

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа «Олимп» городского округа Рефтинский

Программа принята  
на педагогическом совете  
Протокол № 4  
от «31»мая 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАУ ДО СШ «Олимп»

И.В. Фоминых

Приказ № 194

от «13» июня 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая краткосрочная программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Спортивная страна»  
(в рамках летнего оздоровительного лагеря)

*Автор - составитель:*  
*Начальник лагеря*  
*МАУ ДО СШ «Олимп»*  
*А.А. Шишкина*

*Тип программы: краткосрочная (21 дней)*

*Срок реализации программы: 3 смена, 03.07 – 23.07.2024 г.*

*Возраст участников программы: 6,5-17 лет*

п. Рефтинский

2024 г.

## Оглавление:

1. Информационная карта программы	3
2. Пояснительная записка	4
3. Механизм реализации программы	10
3.1. Основные этапы реализации программы	10
3.2. Распорядок дня	11
3.3. Наши законы и традиции	11
4. Содержание программы	12
4.1. План работы по профилактике вредных привычек	12
4.2. Планы работы отрядов-отделений	13
4.2.1. отряд «легкая атлетика»	13
4.2.2. отряд «лыжные гонки»	13
4.2.3. отряд «фитнес – аэробика»	14
4.2.4. отряд «футбол»	15
4.3. План воспитательной работы	16
5. Ожидаемые результаты программы	17
6. Список используемой литературы	21
Приложение 1. Анкеты по изучению удовлетворенности работы лагеря	22

## 2. Пояснительная записка

Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей спортивного профиля (далее - Программа) для Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Олимп» городского округа Рефтинский (далее – МАУ ДО СШ «Олимп») разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Уставом МАУ ДО СШ «Олимп», на основании следующих нормативно - правовых документов, определяющих функционирование спортивной школы:

- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Конституция РФ;
- Федерального закона от 04.12.2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Законом Свердловской области от 15.06.2011 года № 38-ОЗ «Об организации и обеспечении отдыха и оздоровления детей в Свердловской области»;
- постановлением Правительства Свердловской области от 19.12.2019 года № 920-ПП «Развитие системы образования и реализация молодежной политики в Свердловской области до 2025 года» (с изменениями от 06.10.2022 г.);
- постановлением Правительства Свердловской области от 03.08.2017 года № 558-ПП «О мерах по организации и обеспечению отдыха и оздоровления детей в Свердловской области».

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная.

Данная программа направлена на:

- обеспечение отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков в каникулярное время;
- создание условий для укрепления здоровья детей и подростков;
- создание условий для безопасности и творческого развития детей и подростков;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности.

Настоящая Программа учитывает:

- требования к физкультурно-оздоровительным и спортивным услугам, обеспечивающие безопасность жизни, здоровья обучающихся, сохранность их имущества, а также методы контроля в соответствии с

## 1. Информационная карта программы

Полное наименование программы	Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием
Название организации, представившей программу	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа «Олимп» городского округа Рефтинский (далее, МАУ ДО СШ «Олимп»)
Почтовый адрес организации	624285, Свердловская области, п. Рефтинский, ул. Молодежная д. 2-а
Контактный телефон	8 (34365) 3-20-37
Заказчик программы	Отдел образования администрации городского округа Рефтинский
Начальник лагеря	Шишкина А.А., инструктор - методист
Участники программы	Обучающиеся в возрасте от 6,5 до 17 лет
Общее количество обучающихся	75 человек
Форма реализации	Летний лагерь с дневным пребыванием
Сроки реализации	03 июля 2024 г. – 23 июля 2024 г.
Место реализации	На базе МАУ ДО СШ «Олимп», пос. Рефтинский, ул. Молодежная, д. 2-а
Направленность программы	Физкультурно - спортивная
Профиль программы	Оздоровительный
Цель программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>– обеспечение отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков в каникулярное время;</li> <li>– создание условий для укрепления здоровья детей и подростков;</li> <li>– создание условий для безопасности и творческого развития детей и подростков в летнее время;</li> <li>– профилактика безнадзорности в летнее время среди детей и подростков.</li> </ul>
Направления	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учебно-тренировочная работа по видам спорта;</li> <li>2. Досуговая деятельность;</li> <li>3. Спортивно-оздоровительные мероприятия.</li> </ol>

- национальными стандартами;
- психологические, возрастные и индивидуальные, в том числе гендерные, особенности обучающихся.

#### ***Актуальность программы.***

Детские оздоровительные лагеря являются частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной компенсации в свободное время. Летний лагерь является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой – пространством для оздоровления, спортивного развития, художественного, технического, социального творчества.

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и честью выходить из непростых ситуаций.

Программа деятельности летнего оздоровительного лагеря ориентирована на создание социально значимой психологической среды, дополняющей и корректирующей семейное воспитание ребенка, организацию активного, насыщенного отдыха детей, проведение работы по вопросам сохранения здоровья и здорового образа жизни. Программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.

Программа включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, образования, воспитания в условиях лагеря.

***Педагогическая целесообразность*** раскрывается во всех аспектах образовательного процесса – воспитании, обучении, развитии. Педагогическая целесообразность разработки программы заключается в том, что она предусматривает сочетание тренировочных занятий (под руководством квалифицированных воспитателей) и различных игровых, развлекательных и познавательных программ, в содержание которых включаются упражнения из профилирующих и других видов спорта, знания из различных областей науки. Тренировочные занятия проводятся в соответствии с планом работы воспитателей. Особое место отведено циклу мероприятий, посвященных формированию у воспитанников положительного отношения к ЗОЖ и негативного отношения к вредным привычкам, в частности к употреблению наркотиков.

