

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 9 имени генерала Аркадия Николаевича Ермакова»**

Утверждаю:  
Директор МБОУ ЦО № 9  
\_\_\_\_\_ Е.М. Илясова  
Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

**Программа  
спортивно - оздоровительного  
лагеря дневного пребывания  
на период осенних каникул  
(28.10.2024– 01.11.2024)  
«СПОРТЛАНДИЯ»**

**Тула, 2024**

## 1. Пояснительная записка

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

Людвиг Фейербах

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 лагеря состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время каникул, поддержать малообеспеченные семьи.

## **2. Цели и задачи программы**

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

## **3. Условия реализации программы**

1. *Материально-технические условия предусматривают:*

- игровая с набором настольных игр, столовая, спортивный зал.

2. *Кадровые условия.*

В соответствии со штатным расписанием в реализации программы участвуют:

- начальник лагеря;

-заместитель начальника лагеря;

-инструктор по физической культуре;

- воспитатели;

-педагог – организатор ОБЖ;

- педагоги дополнительного образования;

-учителя предметники;

-медсестра.

3. *Педагогические условия.*

- Соответствие направления и формирования работы целям и задачам лагерной смены, создание условий для индивидуального развития личности ребенка через участие в совместных мероприятиях;
- Отбор педагогических приемов и средств с учетом возрастных особенностей детей;
- Обеспечение единства и взаимосвязи управления самоуправления;
- Единство педагогических требований во взаимоотношениях с детьми.

4. *методические условия предусматривают:*

- наличие необходимой документации, программы, плана;
- проведение инструктивно-методических сборов с педагогами до начала лагерной смены.

#### **4. Механизм реализации программы.**

В настоящее время общество осознало необходимость осуществления культурных целей образования, ориентированных на личность и ее саморазвитие в конкретных педагогических системах, в том числе в лагерях.

Данная программа по своей направленности является 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 5 дней. Программа реализуется в период осенних каникул.

Общее число участников за смену – 50 человек.

Основной состав лагеря – это учащиеся образовательного учреждения в возрасте 7–11 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в 5 отрядах.

Сроки реализации программы. «Спортландия» реализуется в течение лагерной смены с 28.10.2024 по 01.11.2024 года.

#### **5. Содержание работы спортивно-оздоровительном 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.

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, флорбол); подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты (ежедневно).

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, дни здоровья, различные беседы о здоровом образе жизни, беседы с врачом, 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.

### 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:* мероприятия, направленные на положительное отношение к общечеловеческим ценностям, уважение к государственным символам и традициям.

### 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, участие детей в развлекательных программах.

*Средства:* торжественное открытие смены, мисс и мистер лагерь, творческие и музыкальные конкурсы.

## План работы ЛДП «СПОРТЛАНДИЯ»

| День                   | Мероприятия  | Ответственные  |
|------------------------|--|--|
| 1 день<br>(28 октября) | Открытие лагеря.<br>Знакомство с режимом дня;<br>Инструктаж по технике безопасности;<br>Деление на отряды;<br>Видеопрезентация «Готов к труду и обороне»;<br>Подвижные игры на свежем воздухе;<br>Беседа «Все болезни от грязных рук»;<br>Экскурсия в областную библиотеку на познавательную программу;<br>Музыкальная гостиная «Звуки музыки вокруг нас»;<br>Шашечный турнир.   | Заместители начальника лагеря, воспитателя, инструкторы по физической культуре |
| 2 день<br>(29 октября) | Церемония поднятия Государственного флага;<br>На зарядку становись!;<br>Беседа об олимпийских играх с презентацией!;<br>Конкурс рисунков «Я и спорт!»;<br>Тихий час «Чтение детской литературы»;<br>Киномарафон (просмотр мультфильмов, которые учат добру);<br>Спортивное мероприятие «Здоровому – все здорово!»;<br>Мастер класс по росписи игрушек из папье-маше.<br>Экскурсия в музей боевой славы Центра образования. | Заместители начальника лагеря, воспитателя, инструкторы по физической культуре |
| 3 день<br>(30 октября) | На зарядку становись!;<br>Беседа о культуре поведения;<br>Настольные игры. Теннис;<br>Презентация «Все об эпосе «Джангар»»;<br>Громкие чтения «По страницам эпоса Джангар»;<br>Танцевальная мастерская;<br>Экскурсия музей боевой славы в Тульский учебный центр УВД по Тульской области.<br>Соревнования по флорболу;<br>Викторина «Тула спортивная»<br>Подвижные игры на свежем воздухе.                                 | Заместители начальника лагеря, воспитателя, инструкторы по физической культуре |
| 4 день<br>(31 октября) | На зарядку становись!;<br>Уроки юного туриста;<br>Викторина «Что я знаю о ЗОЖ»;<br>Конкурс на лучшую подделку из природного материала;<br>Спортивно-развлекательное мероприятие «Русские забавы»;<br>Научное-шоу «Химические чудеса»;<br>Мастер-класс по рисованию;<br>Конкурс «Осень рыжая подружка»  | Заместители начальника лагеря, воспитателя, инструкторы по физической культуре |

