

Утверждаю
Директор МБОУ «Абалаковская СОШ №1»
Е.И.Юшкевич



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АБАЛКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»
ФИЛИАЛ ООШ п. Абалаково

ПРОГРАММА
ЛЕТНЕГО СПОРТИВНО -ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО
ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

«СТРАНА СПОРТЛАНДИЯ»

Разработчик программы:
Учитель начальных классов
филиала ООШ п.Абалаково
Степаненко Л.П.

п. Абалаково

2024 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Где нет простора для проявления способностей,
там нет способностей.*

Людвиг Фейербах

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 – 21 день. Программа реализуется в период летних каникул в июне.

Общее число участников за смену – 13 человек.

Основной состав лагеря – это учащиеся 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.

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 школы 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: 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.

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 закалывания - 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 **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 **игровых технологий**. 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 дети впервые учатся ориентироваться на местности, ставить палатку, разбивать бивак и вязать первые туристические узлы.

- «На улицах поселка», 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 Олимпии»);
- ✓ 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; закаливающие процедуры, солнечные ванны (ежедневно); воздушные ванны (ежедневно), спортивные праздники: «День футболиста» «День теннисиста», День народных игр»; «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. С этой целью продолжает реализовываться программа «Школа безопасности», тесно сотрудничаем с врачом. Проводятся беседы «Оказание первой доврачебной помощи», «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки».

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; 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», «Рыцарский турнир» «Музыкальный марафон», «Следствие ведут...», день именинника. игровая программа «Школа радости!»

МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Нормативно-правовые условия:

- Закон «Об образовании РФ»
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.
- Устав МБОУ «Абалаковская СОШ №1».
- 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,
- ✓ Спортивная площадка
- ✓ Школьная площадка
- ✓ Комнаты гигиены (раздевалки, туалет)

3. Кадровые условия:

- ✓ Начальник оздоровительно лагеря;

- ✓ Воспитатели

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).

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 учащихся, привитие им социально-нравственных норм.

Методическое обеспечение программы

наличие программы лагеря, планов работы отрядов, описание модели игрового сюжета, плана-сетки;

должностные инструкции, приказ об организации лагеря на базе МБОУ «Абалаковская СОШ №1»;

проведение установочного семинара для воспитателей 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.

ЛИТЕРАТУРА:

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. Лето. Каникулы. Лагерь / Под ред. С.А. Шмакова. – Липецк, 1995
4. Панфилова Н.И., Садовникова В.В. 35 суббот плюс каникулы: Сценарии школьных праздников. – М.: Новая школа, 2001
5. Туристическая игротка. Игры, конкурсы, викторины. -М., 2001
6. Федин С.Н. Веселые игры и головоломки. - М., 2006
7. Черенкова Е.Ф. Мой любимый день рождения. Как организовать праздник.- М., 2007
8. «Чтобы увидеть радугу.....» (из опыта реализации педагогических программ в условиях детского оздоровительного лагеря). – Ижевск, 2001
9. «Решаем и планируем вместе» (методическое пособие в помощь организатору). – Москва., 1998.
10. Шмаков С.А. «Лето». – М.,1993.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

<u>День</u>	<u>11.00-12. 00</u>	<u>13. 30 -14.30</u>
1 день (1 июня)	Минутка здоровья. День Знакомств.	Волейбол. Пионербол на природе.ОФП
2 день (3 июня)	Школа безопасности «В гостях у Айболита»	тренировка
3 день (4 июня)	Пионербол. ОФП	тренировка
4 день (5 июня)	Школа безопасности «В гостях у Айболита»	тренировка
5 день (6 июня)	1МП при травмах. Спортивно-игровая программа «Быстрее, выше, сильнее»	тренировка
6 день (7 июня)	соревнования на открытом воздухе. Игровая программа «Летающий мяч»	тренировка
7 день (8 июня)	Игра по настольному теннису. Пионербол. ОФП	Спортивно-игровая программа «День Нептуна»
8 день (10 июня)	Школа безопасности. «На улицах поселка» Игра в футбол.	тренировка
9 день (11 июня)	Пионербол. ОФП	Тренировка на природе.
10 день (13 июня)	Спортивные состязания по настольному теннису.	Тренировка на природе.
11 день (14 июня)	Пионербол ОФП	Тренировка на природе.

12 день (15 июня)	День Футболиста. Соревнования по футболу.	тренировка(футбольное поле)
13 день (17 июня)	Школа безопасности. Уроки юного туриста.	Пионербол. ОФП
14 день (18 июня)	Школа безопасности. Уроки юного туриста.(автономное существование в окружающей среде)	Пионербол. ОФП
15 день (19 июня)	Соревнования по пионерболу	Игра (зал)
16 день (20 июня)	Пионербол. ОФП	Тренировка на природе.
17 день (21 июня)	Поход на природу с отработкой туристских навыков Игры на природе.	Поход.
18 день (22 июня)	Митинг Памяти. «Никто не забыт, ничто не забыто»	Соревнования по ОФП
19 день (24 июня)	День народных игр. Подведение итогов	Соревнования по настольному теннису
20 день (25 июня)	День народных игр. Подведение итогов	Соревнования по настольному теннису
21 день (26 июня)	Закрытие лагерной смены Соревнования.	

Приложение № 1

РЕЖИМ ДНЯ:

9.00 – 9.15 – Линейка. Пришёл с утра – умойся и на линейку дружно стройся!

9.15 – 9.30 – Зарядка. Стройся по порядку быстро на зарядку!

9.30 – 10.00 -Завтрак. Все за стол! Узнать пора, что сварили повара!

10.00 – 10.30 –1. Инструктаж по технике безопасности.

10.30 – 12.30 –Подготовка к мероприятию. Дел у нас невпроворот – разбегаемся, народ!

11.00 – 12.00 – Общелагерное мероприятие. Спортивный час,

12.00. – 13.00 –Отрядное время. Занятия по интересам.

13.00 – 13.30 – Обед. За столом серьёзный вид! Ну-ка дружно приналяжем и покажем наш здоровый аппетит!

13.30 – 14.00 - Сто затей для ста друзей!

Общелагерное мероприятие

Спортивный час, кружки

14.30 – Линейка. Итоги дня.

Общий сбор.