

Отдел образования администрации Мордовского района  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детская юношеская спортивная школа»

Рассмотрена и рекомендована к  
утверждению Управляющим  
советом МБУ ДО ДЮСШ  
от 13.05.2022 г. №1



«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО ДЮСШ  
А.А. Печёнкин  
Приказ от 13 мая 2022 г. №24

Программа летнего спортивно-оздоровительного  
лагеря дневного пребывания  
«Олимп»

Срок реализации: 21 день  
Возраст учащихся: от 6 до 16 лет  
Место проведения: Тамбовская область, р.п. Мордово, ул. Школьная, д. 8  
Количество детей: 30 человек  
Количество отрядов: 2

Авторы-составители:  
Шабанов Валерий Николаевич, зам. директора по УВР  
Малахов Александр Александрович, тренер-преподаватель

р.п. Мордово 2022 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Направленность и уровень программы**

Программа лагеря является разноплановой, объединяет спортивно-оздоровительную, гражданско-патриотическую, эколого-туристическую направленности, различные направления отдыха, оздоровления и воспитания.

### **Актуальность программы**

Актуальность программы обусловлена следующими факторами:

- устойчивым спросом родителей на организованный отдых учащихся;
- работой по укреплению здоровья детей и формированию у них потребности здорового образа жизни;
- необходимостью использования богатого творческого потенциала педагогов в реализации цели и задач программы.

При составлении программы учитывались традиции и возможности ОУ, уровень подготовки педагогического коллектива, пожелания и интересы детей и родителей, опыт прошлых лет по организации летнего отдыха.

Данная программа по своей направленности является комплексной, включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях лагеря с учетом особенностей местонахождения ОУ. Программа рассчитана на то, что дети каждый день совершат увлекательные познавательные путешествия, расширяющий их кругозор в различных направлениях и новый день приносит с собой новое событие, задание, открытие.

Программа организации летней лагерной смены призвана всесторонне удовлетворять потребности детей и подростков, и направлена на обеспечение их полноценного и содержательного отдыха через разнообразные виды деятельности:

- гражданско-патриотическая деятельность;
- эколого-туристическая ;
- физическую культуру и спорт;
- досуг.

Значимость летнего периода для оздоровления и воспитания детей, удовлетворения детских интересов и расширения кругозора невозможно переоценить. Проблемы организации летнего оздоровительного отдыха вытекают из объективных противоречий:

- между потребностью семьи и государства иметь здоровое, сильное подрастающее поколение и неудовлетворительным состоянием здоровья современных детей;

- педагогической заботой, контролем и желанием детей иметь свободу, заниматься саморазвитием, самостоятельным творчеством.

В основу организации закладываются здоровьесберегающие технологии, реализующиеся в игровой форме.

**Педагогическая целесообразность** программы летней смены заключается в освоении учащимися гражданско-патриотической,

деятельность; эколого-туристической ;  
физкультурно-спортивной направленностей через включение в коллективно-творческую деятельность.

### **Принципы обучения:**

Принцип многообразия видов, форм и содержания деятельности, рассчитанных на доминирующие способности, интерес и потребности детей и подростков;

принцип свободы и творчества;

создание ситуации успеха;

принцип социальной активности через включение детей в социально-значимую деятельность при проведении разноплановых просветительских, оздоровительных, спортивных, досуговых мероприятий;

принцип взаимосвязи педагогического управления и самоуправления, реализация которого предполагает формирование временных творческих групп, служб из числа взрослых и детей по организации, пропаганде, освещению жизнедеятельности в лагере.

### **Отличительная особенность**

Гарантируется возможность выбора любой темы, где ребенок сможет реализовать свои потребности, получить разнообразные знания, умения и навыки и применить их в повседневной деятельности.

### **Новизна программы**

Создание благоприятных условий для укрепления здоровья и организации досуга детей во время каникул, развитие творческого и интеллектуального потенциала личности, ее индивидуальных способностей и дарований, творческой активности с учетом индивидуальных особенностей и интересов. Развитие культурных и духовно-нравственных ценностей, воспитание патриотизма, стремления к разумному выбору здорового образа жизни.

### **Адресная аудитория**

Программа летней смены предназначена для в возрасте 6–16 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 двух отрядах.

### **Этапы реализации программы смены**

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).

### **Содержание программы**

Содержание программы смены основано на следующих направлениях деятельности: спортивно-оздоровительное, гражданско-патриотическое, эколого-туристическое.

