильного питания»
17 июня	• Участие в городской спартакиаде лагерей с дневным пребыванием • Игры на свежем воздухе
18 июня	• Минутка здоровья: «Лекарственные растения» • Игра на сплочение: «Я вижу в тебе..» • Футбольный турнир
19 июня	• Викторина «Экологический серпантин» • Соревнования по прыжкам через скакалку •
20 июня	• Круглый стол на тему: «Вредные привычки» • Фитнес для мозга —упражнения для тренировки и развития мозга (упражнения на развитие памяти, внимания) • Старты весёлых надежд
21 июня	• Викторина «Что вы знаете о спорте» •
24 июня	• Веселые старты • Просмотр мотивирующего видеоролика «Мы выбираем спорт!» •
25 июня	• Беседа «ЗОЖ и привычки человека» • Конкурс «А вам слабо?» •
27 июня	• Утренняя Зарядка • • Закрытие лагеря

В течение смены ведется ежедневная самооценка участников смены относительно эмоционального личного состояния, уровня развития коллектива; педагогическим коллективом летнего лагеря проводится ежедневная диагностика эмоционального состояния участников смены, в течение смены проводится социометрия, наблюдение за приоритетными видами деятельности участников.