

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3»
Дальнереченского городского округа



ПРОГРАММА
летнего пришкольного оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием
СПОРТИВНОГО ОТРЯДА
«ЛИДЕР»

Возраст детей: 11-14 лет

2023г.

1.	Полное название программы	Программа пришкольного спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей на базе МБОУ «СОШ №3» «Лидер»
2	Девиз программы	Крепкое здоровье – крепкая страна!
3	Цель программы	Организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период.
4	Направление деятельности	Спортивно - оздоровительное
5	Краткое содержание программы	Программа содержит: мероприятия реализующие основы профилактики здорового образа жизни; материально-технические условия реализации программы; ожидаемые результаты.
6	Автор программы	Начальник лагеря Малык А.А. Учитель физической культуры Романова Ю.М.
7	Муниципальное образовательное учреждение, представившее программу	МБОУ «СОШ №3»
8	Адрес, телефон	Приморский край город Дальнереченск ул. 45 лет Октября,68 84235621080

9	Место реализации	Пришкольный оздоровительный лагерь с дневным пребыванием
10	Количество, возраст учащихся	25 человек, 11-15 лет

Пояснительная записка.

С наступлением летних каникул перед родителями, бабушками и дедушками встает вопрос, каким образом организовать отдых своих детей. Особую роль играют летние лагеря с дневным пребыванием при образовательных учреждениях. На сегодняшний день это наиболее выгодный и для многих единственный выход из положения. Посещая пришкольный лагерь, ребенок не отрывается от семьи, находится под контролем педагогов, своевременно накормлен, занят интересными делами. Сегодня в лагере учащиеся школы могут получить дополнительные занятия, поправить свое здоровье и просто отдохнуть.

Еще один момент – это возможность общения ребенка с привычным кругом друзей. Огромное значение для родителей имеет тот фактор, что в отрядах работают педагоги, которые обучают детей в течение года. Родители спокойны за своих детей.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. «Здоровому каждый день - праздник», - гласит восточная мудрость. Вот поэтому мы взяли для нашего пришкольного лагеря спортивное направление. Считаем, что в основе игротеки летнего оздоровительного лагеря должны быть спортивные и подвижные игры, а также привлечь внимание к волейболу и бадминтону.

Актуальность программы.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закалывающий и в то же время защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды. Летний период – это самое подходящее время для занятий спортом. Для этого, уже который год, школа работает во время летних каникул под девизом здорового образа жизни. С раннего возраста необходимо вести активный образ жизни, закаливаться. Заниматься спортом, соблюдать правила личной гигиены, - словом добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья. Школа должна способствовать этому. Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к

познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Наша программа рассчитана на реализацию физкультурно-спортивных мероприятий в рамках летнего оздоровления детей и подростков по месту жительства в условиях поселка.

Программа позволит создать благоприятные возможности для роста каждой отдельной личности, формирования стойкого положительного отношения к семье и семейным ценностям. Программа направлена на воспитание и формирование у детей и подростков таких качеств, как товарищеская взаимопомощь, физическое развитие, осознание ответственности перед коллективом за свои поступки и поведение, сочетание личных интересов с общественными.

«Делу – время, потехе - час» - гласит мудрая народная поговорка. Ребята привыкли отдавать свой досуг веселым развлечениям, увлекательным спортивным играм. Здоровый человек нуждается в деятельном отдыхе. Тем более в этом нуждается ребенок, для которого спорт – это возможность проявить свою творческую активность, свои растущие силы.

Присущая детям жажда деятельности часто находит свое выражение в спорте, заменяющей ребенку необходимый для него труд. Хорошая творческая спортивная игра требует от играющих различного рода усилий, направленных на достижение целей, то есть на преодоление возникших в ходе игры препятствий. Всякая спортивная игра приучает участников к согласованным действиям, к точности и своевременности перед командой или группой, за которые они играют. В добровольном подчинении правилам игры, без которых она перестает быть организованным действием, утверждается и крепнет социальная дисциплина играющих. Наконец в спортивной игре, чаще всего представляющей собой индивидуальные или групповые соревнования, воспитываются многие волевые качества: самостоятельность, настойчивость, самообладание, выдержка, воля к победе – все то, без чего немислим успех. А ведь наличие этих условий составляет основу всякого плодотворного труда.

