

Управление молодёжной и семейной политики, физической культуры и спорта  
Администрации ЗАТО Северск

Муниципальное автономное учреждение ЗАТО Северск дополнительного  
образования «Спортивная школа имени шестикратной олимпийской чемпионки  
Любови Егоровой»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУДО СШ  
им.Л.Егоровой



А.А. Карташов  
«10» 2024 г.

### ПРОГРАММА

### ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ «ЮНОСТЬ»

Программа рассчитана на детей и подростков 7-17 лет

Автор-разработчик программы:  
инструктора-методисты  
МАУДО СШ им. Л.Егоровой  
Т.Н. Кочкина, А.В. Грановский

г. Северск, 2024 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

I. Информационная карта.....	3
II. Пояснительная записка.....	4-8
III. Основное содержание программы.....	9-13
IV. Кадровое обеспечение.....	13
V. Система лечебно-профилактической работы в оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей.....	14
VI. Методическое обеспечение.....	16
VII. Материально-техническое обеспечение.....	17
VIII. Медицинское обеспечение.....	18
IX. Ожидаемые результаты участников смены.....	18-19
Литература.....	20-21
Приложение 1. План-сетка работы лагеря	
Приложение 2. Отчет о работе лагеря	

## I. Информационная карта программы

<b>Название программы</b>	Программа лагеря с дневным пребыванием детей « Юность» на базе МАУДО СШ им. Л. Егоровой
<b>Наименование организации</b>	МАУДО СШ им.Л.Егоровой
<b>Адрес организации</b>	Томская область, г. Северск, ул. Курчатова 13А.
<b>Телефон организации</b>	8(3823) 523773
<b>Ф.И.О. руководителя организации</b>	Карташов Александр Александрович
<b>Авторы программы</b>	Т.Н. Кочкина, А.В. Грановский
<b>Нормативно-правовое обеспечение</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Конституция РФ;</li> <li>2. Письмо МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РФ от 26.04.2022, № АБ-1154/06 «О летней оздоровительной кампании 2022 года»</li> <li>3. Постановление Администрации ЗАТО Северск от 12.04.2022 № 599, «Об организации отдыха детей и подростков в каникулярное время»;</li> <li>4. Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул Санитарно- эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.2599-10</li> </ol>
<b>Концепция программы</b>	В основе концепции спортивно-оздоровительного лагеря «Юность» - лежит эффективно построенная воспитательная система по самореализации личности ребёнка через включение его учебно-тренировочный процесс, а также в различные виды деятельности с целью формирования личности, развития творческого потенциала и формирования здорового организма.
<b>Цель программы</b>	Организация разносторонне развивающего отдыха для детей и подростков с использованием воспитательного и здоровьенесущего потенциала лета и окружающей среды.
<b>Задачи программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развить навыки коммуникативных способностей ребенка.</li> <li>• Создать условия для спортивных и физкультурных занятий, пропаганда ЗОЖ</li> <li>• Создать условия для проявления творческого, этического отношения к социальной действительности.</li> <li>• Создать доброжелательную обстановку в детской группе.</li> <li>• Способствовать эмоциональному раскрепощению детей, осмыслению и оцениванию важности нравственного развития.</li> <li>• Формирование интереса к различным видам деятельности.</li> </ul>

<p><b>Механизм реализации программы</b></p>	<p><b>I этап: Подготовительный (апрель-май):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ участие в городских совещаниях, посвящённых подготовке к проведению осенней оздоровительной кампании;</li> <li>✓ знакомство с правовыми документами нормативной базы, обеспечивающей качественный отдых детей в текущем году;</li> <li>✓ проведение совещаний при директоре по подготовке лагеря к осеннему сезону;</li> <li>✓ издание приказа по школе о проведении осенней кампании;</li> <li>✓ разработка программы деятельности лагеря с дневным пребыванием детей;</li> <li>✓ отбор кадров для работы в лагере с дневным пребыванием детей «Юность»;</li> <li>✓ составление необходимой документации для деятельности лагеря;</li> <li>✓ организация помещений лагеря согласно нормам и требованиям СанПин;</li> <li>✓ обеспечение допуска сотрудников к работе с детьми;</li> <li>✓ формирование списка детей, посещающих лагерь с дневным пребыванием детей «Юность»;</li> </ul> <p><b>II этап: Организационный (первый день работы лагеря):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ встреча детей;</li> <li>✓ начало реализации программы лагеря с дневным пребыванием детей «Юность»;</li> <li>✓ линейка, открытие лагерной смены;</li> <li>✓ знакомство с правилами внутреннего распорядка лагеря.</li> </ul> <p><b>III этап: Основной (6 дней):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ реализация основной концепции смены;</li> <li>✓ вовлечение детей в различные виды деятельности;</li> <li>✓ учебно-тренировочные занятия;</li> <li>✓ мероприятия с посещением театров, музеев, кинотеатров, библиотек;</li> </ul> <p><b>IV этап: Заключительный (последний день работы лагеря):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ линейка, закрытие лагерной смены;</li> <li>✓ вручение грамот и благодарностей.</li> </ul>
<p><b>Методическое обеспечение программы</b></p>	<p>В основе реализации программы лежит <b>деятельностный</b> подход. Основным методом организации деятельности являются:</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ наличие необходимой документации программы лагеря, планов-сетки;</li> <li>✓ должностные инструкции всех участников процесса;</li> <li>✓ отслеживание результатов и подведения итогов</li> <li>✓ подбор методических разработок в соответствии с планом работы.</li> </ul>



