

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Кабанская средняя общеобразовательная школа»**



**«Утверждаю»**

Директор MAOU «Кабанская СОШ»

В.И. Вяткина

2023 года

**ПРОГРАММА  
ДЕТСКОГО СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО  
ЛАГЕРЯ  
С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ  
«Я-НЕ ОДИН»**

Разработала программу  
Швецова О.Н.,  
учитель начальных классов

Кабанск  
2023

# Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

## Пояснительная записка.

**Чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их нельзя ничем.**

Летний спортивно-оздоровительный лагерь “Я не один” ежегодно работает в МАОУ Кабанская СОШ.

В организованном летнем отдыхе ежегодно принимает участие 56 детей от 8 до 15 лет. Над реализацией программы летнего спортивно - оздоровительного лагеря с дневным пребыванием “Я не один” работает педагогический коллектив совместно с работниками учреждений дополнительного образования, ГИБДД, учреждениями микросоциума.

В лагере реализуется программа “Сохрани своё здоровье”.

Глубокое чувство уважения, гордости и любви к человеку побудило нас обратиться к этой теме. Обстановка общего кризиса социально-политических отношений, постоянная угроза террористических актов, рост наркомании и алкоголизма, пандемия СПИДа, ухудшение экологической среды, ухудшение здоровья,- все это требует неотложных контрмер, активного формирования у подрастающего поколения установок на здоровый образ жизни, формирование здоровьесбережения. Низка общая культура, слабы традиции здорового образа жизни, нет потребности, нет привычки, нет навыков. Именно поэтому так остро стоит проблема сохранения здоровья наших детей и была разработана программа “Сохрани своё здоровье”.

Центром воспитательной работы лагеря является ребенок и его стремление к самореализации. Пребывание в лагере для каждого – время получения новых знаний, приобретения навыков и жизненного опыта. Это возможно благодаря продуманной организованной системе планирования лагерной смены.

Детям предоставлена свобода в определении содержания их отдыха. Совместное составление плана работы дает возможность детям вносить предложения, отстаивать их, выбирать, а затем воплощать в жизнь.

### **Показатели эффективности работы по программе:**

1.Состояние здоровья детей, восстановление физических и психологических сил, укрепление детского организма.

2.Уровень развития и саморегуляции. Дети должны обладать собственным оригинальным подходом к решению различных проблем, способны к адаптации в современном обществе, умению находить выход из экстремальных ситуаций.

3.Социализация. В процессе деятельности, КТД, творческих мероприятий, сотрудничестве с учреждениями дополнительного образования, ГИБДД, МЧС, учреждениями микросоциума осуществляется усвоение и активное воспроизведение социального опыта.

Основные цели программы	- Воспитание социально адаптированной личности через пропаганду здорового образа жизни
-------------------------	--

<p>Основные направления деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Создание оптимальных условий для организации отдыха и оздоровления учащихся школы</li> <li>- Обновление содержания и форм работы по организации летнего лагеря с дневным пребыванием при школе</li> <li>- Оздоровление детей и профилактика заболеваний.</li> <li>- Организация деятельности профильного спортивного отряда.</li> </ul>
<p>Ожидаемые результаты реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Создание благоприятных условий для оздоровления детей через сотрудничество с учреждениями микросоциума, кружков дополнительного образования,</li> <li>- Формирование умений, навыков, приобретение жизненного опыта адекватного поведения в экстремальных ситуациях.</li> <li>- Улучшение социально-психологического климата в лагере.</li> <li>- Снижение темп роста негативных социальных явлений среди детей.</li> <li>- Подготовка членов школьной спортивной команды к участию в спортивных соревнованиях различного уровня.</li> </ul>
<p>Система организации контроля над исполнением программы</p>	<p>Контроль над исполнением программы осуществляется начальником лагеря и зам. директора по воспитательной работе.</p>

## **В ОСНОВУ ПРОГРАММЫ ПОЛОЖЕНЫ СЛЕДУЮЩИЕ ИДЕИ:**

- 1.Сохранение собственного здоровья и формирование ЗОЖ – одна из основных обязанностей человека.
- 2.Широкое приобщение детей к социальному опыту, опыту сотрудничества с учреждениями дополнительного образования, учреждениями социума.
3. Разнообразная общественно-значимая досуговая деятельность, общение с природой, укрепление и формирование здоровья.
4. Социальное благополучие и успешность человека невозможны без сохранения физического, психического здоровья, умения адекватно вести себя в экстремальных ситуациях.

### **Цель программы:**

Воспитание социально адаптированной личности через пропаганду здорового образа жизни.

### **Задачи**

- Создание оптимальных условий для укрепления здоровья и организации досуга детей во время летних каникул с привлечением учреждений дополнительного образования, ГИБДД , учреждений микросоциума.
- Обновление содержания и форм организации летнего лагеря и оздоровления детей с учетом поставленной цели.
- Профилактика детской безнадзорности и беспризорности в каникулярное время;
- Профилактика употребления ПАВ среди учащихся

- Создание благоприятных условий для развития социально адаптированной личности в современных жизненных условиях, для развития физической культуры; овладения навыками доврачебной помощи; совершенствования знаний и умений, навыков по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.
- Развитие укрепления связей школы, семьи, общественности, учреждений дополнительного образования детей, культуры, микросоциума, ГИБДД, МЧС в организации каникулярного отдыха, занятости детей и подростков.