Новизна программы прослеживается в широком приобщении детей к разнообразному социальному опыту, созданию в лагере стиля отношений сотрудничества, содружества, сотворчества, участия детей в управлении детским оздоровительным лагерем. Данная программа по своей направленности является комплексной, т.к включает в себя разноплановую

деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

Основополагающей идеей данной программы является развитие у детей мотивации к ЗОЖ, к творчеству, самореализации. В качестве формы организации деятельности лагеря выбрана сюжетно - ролевая игра, с помощью которой выстраивается модель поведения, позволяющая детям попробовать разные социальные роли, проявить творчество и самостоятельность.

### ***Цель программы:***

- обеспечение отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков в каникулярное время;
- создание условий для укрепления здоровья детей и подростков;
- формирование интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- создание условий для безопасности и творческого развития детей и подростков в летнее время;
- профилактика безнадзорности в летнее время среди детей и подростков.

### ***Основные задачи программы:***

#### ***1. обучающие:***

- формирование знаний о роли физической культуры и спорта в жизни человека и их место в современном обществе;
- формирование нравственно-этических компетенций обучающихся;
- реализация социального заказа общества, потребностей семьи, интересов и потребностей ребенка в сфере свободного времени через аспект физической культуры и спорта
- формирование навыков в области физической культуры и спорта с учетом избранного вида спорта.

#### ***2. Развивающие:***

- укрепление здоровья средствами общей физической подготовки, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- повышение функциональных возможностей организма средствами занятиями физической культурой и спортом;
- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- развитие координационных способностей;
- развитие психических функций и качеств.

#### ***3. Воспитательные:***

- воспитание нравственных и волевых качеств в процессе занятий и формирование устойчивой привычки в самовоспитании личностных качеств;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;

- формирование потребности к ведению здорового образа жизни;
- профилактика асоциального поведения обучающихся;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, умение брать на себя инициативу;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям по избранному виду спорта в свободное время; <
- формирование спортивной мотивации.

**Адресат программы.** Основной состав лагеря - это обучающиеся детского (подросткового) возраста от 6,5 до 17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям - сиротам и оставшимся без попечения родителей, детям, лиц, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции, призванных на военную службу по мобилизации, а также детям [ - инвалидам и с ограниченными возможностями здоровья. Прием в лагерь осуществляется по заявлению родители (законного представителя), после заключения договора об оказании образовательных услуг и после осуществления оплаты по договору.

***Социально - возрастной состав участников 3 смены:***

1. Всего детей в лагере - 75 чел., из них:

Мальчиков - 53 чел.,

Девочек - 22 чел.

2. Возрастной состав детей:

6,5- 9 лет - 47 чел.,

10 - 11 лет-23 чел.,

12 - 14 лет - 5 чел.,

15 — 18 лет - 0 чел.

3. Социальный состав детей:

Из малообеспеченных семей - 3 чел.,

Из семей беженцев, переселенцев - 0 чел.,

Дети - сироты; дети, оставшиеся без попечения родителей - 1 чел.,

Дети - инвалиды - 0 чел.,

Дети с ОВЗ - 0 чел.,

Дети, лиц, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции, призванных на военную службу по мобилизации - 4 чел.,

Дети, состоящие на учете (ИДН, ПДН, ВШК) - 0 чел.

***Объем программы:*** 30 часов.

***Сроки реализации программы:*** 21 день, с 3 июля 2024 г. по 23 июля 2024 г.

Программа рассчитана на 3 недели обучения в рамках летнего оздоровительного лагеря:

1 неделя обучения – 10 часов в неделю;

2 неделя обучения – 10 часов в неделю;

3 неделя обучения – 10 часов в неделю.

деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

Основополагающей идеей данной программы является развитие у детей мотивации к ЗОЖ, к творчеству, самореализации. В качестве формы организации деятельности лагеря выбрана сюжетно – ролевая игра, с помощью которой выстраивается модель поведения, позволяющая детям попробовать разные социальные роли, проявить творчество и самостоятельность.

#### ***Цель программы:***

- обеспечение отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков в каникулярное время;
- создание условий для укрепления здоровья детей и подростков;
- формирование интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- создание условий для безопасности и творческого развития детей и подростков в летнее время;
- профилактика безнадзорности в летнее время среди детей и подростков.

#### ***Основные задачи программы:***

##### 1. обучающие:

- формирование знаний о роли физической культуры и спорта в жизни человека и их место в современном обществе;
- формирование нравственно-этических компетенций обучающихся;
- реализация социального заказа общества, потребностей семьи, интересов и потребностей ребенка в сфере свободного времени через аспект физической культуры и спорта
- формирование навыков в области физической культуры и спорта с учетом избранного вида спорта.

##### 2. Развивающие:

- укрепление здоровья средствами общей физической подготовки, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- повышение функциональных возможностей организма средствами занятиями физической культурой и спортом;
- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- развитие координационных способностей;
- развитие психических функций и качеств.

