

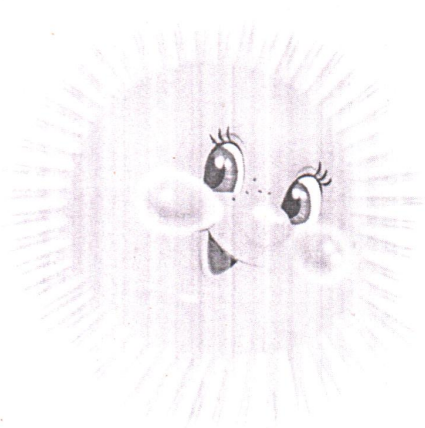
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3» ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО  
СОЮЗА БАРАНОВА ПЕТРА ГРИГОРЬЕВИЧА

ПРИНЯТО  
на заседании  
педагогического совета  
протокол № \_\_\_\_\_  
» \_\_\_\_\_ мая 2024 г.



СВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ № 3»  
Т.Н. Конохова

Программа профильного школьного лагеря  
с дневным пребыванием «Солнышко»



*Направленность:* физкультурно-спортивная  
*Уровень:* основное общее образование  
*Возраст:* 7-11 лет  
*Срок реализации:* 15 дней

2024 г.

# **Программа работы летнего спортивно-оздоровительного лагеря «СОЛНЫШКО»**

---

## **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 – 15 дней. Программа реализуется в период летних каникул в июне.

**Общее число участников за смену – 75 человек.**

**Основной состав лагеря** – это учащиеся образовательного учреждения в возрасте 7–11 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 кодексе РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96 г. № 2-ФЗ;
- Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобразования РФ от 13.07.2001 г. № 2688.

## **КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ**

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры. Даже великие философы – Сократ, Платон, Аристотель и другие в своих трудах отмечали уникальные возможности спортивных занятий в воспитании всесторонне развитой личности.

Основная деятельность лагеря дневного пребывания направлена на развитие личности ребенка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками. Детский лагерь, учитывая его специфическую деятельность, может дать детям определенную целостную систему нравственных ценностей и культурных традиций через погружение ребенка в атмосферу игры и познавательной деятельности дружеского микросоциума. Погружая ребенка в атмосферу лагеря, мы даем ему возможность открыть в себе



положительные качества личности, ощутить значимость собственного «я»; осознать себя личностью, вызывающей положительную оценку в глазах других людей; повысить самооценку; выйти на новый уровень общения, где нет места агрессии и грубости.

Уникальность среды спортивно-оздоровительного лагеря дает возможность разностороннего реабилитационного воздействия и для детей с ограниченными возможностями. Разные формы взаимодействия направлены на ликвидацию барьеров в межличностных отношениях. Любой ребенок, как через организованную, так и через свободную деятельность получает возможность активного включения в социальную структуру группы.

Физическое воспитание тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием, учит дисциплинировать себя, вырабатывает твердый характер, учит четко выполнять нормы и правила спортивной этики, уважать соперника, судей, развивает умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе. Спортивные занятия различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

Понятие «здоровый образ жизни» необходимо закладывать еще в детстве. Родители многих детей ищут спасение в медикаментах, недооценивая силу воздействия на организм и эффективность таких факторов, как двигательная активность, закаливание, основы массажа и др. Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни. Досуговая деятельность направлена на вовлечение детей в мероприятия с последующим выявлением их наклонностей и способностей.

Быть здоровым выгодно биологически, т. к. организм более эффективно и долговременно сохраняет свою природу. Также здоровье выгодно экономически – здоровые люди дольше сохраняют трудоспособность, они определяют экономическое развитие страны, ее обороноспособность, а также здоровье нации в целом. Здоровье выгодно эстетически – здоровый ребенок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией.

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

## ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СПОРТИВНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ.

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

### **Задачи:**

1. Укрепление здоровья детей и формирование навыков здорового образа жизни, улучшения самочувствия и настроения.
2. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе.
3. Индивидуальная работа с детьми инвалидами и из «трудных» семей.
4. Повышение спортивного мастерства.



## 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 новых **игровых технологий**: спортивные соревнования по футболу и пионерболу, игра-путешествие «Экологическая кругосветка», военно-спортивная игра «Зарница», общелагерное спортивное мероприятие «Спартакиада», мероприятия, посвященные Году семьи, 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 безопасности», 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», где дети впервые учатся ориентироваться на местности, ставить палатку, вязать первые туристические узлы.
- «Час ЗОЖ», беседа на тему «Спорт и здоровье»
- «День безопасности на дороге», вместе с инспектором ГИБДД проводятся занятия по правилам дорожного движения, и соревнования с использованием знаков дорожного движения.
- Беседа «Что означают дорожные знаки»

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 рекордов, день экологии);
- ✓ физкультура и история («Спортивная викторина»);
- ✓ физическая культура и русский язык (использование топографических диктантов в играх: перевод письменных условных знаков на схематические и др.); 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.