<b>Основные направления</b>	<p><b>I. Спортивно-оздоровительное:</b> учебно-тренировочные занятия, спортивные соревнования, весёлые эстафеты, посещение бассейна, различные беседы о здоровом образе жизни, беседы по гигиеническому воспитанию и профилактике травматизма, подвижные игры на свежем воздухе, развивают у детей ловкость и смекалку, помогают им развивать различные двигательные способности и физические качества и реализуют потребность детей в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни.</p> <p><b>II. Творческое:</b> рисование в лагере даёт большие возможности в развитии художественных способностей детей. Рисуя, дети усваивают целый ряд навыков изобразительной деятельности, укрепляют зрительную память, учатся замечать и различать цвета и формы. В своих рисунках они воплощают собственное видение мира, свои фантазии. Участвуя в конкурсах рисунков дети учатся передавать свои эмоции через рисунок.</p> <p><b>III. Досуговое:</b> массовые - праздники, конкурсы, экскурсии, посещение, театров, кинотеатра, библиотек, музеев спортивные соревнования; групповые - спортивно-оздоровительные мероприятия; отрядные дела, беседы; выполнение творческих работ.</p>
<b>Ожидаемые результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование коммуникативных умений личностных связей, основы правильного поведения, общения, культуры, досуга;</li> <li>• укрепление здоровья, развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>• расширение социального опыта;</li> <li>• формирование осознанного отношения к себе</li> <li>• повышение спортивного мастерства.</li> </ul>
<b>Сроки реализации программы</b>	25.10 – 02.11.2024
<b>Категория участников программы</b>	Программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья. Возраст участников программы: 7-17 лет.
<b>Кадровое обеспечение программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Начальник лагеря;</li> <li>2. Воспитатели – 2 человек;</li> <li>3. Тренеры-преподаватели – 5 человек;</li> <li>4. Врач – 1 человек;</li> <li>5. Мед.сестра – 1 человек</li> <li>6. Уборщики помещений – 5 человека</li> </ol>

<b>Материально-технические условия реализации программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. МСК «Олимпия», ул. Калинина, 66/1</li> <li>2. с/к «Юность», ул. Курчатова, 13а</li> <li>3. л/б «Янтарь», ул. Сосновая, 20</li> <li>4. Медицинские кабинеты.</li> </ol>
<b>Социальное партнёрство</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Центральная городская библиотека города Северска</li> <li>2. Музей г. Северска</li> </ol>

## II. Пояснительная записка.

Руководство страны всерьез обеспокоено здоровьем населения. Здоровый образ жизни – понятие разноплановое. Это не только отказ от алкоголя и табакокурения, но и рациональное питание, и, конечно же, занятия физкультурой и спортом. Сейчас практически не встретишь абсолютно здорового ребенка. Интенсивность учебного труда обучающихся очень высока, что является существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма. Причинами этих отклонений являются малоподвижный образ жизни (гиподинамия), накопление отрицательных эмоций без физической разрядки, психоэмоциональные изменения.

В последние годы в нашей стране много внимания уделяется развитию спорта, в том числе и массового. Возрождение движения ГТО – одно из актуальных направлений такого развития. Важно, чтобы дети с самого раннего возраста приобщались к физической культуре и спорту.

В соответствии с Законом "Об образовании" здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Вопрос сохранения здоровья обучающихся в школе на сегодняшний день стоит очень остро. Использование в воспитании здорового поколения возможных ресурсов, способствует привлечению детей к спортивным занятиям.

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

Организация осеннего отдыха – один из важных аспектов образовательной деятельности. Организованная деятельность детей в осенний период позволяет сделать педагогический процесс непрерывным в течение всего года.

Во время осенних каникул происходит разрядка накопившейся за первую учебную четверть напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет осенний лагерь с дневным пребыванием детей.

Разработка данной программы организации осеннего каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей была вызвана:

- повышением спроса родителей и детей на организованный отдых воспитанников МАУДО СШ им. Л.Егоровой в условиях города;
- продолжением тренировочного процесса;
- повышением спортивного мастерства;
- необходимостью использования богатого спортивного творческого потенциала подростков и тренеров – преподавателей в реализации цели и задач программы.

Данная программа **по своей направленности** является комплексной, т.е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания учащихся в условиях спортивного лагеря. Но приоритетным направлением работы данного лагеря является спортивно-массовая работа, тренировочный процесс.



По **продолжительности** программа является краткосрочной, т.е. реализуется в течение 1 лагерной смены осенью. Смена продолжительностью 7 день.

**Основной состав лагеря** - это обучающиеся МАУДО «СШ им. Л.Егоровой» в возрасте 7-17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных, неблагополучных семей. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в разновозрастных отрядах.

**Новизна программы:** В существующих дополнительных образовательных программах по видам спорта учебно-тематическим планом предусмотрено проведение одной недели (с понедельника по пятницу) тренировочных занятий в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, но материал по планированию работы не выделен и не систематизирован. Новизна данной программы в том, что в ней физическое воспитание тесно связано с нравственным, умственным, эстетическим воспитанием. Занятия по данной программе учат дисциплинировать себя, четко выполнять нормы и правила спортивной этики, уважать соперника, судей, вырабатывать спортивный характер, развивают 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.

**Актуальность** данной программы заключается в том, что 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.

Необходимо также учитывать, что на состояние здоровья влияет такой фактор, как социальная среда

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

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что определенная часть тренеров-преподавателей относится к процессу подготовки спортсменов как к специализированному процессу, забывая о развитии других качеств, в том числе и человеческих. Воспитание гармоничной личности, укрепление психического и физического здоровья детей и целостность процесса психического и физического, умственного и духовного развития личности ребенка вот главные составляющие данной программы.

**Цель:** Организация разносторонне развивающего отдыха для детей и подростков с использованием воспитательного и здоровьесберегающего потенциала осени и окружающей среды.

**Задачи:**

**Оздоровительные:**

- Создать условия для спортивных и физкультурных занятий, пропаганда ЗОЖ

**Воспитательные:**

- Создать доброжелательную обстановку в детской группе.
- Способствовать эмоциональному раскрепощению детей, осмыслению и оцениванию важности нравственного развития.
- Развить навыки коммуникативных способностей ребенка.