##### 3. Воспитательные:

- воспитание нравственных и волевых качеств в процессе занятий и формирование устойчивой привычки в самовоспитании личностных качеств;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;

- формирование потребности к ведению здорового образа жизни;
- профилактика асоциального поведения обучающихся;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, умение брать на себя инициативу;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям по избранному виду спорта в свободное время;
- формирование спортивной мотивации.

**Адресат программы.** Основной состав лагеря – это обучающиеся детского (подросткового) возраста от 6,5 до 17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям – сиротам и оставшимся без попечения родителей, детям, лиц, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции, призванных на военную службу по мобилизации, а также детям – инвалидам и с ограниченными возможностями здоровья. Прием в лагерь осуществляется по заявлению родители (законного представителя), после заключения договора об оказании образовательных услуг и после осуществления оплаты по договору.

**Социально – возрастной состав участников 3 смены:**

1. Всего детей в лагере – 75 чел., из них:

Мальчиков – 53 чел.,

Девочек – 22 чел.

2. Возрастной состав детей:

6,5- 9 лет – 47 чел.,

10 - 11 лет – 23 чел.,

12 – 14 лет – 5 чел.,

15 – 18 лет – 0 чел.

3. Социальный состав детей:

Из малообеспеченных семей – 3 чел.,

Из семей беженцев, переселенцев – 0 чел.,

Дети – сироты; дети, оставшиеся без попечения родителей – 1 чел.,

Дети – инвалиды – 0 чел.,

Дети с ОВЗ – 0 чел.,

Дети, лиц, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции, призванных на военную службу по мобилизации – 4 чел.,

Дети, состоящие на учете (ИДН, ПДН, ВШК) – 0 чел.

**Объем программы: 90 часов.**

**Сроки реализации программы: 21 день, с 3 июля 2024 г. по 23 июля 2024 г.**

Программа рассчитана на 3 недели обучения в рамках летнего оздоровительного лагеря:

1 неделя обучения – 30 часов в неделю;

2 неделя обучения – 30 часов в неделю;

3 неделя обучения – 30 часов в неделю.

## **Особенности организации образовательного процесса**

### **Формы реализации программы:**

Программа или её часть может реализовываться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при проведении учебных занятий, практик, текущего контроля успеваемости или итоговой аттестации обучающихся.

**Перечень форм обучения:** фронтальная, индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая, с использованием дистанционных технологий.

Отряды формируются разновозрастные по видам спорта:

- 1 отряд отделения «лёгкая атлетика»
- 1 отряд отделение «лыжные гонки»,
- 1 отряд отделения «фитнес – аэробика»,
- 1 отряд отделения «футбол».

Учебно-спортивная работа в лагере является продолжением круглогодичного учебно-тренировочного процесса, проводимого в спортивной школе, и осуществляется воспитательским составом на основе рабочих программ и планов.

**Перечень видов занятий:** лекции, семинары, экскурсии, соревнования.

**Перечень форм подведения итогов:** опрос, тестирование, смотр, соревнования.

### ***Обеспечение программы.***

1. Кадровое обеспечение: начальник лагеря, воспитатели отрядов отделений «лёгкая атлетика», «лыжные гонки», «фитнес – аэробика», «футбол», педагог - организатор.

Сферы деятельности воспитателей отрядов:

- Работа с отрядом – обеспечение жизнедеятельности, помощи в самоопределении и самореализации каждому ребёнку; аналитическая работа.
- Обеспечение безусловной безопасности всех тренировочных и спортивно – массовых мероприятий, проводимых в лагере.
- Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря.
- Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря.
- Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня.
- Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря.
- Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых.
- Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

Требования к деятельности воспитателей отрядов:

- обеспечение сохранности жизни и здоровья ребёнка;
- индивидуальный подход к каждому ребёнку;
- удовлетворение интересов наибольшего числа участников смены через организацию разнообразных пространств деятельности;
- предоставление ребёнку свободы выбора в области приложения сил и методов достижения цели;
- одобрение результатов деятельности ребёнка в какой – либо области с целью побудить желание испытать себя в других видах деятельности;
- предоставление ребёнку возможности вносить вклад в общее дело отряда, возможности достижения успеха и признания этого успеха значимыми для ребёнка людьми;
- создание условий для конкретного воплощения творческих идей;
- поощрение работы над проектами, предложенными самими детьми;
- исключение какого-либо давления на детей, создание обстановки доверия и открытости;
- помощь в организации самоанализа, оценивания ребёнком собственной деятельности, самостоятельного решения проблем;
- приоритетность результатов, полученных ребёнком;
- стремление к саморазвитию, профессиональному совершенствованию.

Цель деятельности воспитателей отрядов в смене - так организовать деятельность ребёнка или обеспечить такую её самоорганизацию, чтобы в этой деятельности сам ребёнок проявил себя соответствующим (наилучшим) образом и достиг максимально возможных практических результатов.

Массовая воспитательная работа в лагере осуществляется педагогом организатором и включает следующие организационные формы:

- весёлые старты;
- товарищеские встречи по футболу, пионерболу, шашкам, настольному теннису, легкоатлетическому многоборью;
- беседы, экскурсии, конкурсы, просмотры видеороликов и т.д.

Все планы работы утверждаются начальником лагеря.

### Структура управления лагерем



## 2. Материально – техническое обеспечение:

Программа реализуется на базе МАУ ДО СШ «Олимп» городского округа Рефтинский. Спортивная школа имеет здание с раздевалками, игровой зал, гимнастический зал, тренажерный зал, лыжная база, медицинский кабинет и спортивное ядро с футбольным полем и беговыми дорожками на отрытом воздухе. Также в спортивной школе имеется аудио – видео аппаратура для проведения массовых досуговых мероприятий, спортивный инвентарь.