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. **Над реализацией программы летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием работает педагогический коллектив** совместно с работниками учреждений дополнительного образования, ГИБДД.

Основной состав лагеря – это учащиеся образовательного учреждения в возрасте 11-15 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

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

Ежегодно учащиеся школы принимают активное участие в спортивных мероприятиях района. Все воспитанники считают, что здоровье важно для будущего поколения.

Учитывая все вышесказанное, педагогический коллектив летнего оздоровительного лагеря ставит перед собой следующие цель и задачи:

Цель программы:

Организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период.

Задачи:

Создание условий для полноценного отдыха и восстановления здоровья
Вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;

Выработка и укрепление гигиенических навыков;

Расширение знаний об охране здоровья. Двигательная деятельность – главная деятельность в лагере. Она должна быть ежедневной и разнообразной.

Спортивная работа осуществляется по следующим направлениям:

- Веселые старты, эстафеты;
- Игры на свежем воздухе;
- Конкурсы, викторины, турниры знатоков спорта;
- Спортивные праздники, показательные выступления;
- Ознакомление и совершенствование игр: бадминтон, волейбол

Требования к педагогам – воспитателям лагерной смены:

- организация, разъяснения, знакомства с требованиями, законами жизни в лагере.
- выборы органов самоуправления.
- планирование жизни отряда.
- организация спортивно-массовых мероприятий.
- организация коллективно-творческих дел.

Требования к учащимся в лагере:

- адаптация к условиям ограниченного социума;
- адаптация к смене основных видов деятельности;
- адаптация к новизне общения, установления связей с большим числом сверстников и взрослых;
- адаптация к режиму дня.

Содержание программы

Спортивная работа

Основополагающими идеями в работе с детьми в пришкольном летнем лагере является сохранение и укрепление здоровья детей, поэтому в программу включены следующие мероприятия:

- ежедневный осмотр детей;
- утренняя гимнастика;
- принятие солнечных и воздушных ванн;
- организация пешеходных экскурсий;
- организация здорового питания детей;
- организация спортивно-массовых мероприятий:
- соревнования по лёгкой атлетике;
- спортивные эстафеты;
- весёлые старты;
- спортивные игры: бадминтон, волейбол

Основные формы организации:

Утренняя гимнастика (зарядка).

Спортивные игры на спортивной площадке.

Подвижные игры на свежем воздухе.

Эстафеты (спортивная игра «Веселые старты»).

Тематический день «Олимпиада – 2023».

Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10-15 минут: в хорошую погоду – на открытом воздухе, в непогоду – в проветриваемых помещениях. Основная задача этого режимного момента, помимо физического развития и закаливания, - создание положительного эмоционального заряда и хорошего физического тонуса на весь день.

Подвижные игры включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Они способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а коллективные игры – еще и воспитанию дружбы.

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Закон «Об образовании РФ»
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.
- Положение о лагере дневного пребывания.
- Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
- Инструкции по организации и проведению туристических походов и экскурсий.
- Приказы начальника управления образования, директора школы.
- Должностные инструкции работников.

- Заявления от родителей.
- Акт приемки лагеря.
- Планы работы.

Материально-технические условия предусматривают:

1. Выбор оптимальных условий и площадок для проведения различных мероприятий.
2. Материалы для оформления и творчества детей.
3. Наличие канцелярских принадлежностей.
4. Аудиоматериалы и видеотехника.