|                      |   |  |
|----------------------|---|--|
| 5 день<br>(1 ноября) | На зарядку становись!;<br>Беседа о правильном питании;<br>Спортивные состязания;<br>Презентация «День народного единства»;<br>Конкурс рисунков «Моя малая Родина!»;<br>Музыкальный конкурс «Самый поющий отряд!»;<br>Спортмультпрокач;<br>Закрытие лагеря;<br>Подвижные игры на свежем воздухе. | Заместители начальника лагеря, воспитателя, инструкторы по физической культуре |
|----------------------|---|--|

## 6. Ожидаемые результаты, диагностика

Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья.

Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.

Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности.

Развитие коммуникативных способностей и толерантности.

Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.

Расширение кругозора детей.

Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.

Личностный рост участников смены.

Организационно - пропагандистские умения:

Пропаганда здорового образа жизни.

Поведенческие умения:

## ЛИТЕРАТУРА:

1. Максиняева М.Р. Занятия по ОБЖ с младшими школьниками - М, 2002
2. Марфина С.В. Летний лагерь от А до Я / С.В.Марфина; худож.Е.А.Афоничева. – Ярославль: Академия развития, 2007
3. Панфилова Н.И., Садовникова В.В. 35 суббот плюс каникулы: Сценарии школьных праздников. – М.: Новая школа, 2001
4. Туристическая игротка. Игры, конкурсы, викторины. -М., 2001
5. Федин С.Н. Веселые игры и головоломки. - М., 2006
6. Черенкова Е.Ф. Мой любимый день рождения. Как организовать праздник.- М., 2007
7. «Чтобы увидеть радугу.....» (из опыта реализации педагогических программ в условиях детского оздоровительного лагеря). – Ижевск, 2001
8. Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. Большое путешествие. - Ярославль, 2007
9. «Решаем и планируем вместе» (методическое пособие в помощь организатору). – Москва., 1998.
- 10.Калениц Т.Н., Кейлина З.А. Внеклассная и внешкольная работа с учащимися. М.,: Просвещение, 1980
- 11.Караковский В.А. Стать человеком. Общечеловеческие ценности — основа целостного учебно-воспитательного процесса. М., 1993.
- 12.Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М., 1993.
- 13.Шмаков С.А., Безродова Н. От игры к самовоспитанию. Сборник игр. М.; Новая школа. 1993.
- 14.Шмаков С.А. Ее величество— игра. М., 1992.
- 15.Шуркова Н.Е., Питюков В.Ю. и др. Новые технологии воспитательного процесса. М., 1994.
- 16.Организация летнего отдыха детей и подростков. М., 1997.
- 17.Янкова З. А., Чаброва И. А. Лето в городе: проблемы развития и оздоровления детей. М., 1998.

### Анкетирование

1. Ты с удовольствием идёшь утром в лагерь?
2. Если тебе интересно в лагере, то что больше всего нравится: петь, танцевать, рисовать, смотреть телевизор, играть, заниматься спортом или что-то ещё?
3. Чему ты научился в лагере: выучил песню, научился танцевать, играть в шашки, шахматы и др.?
4. Если бы тебе разрешили, что бы ты делал в лагере целый день?
5. Чего нет в лагере, чего бы ты хотел?
6. Ты пойдёшь на следующий год в лагерь? Если не пойдёшь, то почему?
7. Тебе хотелось бы остаться на вторую смену?
8. Что ты рассказываешь дома о лагере?
9. Нравится ли тебе, как кормят и готовят в лагере? Поставь оценку повару: (от «пятерки» до «двойки»).
10. Хочется ли тебе идти домой после лагеря?
11. Какую оценку ты бы поставил за жизнь в лагере?
12. Кто твой друг среди ребят, среди взрослых?
13. Что особенно понравилось в лагере (спортивные мероприятия, туристическая эстафета, праздники, экскурсии, походы)?