**Образовательные:**

- Создать условия для проявления творческого, этического отношения к социальной действительности.



- Формирование интереса к различным видам деятельности.

### **Отличительные особенности программы:**

Настоящая программа имеет ряд особенностей.

Во-первых, способствует формированию культуры физического здоровья, интереса к спорту, мотивирует детей на заботу о своем здоровье и активный отдых. 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.

Во-вторых, в тренировочном процессе развиваются все двигательные качества учащихся, выявляются одаренные спортсмены. В дальнейшем идет подготовка спортсменов высокой квалификации, способных стать членами сборной Томской области.

Отличительной особенностью программы является то, что она предусматривает, кроме физкультурно-спортивного направления, и разностороннее развитие детей: интеллектуальное, экологическое, нравственное, эстетическое, патриотическое, гражданское. Также будет уделено внимание профилактике асоциальных явлений.

Программа ориентирована на работу в разновозрастном детском коллективе на одну смену.

### **Ожидаемые результаты программы.**

- формирование коммуникативных умений, личностных связей, основы правильного поведения, общения, культуры, досуга;
- укрепление здоровья, развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- расширение социального опыта;
- формирование осознанного отношения к себе
- повышение спортивного мастерства.

Итоги успешности реализации данной программы, будут выражены в результатах соревнований, турниров, а также конкурсах и викторинах проведенных за период лагеря.

### **Концептуальные основы программы**

Лагерь с дневным пребыванием детей – это место, где может быть очень эффективно построена педагогическая работа по самоопределению личности ребенка через включение его в спортивную и творческую деятельность.

Главным направлением в работе педагогических работников является педагогическая поддержка и помощь в индивидуальном развитии ребенка. В систему педагогической поддержки включается и психологическая, и социальная, и оздоровительная – поскольку все они интегрируются.

Создание комфортной психологической среды для каждого ребенка предполагает помощь в обретении внутренней свободы, раскованности в проявлении своих лучших качеств.

Организация творческого пространства представляет возможность реализовать свои способности, либо определиться в каком - либо направлении деятельности.

### **Принципы программы**

Программа лагеря с дневным пребыванием детей «Юность» опирается на следующие принципы:

#### 1. Принцип гуманизации отношений.

Построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к ребенку, родителям, сотрудникам лагеря

необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.

2. Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям учащихся и типу ведущей деятельности.

Результатом деятельности воспитательного характера в лагере является сотрудничество ребенка и взрослого, которое позволяет воспитаннику лагеря почувствовать себя творческой личностью.

3. Принцип дифференциации воспитания.

Дифференциация в рамках лагеря предполагает:

- отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей;
- создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены (дня);
- взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;
- активное участие детей во всех видах деятельности.

4. Принцип творческой индивидуальности.

Творческая индивидуальность - это характеристика личности, которая в самой полной мере реализует, развивает свой творческий потенциал.

5. Принцип комплексности оздоровления и воспитания ребёнка.

Данный принцип может быть реализован при следующих условиях:

- необходимо чёткое распределение времени на организацию оздоровительной и воспитательной работы;
- оценка эффективности пребывания детей на площадке должна быть комплексной, учитывающей все группы поставленных задач.

6. Принцип уважения и доверия.

Этот принцип может быть реализован при следующих условиях:

- добровольного включения ребёнка в ту или иную деятельность;
- доверие ребёнку в выборе средств достижения поставленной цели, в основном на вере в возможность каждого ребёнка и его собственной вере в достижении негативных последствий в процессе педагогического воздействия;
- в учёте интересов учащихся, их индивидуальных вкусов.

### **Нормативно правовое обеспечение программы**

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Конституцией РФ;
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Кодекс законов о труде РФ;
- Уголовным кодексом РФ (ст. 156. Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего);

- Постановлением Правительства Томской области от 17.12.2013г. № 540 а «Об утверждении государственной программы «Развитие системы отдыха и оздоровления детей Томской области на 2014 - 2019 годы»
- Приказами управления образования и Управление по делам молодёжной и семейной политики, культуры и спорта Администрации города Северска;
- Уставом МАУДО «СШ им. Л.Егоровой»;
- Положением о лагере с дневным пребыванием;
- Правилами внутреннего распорядка лагеря дневного пребывания;
- Правилами по технике безопасности, пожарной безопасности;
- Рекомендациями по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в спортивно оздоровительном лагере;
- Инструкциями по организации и проведению туристических походов и экскурсий;
- Должностными инструкциями работников;
- Санитарными правилами о прохождении медицинского осмотра;
- Заявлением от родителей;
- Актом приемки лагеря;
- Планом работы смен.



## **II. Основное содержание программы.**

Модель лагеря имеет ряд объективных факторов, которые и определяют специфику его работы:

1. **Временный характер детского объединения.**
2. **Разнообразная деятельность** - насыщенность всего периода разноплановой интересной деятельностью делают пребывание в лагере очень привлекательным для детей, которые в силу своего возраста стремятся «попробовать всё и успеть везде». В летнем оздоровительном лагере предлагается самый разнообразный спектр занятий.
3. **Интенсивность освоения детьми различных видов деятельности** - заинтересованность ребёнка каким-либо делом посредством достижения последующего определённого положительного результата. В этом смысле личностно-ориентированный подход означает, что степень интенсивности должна быть адекватна индивидуальным возможностям ребёнка.
4. **Изменение позиции ребёнка** - своеобразное разрушение прежнего, подчас негативного, стереотипа поведения.
5. **Чёткий режим жизнедеятельности** - максимальное использование природно-климатических факторов, рациональная организация всей жизнедеятельности детей.
6. **Пять основных блоков:**
  1. Спортивная подготовка;
  2. Летняя лагерная спартакиада;
  3. Культурно-досуговые мероприятия ;
  4. Культурно- массовые мероприятия;
  5. Формирование здорового образа жизни.

