

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Борская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрена и одобрена  
к утверждению педагогическим советом  
Протокол № 6 от 19.03.2024

Утверждена распоряжением  
от 19.03.2024 № 55

**ПРОГРАММА**  
оздоровительного лагеря  
с дневным пребыванием  
со спортивной направленностью «Олимпиец»

Начальник лагеря: Быков Владислав Юрьевич

д. Бор  
2024

## 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 обучающихся.

**Название лагеря:** «Олимпиец»

**Вид лагеря:** оздоровительный с дневным пребыванием со спортивной направленностью

**Место организации лагеря:** Муниципальное общеобразовательное учреждение «Борская основная общеобразовательная школа»

Данная программа по своей направленности является профильной спортивно-оздоровительной, т. е. включает в себя спортивную деятельность, направленную на оздоровление, отдых и воспитание обучающихся в условиях оздоровительного лагеря.

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение лагерной смены – **21 день**.

Программа реализуется в период летних каникул: с **29 мая 2024 года по 27 июня 2024 года**

**Общее число участников за смену** – 10 человек.

**Основной состав лагеря** – это обучающиеся образовательного учреждения в возрасте 10 – 14 лет. Деятельность обучающихся во время лагерной смены осуществляется в одном отряде.

**Медицинское сопровождение:** Фельдшер ГБУЗ ЛО «Тихвинская межрайонная больница» им. А.Ф. Калмыкова

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конвенции ООН о правах ребенка;
- Конституции РФ;
- Закона «Об образовании в РФ» от 21.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 № 124-ФЗ;
- Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобрнауки РФ от 13.07.2001 № 2688;
- распоряжения комитета по образованию администрации Тихвинского района от 29.02.2024 № 306 «О выделении денежных средств»;
- распоряжения директора МОУ «Борская ООШ» от 01.03.2024 № 47 «Об открытии лагеря дневного пребывания с профильной спортивной сменой «Олимпиец» на базе МОУ «Борская ООШ»;
- Устава МОУ «Борская основная общеобразовательная школа».

## 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.

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 обучающихся 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, обучающиеся 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 обучающихся 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.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

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

### **Задачи:**

1. Укрепление здоровья обучающихся и формирование навыков здорового образа жизни, улучшения самочувствия и настроения.
2. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе.
3. Повышение спортивного мастерства.
4. Формирование у обучающихся навыков общения и толерантности.
5. Выработка и укрепление гигиенических навыков.

## **ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

1 этап – Подготовительный:

- ✓ создание нормативно-правовой базы, разработка документации;
- ✓ подбор кадров;
- ✓ комплектование отряда;
- ✓ подготовка материально-технической базы.

2 этап – Организационный:

- ✓ выявление и постановка целей развития коллектива и личности;
- ✓ формирование отряда;
- ✓ знакомство с режимом работы лагеря и правилами;
- ✓ 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, фотогазета, презентация, обработка видеоматериалов).

## **ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

1. Принцип гуманизации отношений: построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху;

2. Принцип демократичности: участие всех обучающихся в мероприятиях в меру их физических возможностей;

3. Принцип дифференциации воспитания: дифференциация в рамках летнего лагеря предполагает отбор содержания, форм и методов воспитания в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями обучающихся, создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены (дня), активное участие обучающихся во всех видах деятельности;
4. Принцип творческой индивидуальности;
5. Принцип комплексности оздоровления и воспитания ребёнка;
6. Принцип личностного Я;
7. Принцип гармонизации сущностных сил обучающихся, его интеллектуальной, физической, эмоционально-волевой сфер с учётом его индивидуальных и возрастных особенностей;
8. Принцип уважения и доверия.

## **ПРИНЦИПЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ ПЛАНИРОВАНИИ И ПРОВЕДЕНИИ ЛАГЕРНОЙ СМЕНЫ**

1. Безусловная безопасность всех мероприятий;
2. Учет особенностей каждой личности;
3. Возможность проявления нагрузки в течение каждого дня;
4. Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря;
5. Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий обучающихся и взрослых; развитие способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря;
6. Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря;
7. Распределение эмоциональной и физической нагрузки.
8. Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

## **СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ**

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение обучающихся к физкультуре, спорту, и здоровому образу жизни. Применение современных **здоровьесберегающих технологий** в своей педагогической деятельности отражает две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение обучающихся 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 обучающихся и применением игровых **технологий**: «Поиски клада», «ДРОЗД», «Мисс и Мистер лагеря», «Поиски клада», 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»:**

✓ Час здоровья «Первая медицинская помощь», где обучающиеся учатся оказывать первую медицинскую помощь и применяют на практике дыхательные упражнения, упражнения для улучшения осанки, профилактики плоскостопия и близорукости, самостоятельно учатся выполнять антропометрические измерения.

✓ «Уроки юного туриста»: на занятиях обучающиеся впервые учатся ориентироваться на местности, ставить палатку, разбивать бивак и вязать первые туристические узлы.

✓ «Пожарная безопасность», где обучающиеся узнают о работе пожарных в ходе экскурсии в пожарную часть города Тихвина.

✓ «На улицах города и села»: проводятся занятия по правилам дорожного движения, и соревнования с использованием знаков дорожного движения.