	Применение
Кабинет	Отрядное место, комната отдыха
Спортивный зал	Занятия спортом, состязания (в случае плохой погоды)
Спортивная площадка, беговые дорожки	Линейка, проведение обще лагерных игр на воздухе, спартакиады, спортивные состязания
Школьный двор	Отрядные дела, игры-путешествия
фойе 1 этажа	Праздничные мероприятия и концерты, постановка спектаклей, работа детской творческой мастерской
Школьная библиотека	Литература для педагогов и детей лагеря

Школьная столовая	Завтрак, обед, полдник
-------------------	------------------------

Механизм реализации Программы

К участию в реализации Программы предусматривается педагогический коллектив школы, микросоциума, учреждения культуры.

Перечень мероприятий Программы предусматривает решение конкретных задач, взаимосвязанных и скоординированных по времени, включая материально-техническое, методическое, кадровое и организационное обеспечение.

Планируется проведение комплекса мероприятий по созданию благоприятных условий для укрепления здоровья и организации досуга детей лагеря.

Календарный план работы.

№	Дата	Наименование мероприятия
		Неделя «За здоровый образ жизни»
1	01.06	1.Организационная часть. 2.Знакомство «Расскажи мне о себе» 3.Ознакомление с правилами поведения на природе, проведения экскурсий. 4. Подготовка к празднику открытия лагерной смены 5. Веселые старты
2	02.06	1. Праздник открытие лагерной смены «Путешествие в Олимпию» 2. Спортивный праздник «Мы за здоровый образ жизни» 3. Час общения «Правильное питание»
3	05.06	1. Выпуск отрядной газеты «Здравствуй, лето!»

		<p>2. Игра –путешествие «Прием ведет доктор Здоровье»</p> <p>3. «Ритм», «Найди платок» (подвижные игры на свежем воздухе)</p>
4	06.06	<p>1. Беседа «Правила пассажира и пешехода»</p> <p>2. История бадминтона. Ознакомление с правилами игры</p>
5	07.06	<p>1.Мини семинар: «Правила поведения на улице, в гостях»</p> <p>2. Игры на сплочение коллектива: «Почта», «Привет»</p> <p>3. Оздоровительные упражнения по предупреждению нарушений осанки: «Веревочка», «Качели».</p> <p>4. Правила игры волейбол. Прием и подача в волейболе</p>
6	08.06	<p>1. Спортивный праздник «День здоровья»</p> <p>2. Легкоатлетический кросс на первенство лагеря.</p>
		Неделя рекордов
7	09.06	<p>1. Мероприятие «Давайте будем беречь природу»</p>

		<p>2. Минутка здоровья «Закаляйся!»</p> <p>3. Инструктаж на тему: «Правила поведения детей во время прогулок и походов»</p> <p>4. Товарищеская встреча по футболу</p>
8	13.06	1. День рекордов. 2. Спартакиада лагеря. 3. Минута здоровья «Правила поведения в столовой»
9	14.06	День бадминтона.
10	15.06	<p>1. Шашечный турнир</p> <p>2. Спортивная пантомима 3. Музыкальная дискотека 4. Товарищеская встреча по настольному теннису</p>
11	16.06	1. Футбольная викторина. 2. Конкурс знатоков спорта «Турнир эрудитов» 3. Просмотр презентации «Среда обитания» 4. Турнир по волейболу

Диагностика и мониторинг

Вводная диагностика	<p>Начало смены. Выяснение пожеланий и предпочтений, первичное выяснение психологического климата в коллективе</p> <p>- анкетирование;</p> <p>- беседы;</p> <p>- планерки администрации лагеря, старшего вожатого и воспитателей.</p>
---------------------	---

Итоговая диагностика	Анкетирование Творческий отзыв (рисунок «Вместе мы») Беседы
-------------------------	---

Ожидаемые результаты

- 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, самоуправления, социальной активности.
- Улучшение психологического микроклимата в едином образовательном пространстве школы, укрепление здоровья школьников.
- Личностный рост участников смены.

Возможные риски

- Плохие природные условия