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 мероприятий присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После конкурсов, которые развивают не только физическое состояние детей, но и укрепляют их дух, дети получают призы.

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.

#### 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 так же 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.



## ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ:

<u>День</u>	<u>10.00-13.00</u>	<u>13.30-14.30</u>
1 день 3 июня	День Знакомств. Беседа «Я и мои друзья» Минутка безопасности. Инструктаж по технике безопасности для воспитанников школьного лагеря. Беседа с сотрудником полиции.	Свободное время. Подвижные игры на свежем воздухе. Подготовка к концерту, посвященному открытию лагеря.
2 день 4 июня	Школа безопасности. Инструктаж по технике безопасности для воспитанников школьного лагеря при проведении массовых мероприятий. Беседа «Разговор о вредных привычках». Операция «Уют», минутка здоровья «Мой рост и мой вес»	Мероприятие в Северинском КДЦ
3 день 5 июня	Беседа «Что такое трудолюбие?», практическое занятие по отработке плана эвакуации по сигналу «Пожар»	Игры на воздухе. Ролевые игры. Занятия по интересам.
4 день 6 июня	Минутка здоровья «Гимнастика для глаз» Игра-викторина «Я и моя семья» Посещение Северинского КДЦ	Игры на воздухе. Ролевые игры. Занятия по интересам.
5 день 7 июня	Минутка здоровья «Правильное питание» «Час ЗОЖ» Беседа «Спорт и здоровье» Соревнования между отрядами. Спартакиада.	Игры на воздухе. Ролевые игры. Занятия по интересам.
6 день 10 июня	Минутка здоровья (беседа по профилактике кишечных заболеваний) Посещение кинотеатра.	Игры на воздухе. Ролевые игры. Занятия по интересам.
7 день 11 июня	Минутка здоровья. Оздоровительные процедуры. Викторина «День разгаданных и неразгаданных тайн». Посещение КДЦ.	Лапта. Пионербол.
8 день 12 июня	Минутка здоровья «Солнечный удар» Беседа- викторина «Наша Родина-Россия»	Инсценирование песен о дружбе.
9 день 13 июня	Минутка здоровья «Зеленая аптечка». День смеха или «Все наоборот» Спортивные состязания «Юмор в спорте важен, не спорьте!»	Посещение КДЦ
10 день 14 июня	Минутка здоровья «Витамины». Конкурс рисунков на асфальте «Год семьи в России!»	Конкурс загадок
11 день 17 июня	Минутка здоровья «Ой, как больно!» (оказание первой помощи) День Футболиста. Соревнования по футболу	Мероприятие в Северинском КДЦ
12 день 18 июня	Минутка здоровья «ЗОЖ». Игровая программа «Барбоскины. Ура, каникулы!» (ПЮЗ)	Посещение КДЦ
13 день 19 июня	Минутка здоровья «ЗОЖ». Школа безопасности. Уроки юного туриста. Спортивная игра «Поиски клада»	Мероприятие в Северинском КДЦ
14 день 20 июня	Минутка здоровья «Пейте, дети, молоко». Спартакиада «Спорт против наркотиков».	Дискотека, игры
15 день 21 июня	Минутка безопасности. Закрытие потока «До новых встреч» литературно-музыкальная игра.	Мастер-класс по изготовлению смайликов

## РЕЖИМ ДНЯ:

- 08.30-09.10- приём детей, зарядка, осмотр детей  
09.10 – 09.30 – завтрак  
09.30 – 10.00 – свободное время (настольные игры)  
10.00 – 13.00 – культурно - массовые, спортивные мероприятия  
13.00-13.30 – обед  
13.30-14.30 – свободное время (настольные игры), уход детей домой

## МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

### 1. Нормативно-правовые условия:

- Закон «Об образовании РФ»
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.
- Устав МБОУ «СОШ № 3»
- 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
- ✓ Медицинский кабинет
- ✓ Комнаты гигиены (раздевалки, туалет)

### 3. Кадровые условия:

- ✓ Начальник оздоровительного лагеря;
- ✓ Воспитатели
- ✓ Медицинская сестра;

### 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).

### 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.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. «Ах, лето!» С. В. Савинова, В. А. Савинов. – Волгоград 2003
2. Вяткин Л.А, Сидорчук Е.В., Немцов 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 скуку вызов. (Серия «Школа радости».) – Ростов н/Д:Феникс, 2002
7. Максимова 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 игротка. 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.