Информационное обеспечение:

- видеофильмы и интернет-ролики по видам спорта;
- планы работы воспитателей отрядов;
- справочники спортивных и подвижных игр;
- стенд по технике безопасности.

3. Финансовое обеспечение программы: финансирование лагеря осуществляется из родительских средств (30%, 20% - для работников бюджетных организаций, 0% - для льготных категорий детей), остаток из бюджетного финансирования.

## **3. Механизм реализации программы**

### **3.1. Основные этапы реализации программы:**

**1. Подготовительный этап.** Этот этап характеризуется тем, что за 2 месяца до открытия пришкольного летнего спортивного лагеря начинается подготовка к летнему сезону.

Деятельностью этого этапа является:

- проведение совещаний при директоре и заместителе директора по учебно-воспитательной работе по подготовке школы к летнему сезону;
- отбор кадров для работы в летнем оздоровительном лагере;
- издание приказа по школе о проведении летней кампании;
- сбор документов, подписание договоров с родителями (законными представителями) воспитанников школы;
- подготовка методического материала для работников лагеря;
- подготовка необходимой документации для деятельности лагеря (программы деятельности спортивного оздоровительного лагеря, инструкций по технике безопасности, планов воспитательной и учебно-тренировочной работы и др.)

**2. Организационный этап.** Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 2-3 дня. Основной деятельностью этого этапа является:

- встреча детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;
- запуск программы;
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря, режимом дня, инструктаж по технике безопасности, корректировка плана воспитательной работы, исходя из предложений детей.

**3. Основной этап смены.** Основной деятельностью этого этапа является:

- реализация основной идеи смены - специальные тренировки по видам спорта;
- вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно- творческих дел;
- спортивные соревнования.

#### **4. Заключительный этап смены.**

Основной идеей этого этапа является:

- подведение итогов смены;
- составление отчета о выполнении планов воспитательной работы и учебно-тренировочных занятий;
- анализ предложений, внесенными детьми, родителями, педагогами по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем;
- сдача документации.

### **3.2. Распорядок дня.**

Дети находятся в лагере с 8.00 до 14.00 часов ежедневно.

<b>Время</b>	<b>Режимные мероприятия</b>
08.00-08.15	Встреча детей
08.15-08.20	Линейка
08.20-08.50	Зарядка
09.15 -09.30	Построение в колонну, дорога в столовую
09.30- 09.45	Завтрак
10.00-11.00	Культурно-массовые мероприятия (согласно плану)
11.15-13.15	Учебно-тренировочные занятия
13.15 - 13.30	Построение в колонну, дорога в столовую
13.30 - 13.45	Обед
13.45-14.00	Свободное время, отрядные дела

### **3.3. Наши законы и традиции.**

#### **1. Закон точности**

Необходимо ценить каждую секунду. Все дела и сборы начинать в срок. Никогда не заставляйте себя ждать – не отнимать тем самым у товарища драгоценные минуты.

#### **2. Закон поднятой руки**

Этот закон учит уважать человеческое слово, человеческую мысль.

Если человек поднимает руку, ему необходимо сообщить что-то важное людям. Каждому поднявшему руку - слово.

#### **3. Закон территории**

Этот закон гласит: будь хозяином своей территории.

Относитесь к территории как к дому: бережно, заинтересованно, хозяйски.

#### **4. Закон доброго отношения к людям**

Доброе отношение к людям это – постоянная готовность сделать что-то для радости другого человека,

готовность поступиться личным в интересах коллектива

#### **5. Закон улыбки**

Живи для улыбки товарищей и сам улыбайся в ответ.

#### **6. Закон песни**

С песней по жизни веселей. Песня – душа народа.

### **4. Содержание программы**

#### **4.1. План работы по профилактике вредных привычек.**

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.

В настоящее время профилактика употребления ПАВ у детей и подростков выходит на общегосударственный уровень и предполагает консолидацию усилий различных ведомств при ведущей роли системы образования.

МАУ ДО СШ «Олимп», как и многие другие, обладает рядом возможностей для проведения профилактической работы, в частности имеет огромное влияние на формирование и развитие личности ребенка посредством пропаганды здорового образа жизни, вовлечения их в спорт, личного примера воспитателя (своими достижениями в спорте) и ставит перед собой цель: изменение ценностного отношения детей и молодежи к наркотикам, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающее снижение спроса на психоактивные вещества в молодежной среде. Каждый воспитатель также руководствуется принципом – спорт и вредные привычки несовместимы.

Исходя из этого особое место в программе отведено профилактике вредных привычек, в частности наркомании.