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 (Час Здоровья «Первая медицинская помощь», Минутка здоровья «Зелёная аптечка»), Минутка здоровья «Вредные привычки», познавательный час «Час вопросов и ответов о питании»);

✓ физкультура и история (викторина «История Олимпийских игр», праздник: «День народных игр»);

✓ физическая культура и музыка («Музыкальный калейдоскоп»);

✓ национальные традиции (изучение игры «Лапта»).

**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 вышесказанного, 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: «Весёлые старты», «Мастер спорта»-чемпионат лагеря по пятиборью, «День баскетболиста», День народных игр»;

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, дни здоровья, различные беседы о здоровом образе жизни, беседы с врачом, спортивные праздники развивают у обучающихся ловкость и смекалку, помогают им развивать различные двигательные

способности и реализуют потребность обучающихся в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни. Для максимального достижения результата при проведении спортивных мероприятиях присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После конкурсов, которые развивают не только физическое состояние обучающихся, но и укрепляют их дух, обучающиеся получают призы.

В лагере уделяется большое место пропаганде правильного питания и формированию навыков здорового образа жизни. С этой целью продолжает реализовываться программа «Школа безопасности».

#### **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; участие в митинге памяти «Мы помним!», Дне России (флэшмоб «Россия, вперед!»).

#### **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, трудовой десант; а также школа безопасности «Уроки юного туриста».

#### **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 обучающихся в развлекательных программах.

**Средства:** торжественное открытие смены, викторина «Жизнь и творчество А. С. Пушкина», игра «Поиски клада», «Мисс лагеря и Мистер лагеря» «Музыкальный калейдоскоп», юридический час «Документы детства», концерт «Радуга талантов», просмотр фильма о войне.

### **РЕЖИМ РАБОТЫ**

#### **оздоровительного профильного лагеря со спортивной сменой «Олимпиец»**

08.30 – 08.45	Приход обучающихся
08.45 – 08.55	Утренняя линейка
08.55 – 09.15	Зарядка
09.15 – 09.35	Завтрак
09.35 -10.00	Переодевание и отдых
10.00 – 11.30	Тренировка, работа по плану
11.30 – 12.00	Переодевание и отдых

12.00 – 13.00	Работа по плану
13.00 – 13.30	Обед
13.30 – 14.30	Работа по плану
14.30	Уход обучающихся домой

## **МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **1. Нормативно-правовые условия:**

- Конвенции ООН о правах ребенка;
- Конституции РФ;
- Закона «Об образовании в РФ» от 21.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 № 124-ФЗ;
- Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобрнауки РФ от 13.07.2001 № 2688;
- распоряжения комитета по образованию администрации Тихвинского района от 29.02.2024 № 306 «О выделении денежных средств»;
- распоряжения директора МОУ «Борская ООШ» от 01.03.2024 № 47 «Об открытии лагеря дневного пребывания с профильной спортивной сменой «Олимпиец» на базе МОУ «Борская ООШ»;
- Устава МОУ «Борская основная общеобразовательная школа»;
- Положение о лагере 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 комитета образования;
- Должностные инструкции работников;
- Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра;
- Заявления от родителей;
- Акты приемки лагеря.

### **2. Материально-технические условия:**

- ✓ Спортивный зал;
- ✓ Место настольного тенниса;
- ✓ Спортивная площадка;
- ✓ Медицинский кабинет;
- ✓ Комнаты гигиены (раздевалки, душевые, туалет);
- ✓ Игровая комната;
- ✓ Раздевалка;
- ✓ Медицинский изолятор;
- ✓ Библиотека.

### **3. Кадровые условия:**

- ✓ Начальник оздоровительного лагеря;
- ✓ Медицинская сестра;



- ✓ Работник пищеблока

#### **4. Методические условия:**

1 этап – Подготовительный:

- ✓ создание нормативно-правовой базы, разработка документации;
- ✓ подбор кадров;
- ✓ комплектование отряда;
- ✓ подготовка материально-технической базы.

2 этап – Организационный:

- ✓ выявление и постановка целей развития коллектива и личности;
- ✓ формирование отряда;
- ✓ знакомство с режимом работы лагеря и правилами;
- ✓ формирование законов и условий совместной работы;
- ✓ подготовка к дальнейшей деятельности по программе.

3 этап – Основной:

- ✓ выполнение режима дня;
- ✓ реализация плана работы лагеря.

5 этап – Заключительный:

- ✓ анализ результатов работы – отчет о работе лагеря;
- ✓ творческий отчет (фотоальбом, фотогазета, презентация, обработка видеоматериалов).

### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В ходе реализации данной программы ожидается:

1. Общее оздоровление обучающихся, укрепление их здоровья. Укрепление физических и психологических сил обучающихся и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.

2. Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной, творческой и трудовой деятельности, социальной активности. Развитие коммуникативных способностей и толерантности.

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

4. Приобретение новых знаний и умений (разучивание новых технических и тактических приёмов игры в баскетбол, футбол).

5. Расширение кругозора обучающихся.

6. Повышение общей культуры обучающихся, привитие им социально-нравственных норм.

7. Личностный и спортивный рост участников смены.