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение детей к физической культуре, спорту, олимпийским традициям и здоровому образу жизни.

Программа лагеря с дневным пребыванием детей «Юность» включает разнообразные направления работы:

- спортивно-оздоровительное (тренировочные занятия, спортивные состязания по различным видам спорта);
- досуговое (подвижные игры, забавы, шутки и розыгрыши, экскурсии);
- интеллектуальное (сюжетно-ролевые, развивающие, обучающие беседы, лекции, игры, конкурсы, викторины, просмотр видео сюжетов, кинофильмов, праздники).

Являясь воспитательно-образовательной, программа лагеря рассчитана на 7 дней тренировочного сбора в условиях лагеря дневного пребывания для учащихся МАУДО СШ им. Л.Егоровой. Задача ежедневного планирования работы лагеря состоит в сочетании для детей напряженной учебно-познавательной деятельности с яркими впечатлениями от досугово - развивающих мероприятий в смене форм и содержания работы, включающей в себя **пять основных блоков.**

### **1. Первый блок - «Спортивная подготовка».**

Как известно, спортивный результат - один из важнейших критериев эффективности техники и методики тренировки. Поэтому многолетняя тренировка спортсмена - это

систематический, последовательный, целесообразный тренировочный процесс от младшего школьного возраста до взрослых, включающий совокупность средств и методов подготовки, структуру тренировочных и соревновательных нагрузок на этапах годовых циклов тренировки, различные формы тренировочных занятий, систему преемственности задач, средств и методов тренировки, тренировочных и соревновательных нагрузок основных и вспомогательных средств по объему и интенсивности в ежегодных тренировочных программах, выраженный в поурочном планировании годовых тренировочных программ с учетом возрастных стандартов, объемов и интенсивности средств спортивной подготовки.

**Цель этого блока** - повышение уровня развития личности спортсмена, способного стать чемпионом.

**Задачи:**

1. Обеспечить дальнейшее развитие основных физических качеств, определяющих высокие спортивные результаты.
2. Улучшить спортивную техническую и тактическую подготовку.
3. Повысить морально-волевую подготовленность.

Основное направление блока спортивной подготовки - ежедневные учебно-тренировочные занятия по выбранному виду спорта.

**2. Второй блок - «Школа юного судьи по спорту».**

Приобретение навыков судейства и самостоятельного проведения занятий является обязательным для всех групп подготовки. Инструкторская и судейская практика проводится с целью последующего привлечения учащихся к тренерской и судейской работе. Она имеет большое воспитательное значение - у занимающихся вырабатывается сознательное отношение к тренировочному процессу, к решениям судей, дисциплинированность, занимающиеся приобретают определенные навыки наставничества.

**Цель этого блока** - получение учащимися званий и навыков инструктора и судьи по спорту.

**Задачи:**

1. Научить организации и проведению занятий и соревнований в процессе теоретических занятий и практической работы в качестве помощника тренера, инструктора, помощника судьи, секретаря, самостоятельного судейства.
2. Изучить правила соревнований.
3. Привлечь учащихся к подготовке мест соревнований.
4. Ознакомить с историей развития выбранного вида спорта.
5. Научить брать ответственность за свои решения.

**Тематика семинаров по подготовке юных судей (по любому виду спорта)**

1. Развитие данного вида спорта в России и за рубежом;
2. Общие положения;
3. Участники соревнований;
4. Судейство соревнований;
5. Место соревнований;
6. Правила проведения соревнований;
7. Практические занятия по проведению соревнований.



### **3. Третий блок- «От знака ГТО- к Олимпийской медали!»**

**Цель этого блока** - создание пространственной среды, мотивирующей к выполнению норм ВФСК ГТО.

#### **Задачи:**

1. Совершенствование физических способностей детей.
2. Ознакомление, подготовка к выполнению нормативов ВФСК ГТО.
3. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия.

Отличительной особенностью реализации программы лагеря в летний период является включение тестовых упражнений, для подготовки к выполнению норм ГТО (Готов к труду и обороне). Проведение приема нормативов ГТО будут представлены в виде спортивных игр, эстафет, конкурсов, турниров («Самый сильный», «Самый быстрый», «Самый меткий», «Прыжковая», «Беговая»). Ежедневные зарядки на развитие гибкости быстроты, выносливости. Проведение конкурса «Папа, мама, я - спортивная семья», в программу конкурса включены виды испытаний комплекса ВФСК ГТО. Просмотр презентации «История зарождения ГТО». В конце смены проводится конкурс рисунков «Я рисую ГТО», выпуск отрядных стенгазет «ГТО - путь к успеху!»

В основе спортивной деятельности лагеря лежит соперничество и стремление к достижению победы в соревновании. Победа, достигнутая в честном соперничестве при соблюдении нравственных норм и принципов, формирует и подкрепляет такие нравственные качества, как честь, достоинство, справедливость, ответственность. Спортивная деятельность становится своеобразным «испытательным полигоном», где происходит реализация моральных норм и установок, через которую видны достоинства и недостатки в деле обучения, воспитания, закрепления и развития нравственной культуры человека. В лагере формируются сборные команды для участия в соревнованиях. Дети много времени проводят вместе, что позволяет формировать настрой, бойцовский дух команды, скорректировать психологический климат в команде. Как правило, дети объединены общей идеей борьбы, победы на соревнованиях.

### **4. Четвертый блок- «Формирование здорового образа жизни».**

Невозможно обойти вниманием такие важные проблемы, связанные со здоровьем подростков, как курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотических средств. Эти явления, получившие название "вредные привычки", широко распространены сегодня в молодежной среде и оказывают огромное влияние на жизнь подростков любой возрастной группы.