#### **План мероприятий по антинаркотическому воспитанию**

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Количество участников	Ответственный исполнитель
1	Проведение разъяснительных бесед с показом видеосюжетов с воспитанниками СОЛ по предупреждению вредных привычек и привитию навыков ЗОЖ на темы: «Наше отношение к безопасности жизнедеятельности, понятие	в течение смены	75	Начальник лагеря

	ЗОЖ», «Здоровье – наше богатство»			
2	Изготовление и раздача памяток по профилактике наркомании, алкогольной зависимости и табакокурения, оформление тематических стендов в фойе школы	в течение смены	75	Начальник лагеря
3	Спортивные соревнования между воспитанниками СОЛ (шахматы, шашки, бадминтон, настольный теннис, мини-футбол, пионербол), личное первенство по видам (скакалка, прыжки в длину с места, бег), «Весёлые старты» под девизом «Нет наркотикам!»	в течение смены, согласно плана воспитательной работы СОЛ	75	Начальник лагеря, воспитатели отрядов

## 4.2. Планы работы отрядов-отделений.

### 4.2.1. отряд «лёгкая атлетика» (воспитатель С.И. Макарова)

I неделя				
-	-	03.07.2024	04.07.2024	05.07.2024
		Зарядка. Основная тренировка (совершенствование техники бега)	Зарядка. Основная тренировка (развитие общей выносливости)	Зарядка. Основная тренировка (развитие скоростно-силовых способностей)
II неделя				
08.07.2024	09.07.2024	10.07.2024	11.07.2024	12.07.2024
Зарядка. Основная тренировка (развитие быстроты)	Зарядка. Основная тренировка (кроссовая подготовка)	Зарядка. Основная тренировка (совершенствование техники бега)	Зарядка. Основная тренировка (развитие общей выносливости)	Зарядка. Основная тренировка (развитие скоростно-силовых способностей)
III неделя				
15.07.2024	16.07.2024	17.07.2024	18.07.2024	19.07.2024
Зарядка. Основная тренировка (развитие быстроты)	Зарядка. Основная тренировка (кроссовая подготовка)	Зарядка. Основная тренировка (совершенствование техники бега)	Зарядка. Основная тренировка (развитие общей выносливости)	Зарядка. Основная тренировка (развитие скоростно-силовых способностей)
VI неделя				
22.07.2024	23.07.2024	-	-	-
Зарядка. Основная тренировка (развитие быстроты)	Зарядка. Основная тренировка (кроссовая подготовка)			

### 4.2.2. отряд «лыжные гонки» (воспитатель А.А. Шмагин)

I неделя				
-	-	03.07.2024	04.07.2024	05.07.2024
		1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка /

		2. Тренировка / лыжероллеры - Старшие 25км - кросс 3км ОФП Младшие 15км кросс 3км ОФП	2. Тренировка / бег с имитацией в подъем - Старшие 9км Младшие 6км; ОФП	велокросс - Старшие 40км - ОФП Младшие 30км - ОФП
<b>II неделя</b>				
<b>08.07.2024</b>	<b>09.07.2024</b>	<b>10.07.2024</b>	<b>11.07.2024</b>	<b>12.07.2024</b>
1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / кросс - Старшие 20км Младшие 12км; ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / бег с имитацией в подъем - Старшие 9км Младшие 6км; ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / лыжероллеры - Старшие 25км - кросс 3км ОФП Младшие 15км кросс 3км ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / бег с имитацией в подъем - Старшие 9км Младшие 6км; ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / велокросс - Старшие 40км - ОФП Младшие 30км - ОФП
<b>III неделя</b>				
<b>15.07.2024</b>	<b>16.07.2024</b>	<b>17.07.2024</b>	<b>18.07.2024</b>	<b>19.07.2024</b>
1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / кросс - Старшие 20км Младшие 12км; ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / бег с имитацией в подъем - Старшие 9км Младшие 6км; ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / лыжероллеры - Старшие 25км - кросс 3км ОФП Младшие 15км кросс 3км ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / бег с имитацией в подъем - Старшие 9км Младшие 6км; ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / кросс-поход - Старшие 30км - / 15мин. бег+5мин ходьба/ Младшие 20км - / 10мин. Бег+5мин. Ходьба/
<b>VI неделя</b>				
<b>22.07.2024</b>	<b>23.07.2024</b>	-	-	-
1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / кросс - Старшие 20км Младшие 12км; ОФП	1. Зарядка /кросс 3км; ОРУ; резиновый амортизатор/ 2. Тренировка / бег с имитацией в подъем - Старшие 9км, Младшие 6км; ОФП			

#### 4.2.3. отряд «Фитнес - аэробика» (воспитатель Н.А. Глухих)

<b>I неделя</b>				
-	-	<b>03.07.2024</b>	<b>04.07.2024</b>	<b>05.07.2024</b>
		Утренняя разминка. Стадион – бег, прыжки, скакалка. ----- ----Флешмоб с акробатикой, Показательные выступления к Дню защиты детей.	Утренняя разминка. Упражнения в парах. Волейбол. ----- ----- Базовая танцевальная аэробика. Спорт. игры – волейбол.	Утренняя разминка. Спортивные эстафеты с мячом, обручами. ----- ----- Композиционная программа Гимнаст.ленты Спорт. игры – теннис, бадминтон.
<b>II неделя</b>				
<b>08.07.2024</b>	<b>09.07.2024</b>	<b>10.07.2024</b>	<b>11.07.2024</b>	<b>12.07.2024</b>
Утренняя разминка. Упражнения на	Утренняя разминка Стадион -	Утренняя разминка. Чирлидинг и	Утренняя разминка. Танцевальная аэробика	Утренняя разминка. Акробатические дорожки