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту, и здоровому образу жизни. Применение современных здоровьесберегающих 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 и применением новых игровых технологий.: «Форт - боярд», «Следствие ведут знатоки», «Рыцарский турнир», «Мисс грация», «Водный переполох», «Поиски клада», а также открытие и закрытие лагеря. Организована «Школа безопасности», целью и задачей, которой стало изучение опасностей, угрожающих школьнику 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.

- «Школа юного туриста», на занятиях в которой учащиеся впервые учатся ориентироваться на местности, ставить палатку, разбивать бивак и вязать первые туристические узлы.

- «Приемы самообороны», где учащиеся узнают от опытных тренеров отделения единоборств первые приемы самозащиты.

- «На улицах большого города», вместе с инспектором ГИБДД проводятся занятия по правилам дорожного движения, и соревнования с использованием знаков дорожного движения.

Используя образовательные технологии, различные знания и умения в таких предметах как: биология, 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 Олимпии»);
- физическая культура и русский язык (использование топографических диктантов в играх: перевод письменных условных знаков на схематические и др.);
- физическая культура и математика («Развед-шоу»);
- национальные традиции (изучение игры «Лапта») Цель- возрождения народных игр.

**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 учащихся 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; посещение бассейна; закаливающие процедуры, солнечные ванны (ежедневно); воздушные ванны (ежедневно), спортивные праздники: «Малые олимпийские игры», «Юмор в спорте важен, не спорьте» «День Нептуна» « День футболиста» « День теннисиста», День народных игр»; «В гостях у Айболита»

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. С этой целью продолжает реализовываться программа «Школа безопасности», тесно сотрудничаем с врачом. Проводятся беседы «Оказание первой доврачебной помощи», «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки». Ежедневно ведется «Журнал здоровья»

### **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», Дне России (конкурсной программе «Я люблю тебя, Россия»)

### **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; а также школа безопасности «Уроки юного туриста» и туристические походы

### **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 «Развед-шоу», викторина «Следствие ведут знатоки», игра «Поиски клада», «Мисс Грация, «Рыцарский турнир» «Музыкальный марафон», игра «Форт Боярд», «Следствие ведут...», день именинника. игровая программа «Школа радости!»

### **Цель и задачи программы**

**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. Индивидуальная работа с детьми инвалидами и из «трудных» семей.
4. Повышение спортивного мастерства.

### **Планируемые результаты**

Программа направлена на оздоровление и спортивное развитие каждой личности через положительную мотивацию, интересы и ведение индивидуальных, групповых и коллективных занятий.

В ходе реализации данной программы ребята:

- изменят отношение к своему здоровью, осознают необходимость сохранения физического здоровья, начиная с раннего возраста;
- повысят уровень развития физических качеств (силы, ловкости, выносливости);
- получат навыки здорового образа жизни, правил личной гигиены, разучат комплекс утренней гимнастики;
- научатся оказывать первую само- и взаимопомощь при ожогах, тепловых ударах, ранах, ушибах, растяжениях, укусах и т.д.;

- получают возможность развивать лидерские, организаторские и творческие способности, умение работать в команде;
- расширят кругозор и получат более широкое представление о различных видах спорта.

### **Формы оценивания**

отзывы обучающихся по программе, их родителей, результаты тестирования (сравнительный анализ входной и контрольной диагностик)

### **Образовательные форматы**

**Формы обучения:** групповая, индивидуальная.

Форма организации процесса обучения: учебные группы, сформированные из участников смены с учётом базовых знаний и умений.

Количество учащихся в группах составляет 15 человек.

Формы занятий: теоретическая, практическая.

При реализации программы используются различные образовательные технологии: развивающего обучения, дифференцированного обучения.

### **Техническая платформа**

#### **Материально-технические условия:**

- Спортивный зал,
- Спортивная площадка
- Школьная площадка
- Медицинский кабинет
- Комнаты гигиены (раздевалки, душевые, туалет)

#### **Кадровые условия:**

- Начальник оздоровительно лагеря;
- Воспитатели-тренеры;
- Медицинская сестра.