Наше образовательное учреждение, как и многие другие, обладает рядом возможностей для проведения профилактической работы, в частности имеет огромное влияние на формирование и развитие личности ребенка. Доступ к семье ребенка квалифицированными педагогическими кадрами, которые совместно со всеми субъектами профилактики, способны обеспечить ведение эффективной профилактической работы.

**Цель этого блока** - заключается в воспитание у детей ответственности за своё здоровье, устойчивого негативного отношения к вредным привычкам.

#### **Задачи:**

- изменение ценностного отношения детей и молодежи к наркотикам.
- формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающее снижение спроса на психоактивные вещества в молодежной среде.



- сдерживание вовлечения детей и молодежи в прием наркотических средств за счет пропаганды здорового образа жизни.
- формирования антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений.

**Ожидаемый результат деятельности** – личностный рост всех участников образовательного процесса, осознанное отношение к собственному здоровью. Современная концепция первичного, раннего предупреждения употребления ПАВ основана на том, что в центре ее должны находиться личность несовершеннолетнего и три основные сферы, в которых реализуется его жизнедеятельность: семья, образовательное учреждение и досуг.

#### **5. Пятый блок- «Культурно-массовые мероприятия».**

Коллектив – это огромная воспитательная сила в спорте. Совместные занятия, коллективный труд, беседы, экскурсии, походы сплачивают детей, формируют такие качества как взаимная ответственность, уважение друг к другу, доверие, коллективизм и другие. Эти качества необходимы спортсмену для подготовки к многолетнему спортивному совершенствованию, преодолению постоянно возрастающих нагрузок, выполнению спортивного режима тренировки на современном уровне, умение целеустремленно преодолевать неприятные эмоции и чувства, связанные со сложными задачами и большими нагрузками. Насколько активно ребята будут принимать участие в жизнедеятельности смены, настолько увлекательно, интересно, полезно будет проведено летнее время.

**Цель этого блока** – проведение и организация культурно-массовых мероприятий

##### **Задачи:**

1. Создать обоснованные установки поведения юных спортсменов, на базе которых формируется сознательность гражданина.
2. Приобщать ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.
3. Развивать способность создавать прекрасное (спорт учит видеть прекрасное там, где его раньше не замечали).
4. Предоставлять ребенку возможность для самореализации на индивидуальном личностном потенциале.
5. Формировать у ребят навыки общения и толерантности.
6. Дать необходимые знания и умения по организации спортивно-массовых мероприятий

Психологи утверждают, что практически все дети обладают творческим потенциалом, который эффективно развивается при систематических занятиях. И в дальнейшем, приобретенные в течение лагерной смены творческие способности, навыки и умения дети эффективно перенесут на учебные предметы в школе, в повседневную жизнь, достигая значительно больших успехов, чем их менее творчески развитые сверстники.

Главной фигурой, способствующей формированию личности учащихся с первых шагов в спорте и по достижению ими высшего спортивного мастерства, является тренер. Проводя работу по этому блоку, тренер-воспитатель руководствуется следующими заповедями:

Воспитание – это всегда движение к цели.

Многие нравственные формы поведения должны стать областью привычек.

Сильнее всякого индивидуального влияния – влияние коллектива.

## **Этапы реализации программы.**

### **1. Подготовительный**

- разработка Программы летнего лагеря;
- подбор тренеров-преподавателей;
- подбор воспитанников лагеря;
- организация финансового обеспечения;
- подбор учебных, методических и прочих сопутствующих материалов;
- создание отрядов, размещение;
- входная анкета.

### **2. Основной**

- тренировочные занятия;
- спортивные игры и соревнования;
- интеллектуальные игры и конкурсы;
- лекции, беседы о здоровом образе жизни;
- лекции, беседы по предупреждению правонарушений;
- реализация плана деятельности;

### **3. Заключительный**

- подведение итогов смены;
- итоговая диагностика;
- выработка перспектив деятельности организации;
- анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесенными по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем;
- награждение организаторов и активных участников смен.

## **Основные формы работы**

Учебно-тематический план программы рассчитан на 1 неделю, одну смену тренировочных занятий и спортивно-массовых мероприятий в условиях лагеря с дневным пребыванием детей. Основными формами проведения занятий являются:

- тренировочные занятия;
- товарищеские встречи;
- коллективно-творческие дела;
- конкурсы;
- беседы;
- поручения;
- праздники;
- походы, экскурсии.

## **Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.**

### 1. Организационный этап:

- определение тематики смены;
- знание правил жизни деятельности в лагере;
- определение времени для тренировок;
- формирование расписания дня работы лагеря;
- создание инициативной группы детей учебных отделений;

## 2.Основной этап:

- совершенствование физических навыков путем организации тренировочного процесса;
- укрепление здоровья путем организации спортивно-массовой и информационной деятельности;
- формирование нравственных качеств путем организации воспитательной работы;
- сплочение коллектива;

## 3.Заключительный этап:

- поощрение победителей и призеров спортивных соревнований, культурно-массовых мероприятий;
- подведение итогов летней работы лагеря

## 4. Рефлексия

### **III. Режим работы лагеря.**

Лагерь работает с 9-00 до 15-00 час.

Смена длится 7 дней

### **Распорядок работы лагеря.**

09:00 - 09.40 - сбор детей, зарядка

10.00 - 10.30 – завтрак

11:00-13:00 – учебно-тренировочные занятия

13:00 – 14:00 – оздоровительные, культурно-массовые мероприятия,

14.00 - 14.30 - обед.