2. Тренировка /ОФП; ведение мяча различными видами; взаимодействие в двойках, тройках ; двухсторонняя игра в футбол	2. Тренировка / СФП; подвижные игры; двухсторонняя игра в футбол	2. Тренировка /ОФП; ведение мяча различными видами; взаимодействие в двойках, тройках ; двухсторонняя игра в футбол	2. Тренировка / СФП; удары по воротам с места/ в движении; выход на вратаря; двухсторонняя игра в футбол	2. Тренировка / СФП; Жонглирование мяча; передачи мяча различными способами в двойках, тройках, двухсторонняя игра в футбол
<b>III неделя</b>				
<b>15.07.2024</b>	<b>16.07.2024</b>	<b>17.07.2024</b>	<b>18.07.2024</b>	<b>19.07.2024</b>
1. Зарядка /кросс 15 мин; ОРУ; прыжковые упражнения с использованием инвентаря 2. Тренировка /ОФП; ведение мяча различными видами; взаимодействие в двойках, тройках ; двухсторонняя игра в футбол	1. Зарядка /кросс 15 мин; ОРУ; координационные упражнения с использованием инвентаря 2. Тренировка / СФП; подвижные игры; двухсторонняя игра в футбол	1. Зарядка /кросс 15 мин; ОРУ; прыжковые упражнения с использованием инвентаря 2. Тренировка /ОФП; ведение мяча различными видами; взаимодействие в двойках, тройках ; двухсторонняя игра в футбол	1. Зарядка /кросс 15 мин; ОРУ; координационные упражнения с использованием инвентаря 2. Тренировка / СФП; удары по воротам с места/ в движении; выход на вратаря; двухсторонняя игра в футбол	1. Зарядка /кросс 15 мин; ОРУ; прыжковые упражнения с использованием инвентаря 2. Тренировка / СФП; Жонглирование мяча; передачи мяча различными способами в двойках, тройках, двухсторонняя игра в футбол
<b>VI неделя</b>				
<b>22.07.2024</b>	<b>23.07.2024</b>	-	-	-
1. Зарядка /кросс 15 мин; ОРУ; прыжковые упражнения с использованием инвентаря 2. Тренировка /ОФП; ведение мяча различными видами; взаимодействие в двойках, тройках ; двухсторонняя игра в футбол	1. Зарядка /кросс 15 мин; ОРУ; координационные упражнения с использованием инвентаря 2. Тренировка / СФП; подвижные игры; двухсторонняя игра в футбол			

#### 4.3. План воспитательной работы (педагог – организатор В.П. Юдин)

<b>I неделя</b>				
-	-	<b>03.07.2024</b>	<b>04.07.2024</b>	<b>05.07.2024</b>
		День знакомства Проведение инструктажей по ПДД, Правилам передвижения на роликах, велосипедах. Ознакомление с правилами внутреннего распорядка Замеры роста и веса у детей (мед. работник школы)	Торжественное открытие смены Знакомство отрядов	Оформление уголка по БДД настольные игры по безопасности жизнедеятельности Викторина «Дорога жизнь» познавательное мероприятие по БДД Просмотр видеоматериала по Правилам дорожного движения
<b>II неделя</b>				
<b>08.07.2024</b>	<b>09.07.2024</b>	<b>10.07.2024</b>	<b>11.07.2024</b>	<b>12.07.2024</b>
Соревнования по	Беседа: «Правила	Беседа - игра на	Участие в Летнем	«Спорт любить –

футболу среди отрядов	езды на велосипеде, роликах» Мой друг – соревнования велосипедистов (полоса препятствий)	на тему: «Что мы знаем о профилактике ВИЧ инфекции?» Праздник ко Всемирному дню шоколада	Фестивале ВФСК ГТО среди 1-5 ступеней Фотоконкурс ко «Дню фотографа»	сильным и здоровым быть» - легкоатлетическая эстафета
<b>III неделя</b>				
<b>15.07.2024</b>	<b>16.07.2024</b>	<b>17.07.2024</b>	<b>18.07.2024</b>	<b>19.07.2024</b>
Флешмоб «Делай с нами, делай как я, делай лучше нас!»	«Спорт любить – сильным и здоровым быть» - легкоатлетическая эстафета	Беседа - игра на тему: «Что мы знаем о профилактике ВИЧ инфекции?» Праздник ко Всемирному дню шоколада	Участие в Летнем Фестивале ВФСК ГТО среди 1-5 ступеней Фотоконкурс ко «Дню фотографа»	«Спорт любить – сильным и здоровым быть» - легкоатлетическая эстафета
<b>VI неделя</b>				
<b>22.07.2024</b>	<b>23.07.2024</b>	-	-	-
Флешмоб «Делай с нами, делай как я, делай лучше нас!»	Замеры роста и веса у детей ( мед. работник школы) Закрытие смены Подведение итогов Награждение			

### 5. Ожидаемые результаты программы

В ходе реализации данной программы ожидается:

1. Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности, навыков укрепления здоровья и здорового образа жизни.
2. Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.

По итогам проведения программы предполагается, что у участников будут динамично развиваться творческое мышление, познавательные процессы, лидерские и организаторские навыки.

Использование и реализация предложенных форм работы послужит созданию условий для реализации способностей и задатков детей, что окажет существенное влияние на формирование интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, к различным видам социального творчества, к созидательной деятельности.