## Список используемой литературы

1. *«Ах, лето!» С. В. Савинова, В. А. Савинов. – Волгоград 2003*
2. *Вяткин Л.А, Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование- М., 2001*
3. *Козырева О.В., Губарева Т.И., Ларионова Н.Н.. Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах, плоскостопии.- Ростов н/Д-1999*
4. *«Летний оздоровительный лагерь» Нормативно – правовая база» Е. А. Гурбина. Волгоград 2006.*
5. *Лето. Каникулы. Лагерь / Под ред. С.А. Шмакова. – Липецк, 1995*
6. *Луговская Ю.П. Детские праздники в школе, летнем лагере и дома. Мы бросаем скуке вызов. (Серия «Школа радости».) – Ростов н/Д: Феникс, 2002*
7. *Максиняева М.Р. Занятия по ОБЖ с младшими школьниками - М, 2002*
8. *Марфина С.В. Летний лагерь от А до Я / С.В.Марфина; худож.Е.А.Афоничева. – Ярославль: Академия развития, 2007*
9. *Панфилова Н.И., Садовникова В.В. 35 суббот плюс каникулы: Сценарии школьных праздников. – М.: Новая школа, 2001*
10. *Степанова О.. Упражнения для профилактики близорукости*
11. *Туристическая игротека. Игры, конкурсы, викторины. -М., 2001*
12. *Федин С.Н. Веселые игры и головоломки. - М., 2006*
13. *Черенкова Е.Ф. Мой любимый день рождения. Как организовать праздник.- М., 2007*
14. *«Чтобы увидеть радугу.....» (из опыта реализации педагогических программ в условиях детского оздоровительного лагеря). – Ижевск, 2001*
15. *Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. Большое путешествие. - Ярославль, 2007*
16. *«Решаем и планируем вместе» (методическое пособие в помощь организатору). – Москва., 1998.*
17. *Шмаков С.А. «Лето». – М.,1993.*

**РЕЖИМ ДНЯ:**

**08.30-8.45-** прием детей

**08.45-9.00-** зарядка

9.00-9.15-линейка

**09.15 – 10.00 –** завтрак

**10.30 –12.00 –** работа по плану, общественно-полезный труд, работа кружков и секций

**12.00 – 13.00 –** культурно - оздоровительные процедуры

**13.00-14.00 –** обед

**14.30-** закрытие

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ:**

<b><u>День</u></b>	
1 день (22 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Минутка здоровья.</li> <li>• День Знакомств.</li> <li>• Посещение краеведческого музея</li> </ul>
2 день (23 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Школа безопасности</li> <li>• «В гостях у Айболита»</li> <li>• Водные процедуры, солнечные ванны</li> </ul>
3 день (24 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Лапта. Пионербол.</li> <li>• ОФП</li> <li>• Соревнования по дартсу</li> </ul>
4 день (25 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Спортивная викторина»</li> <li>• Спортивно- игровая программа:</li> <li>• «По рекордам Гиннеса»</li> </ul>
5 день (26 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивно-игровая программа «перекрёсток летних забав»</li> <li>• «Морской бой»</li> <li>• Спортивные игры</li> </ul>
6 день (27 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Операция «Зелёная аптека»</li> <li>• Игровая программа «Шарикиада»</li> <li>• Водные процедуры, солнечные ванны</li> </ul>
7 день (28 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Знакомство с историей игровых видов спорта</li> <li>• Лапта. Пионербол.</li> <li>• ОФП</li> </ul>
8 день (29 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Школа безопасности.</li> <li>• «На улицах большого города»</li> <li>• Соревнования велосипедистов</li> </ul>
9 день (30 июня)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Лапта. Пионербол.</li> <li>• ОФП</li> </ul>

10 день <i>(1 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• День смеха или «Все наоборот»</li> <li>• Спортивные состязания</li> <li>• «Юмор в спорте важен, не спорте!»</li> </ul>
11 день <i>(2 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Лапта. Пионербол</li> <li>• ОФП</li> </ul>
12 день <i>(3 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа об истории футбола</li> <li>• День Футболиста.</li> <li>• Соревнования по футболу</li> </ul>
13 день <i>(4 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкурсная программа «ДРОЗД»</li> <li>• (Дети России образованы и здоровы)</li> </ul>
14 день <i>(5 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкурс рисунков «Люблю тебя, моя Россия!»</li> <li>• Спортивная игра «Поиски клада»</li> </ul>
15 день <i>(6 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Соревнования по пионерболу среди лагерей</li> <li>• Водные процедуры, солнечные ванны</li> </ul>
16 день <i>(7 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Школа безопасности.</li> <li>• День Нептуна</li> </ul>
17 день <i>(8 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкурс спортивного ориентирования на местности</li> <li>• Настольные игры</li> </ul>
18 день <i>(9 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• День народных игр.</li> <li>• Соревнования по лапте.</li> <li>• Подведение итогов</li> </ul>
19 день <i>(10 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Уроки юного туриста</li> </ul>
20 день <i>(11 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Мисс и Мистер лагеря</li> <li>• Спортивные игры</li> <li>• Награждение</li> </ul>

21 день <i>(12 июля)</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Анкетирование «Что я получил за время пребывания в лагере»</li><li>• Праздник «До свидания, лагерь!»</li><li>• Закрытие смены</li></ul>