14:30-15:00- подведение итогов дня, уход детей домой

### **IV. Кадровое обеспечение лагеря с дневным пребыванием детей «Юность»**

Штат лагеря состоит из штатных сотрудников МАУДО СШ им. Л.Егоровой

№	Должность	Количество единиц
1	Начальник лагеря	1
2	Воспитатель	2
3	Тренер-преподаватель	5
4	Мед.работник	1
5	Мед. сестра	1
6.	Уборщики помещений	5

### **V. Система лечебно-профилактической работы в лагере с дневным пребыванием детей**

Одно из самых приоритетных направлений в процессе организации осеннего отдыха - работа по оздоровлению детей.

Цель данной работы: создание условий для сохранения и укрепления психического и физического здоровья школьников, формирования здорового образа жизни.

Для обеспечения данного направления в течение всей лагерной смены работают медицинские кабинеты. За здоровьем школьников следят профессионально подготовленные медицинские сестры. В начале и конце смены проводятся динамические наблюдения с контролем массы, длины тела, динамометрии. За ведущими спортсменами ведется индивидуальный медицинский контроль с углубленными медицинскими осмотрами.



1. Санитарно-гигиенические мероприятия:

- контроль за санитарным состоянием залов (ежедневно), о чем ведутся записи в журнале санитарного состояния.

2. Санитарно-просветительская работа:

- санбюллетени;
- беседы по медицинской тематике и профилактике спортивного травматизма.

# **VI. Методическое обеспечение программы.**

№	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Спортивная подготовка	Тренировка	Индивидуально-групповые тренировочные занятия	Карточки с индивидуальными заданиями	Инвентарь для проведения занятий по видам спорта: футбол, легкая атлетика, баскетбол и др.	Беседа
2	Школа юного судьи по спорту	Лекция	Беседа, диалог	Научная и специальная литература		Практические занятия по проведению соревнований
3	От знака ГТО-к Олимпийской медали!	Тренировка, конкурсы, выполнение видов нормативов ГТО	Индивидуально-групповые	Информационные карточки с видами испытаний, видео ролики	Инвентарь для выполнения видов (испытаний) комплекса	Протоколы видов (испытаний) комплекса ГТО
4	Культурно-досуговые мероприятия.	Устный журнал, конкурс, викторина	Индивидуально-фронтальный	Плакаты, научная и специальная литература	Спортивный инвентарь, магнитофон	Протоколы соревнований, выпуск стенгазеты
5	Занятия по формированию здорового образа жизни	Беседа, дискуссия, лекция	Решение проблемных ситуаций	Рисунки, доклады		Анкетирование

## **Методологическое и психологическое сопровождение смен.**

Для эффективной работы в лагере активно используются:

### **1. Методика КТД.**

В сфере воспитания коллективно – трудовая деятельность и коллективно-творческие дела уже на протяжении десятилетий занимают свое особое место. Эта методика, технология, прекрасно учитывающая психологию подросткового и юношеского возраста, действительно, способна творить чудеса. У каждого, кто участвует в них, пробуждается творческий потенциал, возникают самые добрые чувства к своим товарищам, возникает потребность преобразить свою школу, сделать ее красивее.

**Коллективно-творческое дело (КТД)** - событие, либо набор действий, предполагающий непрерывный поиск лучших решений, жизненно-важных задач и задумывается, планируется и реализуется и оценивается сообща.

#### **Виды КТД:**

1. Организаторские дела (метод взаимодействия)
2. Общественно-политические дела (беседы, лекции и др.)
3. Познавательные дела (познавательные игры: ребёнок должен узнать как можно больше об окружающем мире)
4. Трудовые дела (способствовать развитию трудовых навыков)
5. Художественные дела (творчество: рисование, оформление)
6. Спортивные дела (учебно-тренировочные занятия, Веселые старты и др.)

### **2. Развитие коллектива /Методика А.Н.Лутошкина)**

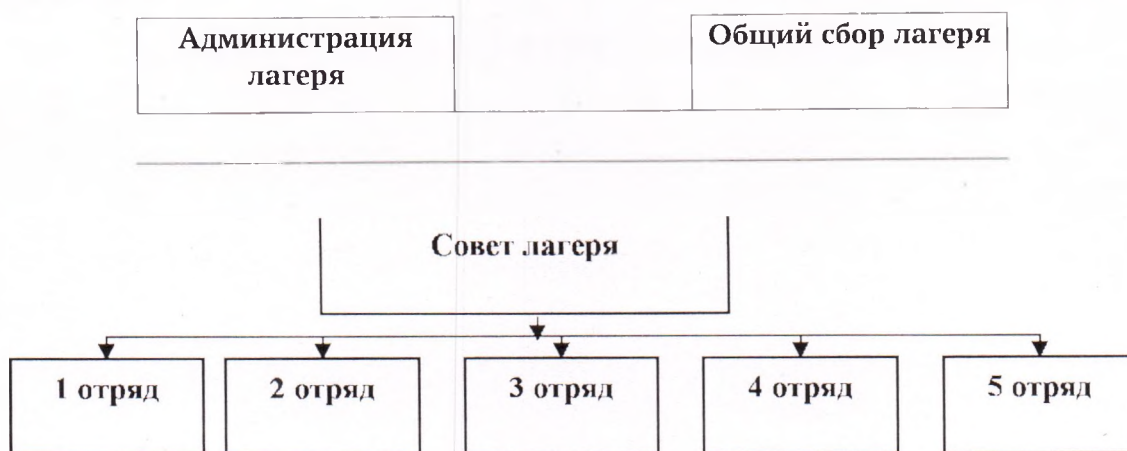
В лагере «Юность» действует система соуправления. Развитие соуправления в коллективе детей играет важнейшую роль. С одной стороны, этот процесс обеспечивает их включенность в решение значимых проблем, с другой, -формирует социальную активность, способствует развитию лидерства.

Новый подход к пониманию сущности развития соуправления предполагает создание условий для освоения детьми комплекса новых социальных ролей. Это обеспечивается включением их в решение сложных проблем взаимоотношений, складывающихся во временном детском объединении. Через свое участие в решении этих проблем подростки вырабатывают у себя качества, необходимые для преодоления сложностей социальной жизни. От отношения детей к целям совместной деятельности зависит их участие в решении управленческих проблем.