#### По окончании смены у детей:

1. Сохранение здоровья обучающихся школы, занятость их трудовой, досуговой и спортивно-экологической, пожарно-прикладной деятельностью в период летних каникул;
2. Воспитание гражданских, нравственных, патриотических качеств, чувств и любви к Родине на основе изучения героических страниц прошлого нашего народа;

3. Развитие творческого мышления, необходимого для практической деятельности, познания, ориентации в окружающем мире;
4. Создание системы физического оздоровления детей для осмысленного отношения каждого к своему здоровью и приобщение их к социально-значимой деятельности, обучение ребят правилам пожарной безопасности, пропаганда мер противопожарной безопасности;
5. Формировать у ребят навыки общения и толерантности.
6. Профилактика асоциального поведения обучающихся:
  - будет реализована мотивация к собственному развитию, участию в собственной деятельности, проявление социальной инициативы;
  - будет развита индивидуальная, личная культура, приобщение к здоровому образу жизни;
  - будут развиты коммуникативные, познавательные, творческие способности, умение работать в коллективе;
  - будет создана мотивация на активную жизненную позицию в формировании здорового образа жизни и получении конкретного результата от своей деятельности.

Так же увеличится количество детей, принимающих участие в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях, у детей сформируются умения и навыки, приобретенные в секциях, мастерских, студиях, которые будут способствовать личностному развитию и росту ребенка.

#### Критерии и показатели эффективности реализации программы.

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся		
Критерии	Показатели	Методы
Сохранение и укрепление здоровья	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соблюдение режима дня.</li> <li>2. Сбалансированное питание.</li> <li>3. Участие детей в спортивно – массовых мероприятиях.</li> <li>4. Эффективность целостного здоровья детей и подростков.</li> <li>5. Количество детей, получивших оздоровительный эффект от предоставленных медицинских услуг.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анкетирование.</li> <li>2. Диагностика индивидуального здоровья детей и подростков.</li> <li>3. Качество питания.</li> <li>4. Собеседование.</li> <li>5. Отсутствие травм.</li> </ol>

### Развитие коммуникативных компетенций и толерантности

<p>1. Приобретение практических умений и навыков эффективной коммуникации, самоконтроля</p>	<p>1. Умение слушать и слышать собеседника (толерантность).                  2. Бесконфликтное общение.                  3. Рефлексия.                  4. Навыки психологической защиты, самоконтроля.                  5. Самооценка.                  6. Коммуникабельность.                  7. Формирование ценностных ориентаций.                  8. Эмоциональная устойчивость.                  9. Наличие мотивации на познавательную деятельность.                  10. Отсутствие конфликтов.</p>	<p>1. Анкетирование.                  2. Наблюдение.                  3. Сюжетно – ролевые игры.                  4. Социально – психологическое консультирование.                  5. Психологический тренинг (самопознания, общения, личностного роста, коммуникативных умений).                  6. Психологические игры, индивидуальные занятия, часы общения.                  7. Деятельность органов детского самоуправления.</p>
---	---	--

### Формирование социально-активной личности

<p>1. Реализация творческих способностей ребенка.                  2. Правовое самосознание детей и подростков разных категорий.                  3. Соответствие услуг системы дополнительного образования потребностям и интересам детей.</p>	<p>1. Количество и качество проводимых познавательных, развлекательных, социально значимых мероприятий.                  2. Личная заинтересованность (% участия) детей и подростков в организации и проведении коллективных мероприятий.                  3. Количественный показатель участия детей в студиях и кружках.                  4. Реализация социально-значимых проектов.</p>	<p>1. Анкетирование.                  2. Наблюдение.                  3. Итоговая выставка детских, творческих работ.                  4. Навыки самообслуживания                  5. Участие в заключительном гало – концерте.                  6. Рейтинг популярности творческих мероприятий, клубов, студий.</p>
---	--	--

<b>Профилактика правонарушений и подростковой агрессии</b>		
1. Система работы по профилактике правонарушений	1. Снижение асоциального поведения обучающихся. 2. Отсутствие конфликтных ситуаций.	1. Метод наблюдения (наличие или отсутствие фактов)
2. Формы и содержание профилактической работы	1. Наличие плана работы по профилактике правонарушений и снижению асоциального поведения детей и подростков. 2. Разработка и реализация индивидуальных траекторий развития и воспитания детей учетных категорий. 3. Внедрение программ-тренингов активной психологической защиты для подростков. 4. Формирование культуры ЗОЖ.	1. Качество содержания плана мероприятий, уровень социально-педагогических программ индивидуального сопровождения детей и подростков. 2. Организация и проведение тренингов. 3. Анализ данных уровня развития социальной активности личности. 4. Анализ уровня и качества проведения мероприятий, направленных на формирование ценности ЗБОЖ.
<p align="center"><b>Профилактические мероприятия и мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций и охране жизни детей в летний период</b></p> <p align="center"><b>Инструктажи</b></p> <p>- Инструктажи для детей: «Правила пожарной безопасности», «Правила поведения детей при прогулках и походах», «Правила при поездках в автотранспорте», «Безопасность детей при проведении спортивных мероприятий»; «Правила безопасности при терактах», «По предупреждению кишечных заболеваний», «Меры безопасности жизни детей при укусе клещом».</p> <p align="center"><b>Беседы</b></p> <p>- Беседы, проведённые медицинским работником: «Как ухаживать за зубами?», «Путешествие в страну Витаминию», «Как беречь глаза?»;</p> <p>- Игра-беседа «Уроки безопасности при пожаре»;</p> <p>- Инструкции по основам безопасности жизнедеятельности: «Один дома», «Безопасность в доме», «Правила поведения с незнакомыми людьми», «Правила поведения и безопасности человека на воде», «Меры доврачебной помощи».</p>		

Примеры анкетирования представлены в Приложении №1.