Детское соуправление - форма организации жизнедеятельности коллектива, обеспечивающая развитие у подростков самостоятельности в принятии и реализации решения для достижения групповых целей.

Соуправление развивается тогда, когда дети оказываются в ситуации выбора решения поставленной проблемы. Именно принятие решения является ключевым для формирования мотива группового действия. Самоуправление в лагере развивается практически во всех видах деятельности временного детского коллектива.





### 3. Психолого-педагогическое сопровождение смены.

Это процесс оказания своевременной педагогической и психологической помощи нуждающимся в ней детям и система корректирующих воздействий на основе отслеживания изменений в процессе развития личности ребенка.

Компоненты психолого - педагогического сопровождения:

- Диагностический;
- Консультационный;
- Прогностический
- Практический.

Функции психолого-педагогического сопровождения ребенка в условиях лагеря:

- Воспитательная - восстановление положительных качеств, позволяющих ребенку комфортно чувствовать себя в окружающее среде;

- Компенсаторная - формирование у ребенка стремления компенсировать имеющиеся недостатки усилением приложения сил в том виде деятельности, который он любит и в котором он может добиться успеха, реализовать свои возможности, способности в самоутверждении.

- Стимулирующая - направлена на активизацию положительной социально-полезной, предметно-практической деятельности ребенка;

- Корректирующая - связана с исправлением отрицательных качеств в личности и предполагает применение разнообразных методов и методик, направленных на корректировку мотивационно - ценностных ориентаций и установок в общении и поведении.

1. Анкетирование (входная и итоговая анкета)
2. Выявление детей, посещающих лагерь на протяжении 2-3 лет и их спортивные успехи
3. Мониторинговая работа
4. Опрос родителей о результатах программы
5. Ожидания педагогов и их итоговые ощущения

## **VII. Материально-техническое обеспечение программы**

Лагерь расположен на территории МАУДО «СШ им. Л.Егоровой». В зданиях есть централизованное холодное и горячее водоснабжение, туалеты. Питание детей предусмотрено на базе ближайших МБОУ СОШ города Северска на договорной основе.

1. Имеются баскетбольные площадки, беговые дорожки, 1 футбольное поле, 2 бассейна в МАУДО СШ им. Л.Егоровой МСК «Олимпия» (вместимостью – 50 человек, 20 человек), 1 чаша бассейна в административном корпусе МАУДО СШ им. Л.Егоровой, вместимостью – 20 чел., теннисная, стритбольная и гимнастическая площадки, конференц-зал (вместимость 60 чел.). В достаточном количестве имеются литература, игровой и спортивный инвентарь, компьютерная техника.

2. Спортивный инвентарь для тренировочных занятий различными видами спорта.

## **VIII. Медицинское обеспечение программы**

В МАУДО СШ им. Л.Егорова» есть свои медицинские кабинеты. Оснащены аптечками для оказания первой медицинской помощи (противошоковый набор, шины, носилки). Для контроля за антропометрическими показателями воспитанников используется ростомер, весы, динамометр. Используются методики слежения за состоянием учащихся:

1. Спирография.
2. Электрокардиография.
3. Оценка этих методик компьютеризирована по системе «Миокард».
4. Проба Летунова.

Для хранения медикаментов имеются сейфы, холодильники.

Библиотека спортивного врача включает в себя методическую литературу, монографии по спортивной медицине. Для санаторно-просветительской работы выписывается журнал «Здоровье», газета «Здоровый образ жизни».

## **IX. Достигнутые результаты участников смены**

Работая по данной программе на протяжении последних лет, мы получили положительные отзывы от детей, родителей, тренеров, администрации. Все это способствует развитию и совершенствованию данной программы.

Учитывая опыт прошлого года, можно с уверенностью сказать, что программа осеннего лагеря с дневным пребыванием детей даёт положительные результаты. Ребята, посещавшие осенний лагерь в прошлом году, стали более коммуникабельны, физически выносливы, раскрыли свои скрытые таланты, стали активнее в школьной жизни. На классных часах высказывают и активно защищают свою жизненную позицию, призывая одноклассников вести здоровый образ жизни, направленный не только на сохранение, но и улучшение своего здоровья.

Пробуждение интереса учащихся к систематическим занятиям не только любительским, но и профессиональным спортом.

Работа по данной программе позволила учащимся повысить свои результаты в выбранной спортивной специализации.

Контингент учащихся в учебных группах, посещавших спортивно-оздоровительный лагерь, в течение года был стабильным. При общении детей, посещавших лагерь с дневным пребыванием детей, со сверстниками заметно возросло количество воспитанников секций МАУДО СШ им. Л.Егоровой.

Желающих, посещать лагерь в этом году больше. Это говорит о том, что работа ведется в правильном направлении.

Программа осеннего лагеря рассчитана на закрепление результатов прошлого года, и даст толчок к развитию новых спортивных и творческих способностей.

Социальная значимость программы в том, что посредством проведения тематических дней (дней-праздников) будет создана событийная среда и в рамках любимого занятия - игры дети приобретут новые знания, умения, навыки.

Также в ходе реализации программы произошло:

- приобретение опыта позитивного общения со сверстниками и взрослыми и его перенос в повседневную среду общения;
- осознание ребенком собственного успеха;
- улучшение физического здоровья и эмоционального состояния детей.
- участие детей в разнообразной деятельности.
- развитие творческой активности ребенка.

Анализ содержания мероприятий показал достаточно высокий уровень познавательного потенциала. Дети получили массу положительных эмоций. Грамоты, дипломы, призы, движение, игры, соревнования - все это способствовало улучшению психосоматического здоровья детей.

В последний день работы лагеря проводится диагностика удовлетворённости детей. Анализ результатов показал, что в целом дети и родители довольны деятельностью лагеря, т.к. у детей остались положительные впечатления от пребывания в спортивно-оздоровительном лагере.

Анализ внешней среды позволяет дальше работать по данной программе. Культурно-спортивная работа способствует полезной занятости подростков, формированию личностных качеств, самоопределению, развитию творческих, интеллектуальных, физических способностей и возможностей. В большей степени создаются условия для реализации разнообразных запросов детей. Посещение лагеря с дневным пребыванием детей «Юность» побуждает к ведению здорового образа жизни, к развитию положительных нравственных качеств личности таких, как ответственность, трудолюбие, умение работать в коллективе, проявлению гуманности, заботы, милосердия к окружающим и повышения спортивных достижений. Таким образом, «семена спортивного образования», заложенные педагогами летом в результате осуществления предложенной программы, дают хорошие всходы и развиваются во время тренировочного процесса.



## Список литературы

1. Абрамович Д.В., Занятия физической культурой по месту жительства как фактор влияния на физическую подготовленность детей и подростков при выполнении нормативов комплекса ГТО [Текст] / Д. В. Абрамович, В. Ю. Лебединский, Э. Г. Шпорин// Теория и практика физической культуры. - 2016. - №1. - С. 103.
2. Алеуткин А.Ф., В путь-дорогу. Туристская работа в пионерском лагере.- «Физическая культура в школе», 1991, №6.
3. Барышникова Г., «Будни и праздники в детском оздоровительном лагере. Настольная книга вожатого.» – 2007
4. Булганова Н.Ж. Плавание в пионерском лагере. М., 1993.
5. Былеева Л., Яковлев В., Подвижные игры. Учебник для физкультурных вузов. ФиС, 4.1995
6. Вайндорф-Сысоева М.Е.«Основы вожатского мастерства» Учебно-методическое пособие. – М.: «Центр гуманной литературы», 2005. – 160 с.
7. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 288 с.
8. Гозман Л.Я., Психология эмоциональных отношений, МГУ 1997.
9. Горбунов В.В., Викторина «Летние Олимпийские игры»: История олимпийских видов спорта в вопросах и ответах/В.В.Горбунов - М.: Чистые пруды, 2008.-32с.- (Библиотечка «Первого сентября», серия «Спорт в школе» Вып.22).
10. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю. «КИПАРИС. Учебное пособие по организации детского досуга в лагере и школе.»/ - М.: «Педагогическое общество России», 2004. – 224 с.
11. Данилков, А.А., Данилкова Н.С., «Детский оздоровительный лагерь: организация и деятельность, личность и коллектив: монография». – Новосибирск: Изд. НГПУ, 2010. – 183 с.
12. «Дети. Творчество. Спорт. XXI век.» – М., 2002.
13. «Детский оздоровительный лагерь. Опыт успешной практики управления и маркетинга в сфере отдыха и оздоровления детей.» Коллектив авторов. Выпуск 7. – М.: МОО «Содействие детскому отдыху», 2010
14. Должиков И.И., «Физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия в детском лагере: Методическое пособие. » – М.: «Айрис-пресс», 2005. – 176 с.
15. Дорофеев В.И., Малые олимпийские.- «Физическая культура в школе», 1991, №5.
16. Дубовская Е.М., Улановская И.М., К вопросу о роли при различных условиях взаимодействия в паре. В кн. Психологические проблемы обучения.
17. Дуркин П.К., Воспитание у школьников интереса к физической культуре [Текст] / П. К. Дуркин, М. П. Лебедева, // Физическая культура в школе. - 2016. - №3. - С. 36-42.
18. Евгенийев И., По плану. Планирование спортивно-массовой работы в загородном пионерском лагере. - «Физическая культура в школе», 2001, №5.
19. Елжова Н.В., «Лето звонкое, громче пой! Сценарии праздников, конкурсов, спортивных мероприятий для школ и детских оздоровительных центров. » – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2004. – 192 с.
20. Жораева О.П., Нормативы комплекса ГТО VI ступени и физическая подготовленность студентов-юношей [Текст] / О. П. Жораева, В. Г. Королев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2016. - №1. - С. 61-63.
21. Кон И.С., Психология ранней юности. М 1989.
22. Коротков И.М., Подвижные игры в пионерском лагере. М., «Просвещение», 1998.
23. Куцаев В.В., Рекомендации школьникам для самостоятельных занятий по подготовке к сдаче нормативов комплекса ГТО [Текст] / В. В. Куцаев// Физическая культура в школе. - 2016. - №4. - С. 18-23.

23. Поломис К., Дети в пионерском лагере: Прогулки. Походы. Экскурсии/Пер.с чеш. С.Д.Баранниковой; ил. З. Махиткин.-М.: Профиздат, 1990.-144с.:ил.
24. Социальная педагогика: Курс лекций: учеб. Пособие для высш. Учеб. заведений/ Под общ. Ред М.А. Галагзовой. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. - 416
25. Спирин В.К., Нормативная база всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в качестве условия обоснования технологии подготовки и организации сдачи норм ГТО [Текст] / В. К. Спирин, В. А. Багина, А. А. Степанов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2015. - №1. - С. 2-6.
26. Фридман Л.М., Кулагина И.Ю., Психологический справочник учителя. М 1991.
27. Хухлаева О.В., Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). 2 - изд., испр. и доп.: Генезис, 2008. - 334 с.
28. Шепелева Л.Н., Программы социально - психологических тренингов.- СПб.: Питер, 2008. - 160 с.
29. Шишковец Т.А., Справочник социального педагога.- М.: ВАКО, 2005.2008 с. - (Педагогика. Психология. Управление.)
30. Шишова Т., Чтобы ребенок не был трудным/воспитание детей от 4 до 14 лет, 2008. - 576 с.