### Факторы риска

Фактор риска	Меры профилактики
Низкая активность детей в реализации программы	Выявление индивидуальных способностей и интересов ребенка для приобщения и занятости другой деятельностью (социально-значимой, спортивной, организационной и т.д.).
Неблагоприятные погодные условия	Организация мероприятий согласно тематике смен в 2-х вариантах (на основе учета погоды: на свежем воздухе – в хорошую погоду, в спортивных залах учреждения на плохие погодные условия).
Недостаточная психологическая компетентность воспитательского коллектива	Проведение инструктивно-методических сборов с теоретическими и практическими занятиями. Планирование взаимозаменяемости воспитателей во время лагеря. Индивидуальная работа с педагогами по коррекции содержания работы.

### 6. Список использованной литературы

1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» N 329-ФЗ
3. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей (приказ Минобрнауки РФ от 26.06.2012 г. №504);
4. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. - М: 1982 г.
5. Методические рекомендации по организации деятельности спортивных школ Российской Федерации / Минобрнауки РФ, Фед. Агенство по физ. культуре и спорту, МО РБ, МФК,СиТ РБ, 2000;
6. «Примерная структура программы летней смены оздоровительного лагеря», Кальницкая Т.С., зав.центра воспитания доп.образования ГОУДПО «КРИРО»;
7. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства / Под. ред. Железняк Ю.Д., Портнова Ю.М. – М.: 2004.

### Приложение 1

#### Анкета по изучению удовлетворенности детей организацией лагерной смены

1. Чего ты ожидал от лагерной смены?

2. Насколько оправдались твои ожидания?  
- оправдались полностью, всё было здорово

- могло быть и лучше
- программа была скучной и неинтересной
- Мне запомнилось только \_\_\_\_\_

- свой вариант \_\_\_\_\_

3. Если бы ты был организатором, то изменил бы (убрал, добавил ...)

4. Твое самое яркое впечатление о лагере \_\_\_\_\_

**Анкета  
по выявлению степени удовлетворенности  
родителей организацией лагеря**

Уважаемые родители!

Просим Вас принять участие в анкетировании, которое проводится с целью выявления степени удовлетворенности Вами организацией отдыха и оздоровления ваших детей

Удовлетворены ли Вы?	ДА	Частично	НЕТ	Затрудняюсь
организацией отдыха вашего ребенка				
организацией оздоровления вашего ребёнка				
организацией питания в лагере				
учетом индивидуальных особенностей вашего ребенка в лагере				
возможностью проявиться способностям и умениям вашего ребенка				
организацией досуговой занятости, перечнем мероприятий				
участием ребенка в мероприятиях				
организацией работы секций				
взаимодействием всех организаций на территории городского округа по организации отдыха и оздоровления детей				
оснащенностью процесса				

Ваши

пожелания: \_\_\_\_\_

**Диагностика на входе**

- 1) Я посещаю лагерь прежде всего потому.....
- 2), Мне нравится участвовать в.....
- 3). Я могу проявить себя .....
- 4). Какие мероприятия тебя привлекают в лагере?

- 5). Что бы ты хотел предложить для более интересного проведения досуга в лагере?
- 6). Какие кружки хотелось бы тебе посещать в лагере?

#### Диагностика на выходе

- 1). Удалось ли тебе реализовать свои возможности при посещении лагеря?
- 2). Какие из мероприятий тебе понравились больше всего?
- 3). Какие из мероприятий ты считаешь неудавшимися?
- 4). Запиши свои предложения лагеря на будущий год

Мы снова вместе! Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

1. Твои первые впечатления от лагеря?
2. Что ты ждёшь от лагеря?
3. Есть ли у тебя идеи, как сделать жизнь в лагере интересной и радостной для всех?
4. В каких делах ты хочешь участвовать?
5. Что тебе нравится делать в лагере?
6. Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других?
7. Кто твои друзья в лагере?

Пожалуйста, закончи предложения(фразы):

Я пришёл в лагерь, потому, что.....

Я не хочу, чтобы.....

Я хочу, чтобы.....

Я боюсь, что.....

Пожалуйста, напиши также:

Имя..... Фамилия.....

Детям предлагается прослушать утверждение и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале: 4 - совершенно согласен; 3 – согласен; 2 - трудно сказать; 1 - не согласен; 0 - совершенно не согласен

1. Я жду наступление нового дня в лагере с радостью.
2. В детском лагере у меня обычно хорошее настроение.
3. У нас хорошие педагоги.
4. Ко всем взрослым в нашем лагере можно обратиться за советом и помощью в любое время.
5. У меня есть любимый взрослый в нашем лагере.
6. В отряде я всегда могу свободно высказывать своё мнение.
7. У меня есть любимые занятия в нашем лагере.
8. Когда смена закончится, я буду скучать по нашему лагерю.
9. Мне очень нравится меню и вкусовые качества блюд в лагере.

Обработка полученных данных.

Показателем удовлетворённости детей (У) является частное от деления общей суммы баллов всех ответов на общее количество ответов.

$Y$  = общая сумма баллов/общее количество ответов

Если  $Y$  больше 3, то можно констатировать высокую степень удовлетворённости, если же  $Y$  больше 2, но меньше 3, то это свидетельствует о средней и низкой степени удовлетворённости детей жизнью в лагере.