### **Структура лагеря с дневным пребыванием детей «Я не один»**

В лагере один отряд «Спортивные бобры» (дети и подростки от 8 до 15 лет), воспитанники объединены в различные группы, но между ними существуют дружеские отношения. Основное содержание деятельности осуществляется на трех уровнях: лагерь, образовательное пространство, социум. В лагере формируется один разновозрастной спортивный отряд, целью которого является подготовка членов школьной спортивной команды к спортивным соревнованиям различного уровня. Участники смены в процессе деятельности приобретают опыт, обмениваются опытом на уровне проблемных столов - обучающих занятий. В пришкольном лагере все равны и каждый находит для себя дело. Здесь он действительно свободен и у него есть возможность развиваться в соответствии со своими интересами и способностями.

Лагерная смена условно делится на три периода: организационный, основной и заключительный.

**Организационный период** длится первые 3 дня. В этот период происходит знакомство детей между собой, адаптация к новым условиям жизни (режим дня, бытовые условия и т.д.), определение ролей, которые дети будут выполнять в коллективе («лидер», «исполнитель», «аутсайдер», «креативщик», «критик» и т.д.). Организационный период - это очень трудное время и для детей, и для педагогов. В первые дни стоит несколько задач:

- познакомиться с отрядом (запомнить каждого ребенка по имени, узнать некоторые их личностные особенности, выявить интересы).
- познакомить детей между собой, помочь адаптироваться к новым условиям, познакомить с территорией, рассказать о правилах и традициях лагеря, составить законы жизни отряда).
- создать уютную атмосферу: дать возможность проявить себя в мероприятиях различной направленности, сплотить отряд (проводить игры, направленные на сплочение, выбрать отрядную символику - название, девиз, песня, эмблема, создать отрядный уголок)

включить детей в деятельность, раскрыть перед ними перспективы этой деятельности (составить вместе с детьми план смены)

- создать эмоциональный настрой на яркую, интересную будущую совместную жизнь (с первого дня проводить с детьми веселые, интересные, неожиданные мероприятия и игры).

**2. Основной период** характеризуется своей стабильностью: ребята привыкают к педагогам и их требованиям, к режиму дня, к жизни в коллективе. Отряд входит в определенный ритм: подготовка мероприятия, проведение, снова подготовка.

В основной период задачами педагога становятся формирование коллектива и развитие в нем самоуправления. Это достигается путем объединения ребят вокруг

какой-либо деятельности, проведения КТД, передачи некоторых полномочий ребятам- лидерам.

**Заключительный период** начинается за три дня до конца смены. Это время подготовки к закрытию смены, подведения итогов и самых ярких, запоминающихся событий.

### **Ожидаемые результаты реализации Программы**

Создание благоприятных условий для оздоровления и организации досуга детей через ,сотрудничество с учреждениями ДО, учреждениями социума, ГИБДД.

Увеличение к концу реализации Программы числа детей, охваченных организованным отдыхом.

Улучшение социально-психологического климата в лагере.

Формирование умений, навыков, приобретение жизненно необходимого опыта к адекватным действиям в экстремальных ситуациях .

Подготовка членов школьной спортивной команды к спортивным соревнованиям различного уровня.

Снижение темпа роста негативных социальных явлений в детской и подростковой среде.

### **Общелагерные спортивно – оздоровительные мероприятия**

1. Открытие лагерной смены «Сохрани своё здоровье» (калейдоскоп направлений работы лагеря «Вот такие мы разные»).
2. Конкурс рисунков, слоганов, частушек по ПДД «Пешеход, дорога, водитель».
3. Викторина по экологии «Наш край».
4. Валеологическая игра «Мое здоровье – в моих руках»
5. Заседание проблемных столов по тематическим направлениям работы
6. Ток – шоу «Что мы знаем о себе».
7. Тренинг «Первая доврачебная помощь».
8. Малая спартакиады «Малые Олимпийские игры».
9. Проведение тематических дней – реализация детских авторских проектов: тематические дни ЗДОРОВЬЯ (3 раза в смену)
- 10.Фестиваль детских коллективов «Мы за здоровый образ жизни»
- 11.Фестиваль детских коллективов « Мы и природа едины»
- 12.Весёлые старты.
- 13.Соревнования «Олимпийская семья»
- 14.Конкурс «Коварное колесо».
- 15.Конкурс рисунков, плакатов: «О, спорт, ты- мир»,
- 16.Акция «Спорт вместо наркотиков»
- 17.Зарница.

### **Система Самоуправления:**

Совет командиров

Совет физоргов

Пресс - центр

Совет Здоровья

Экспертный совет

Совет командиров ( собирается один раз в день) участвует в организации тематических дней, принимает решения о корректировке программы, выборах экспертного совета.

Пресс- центр отвечает за информационное обеспечение, сбор информации о смене, оформляет стенд, выпускает газету, работает с внешними информационными службами и отделами.

Совет физоргов координирует оздоровительную деятельность, организует спортивные соревнования, утренние зарядки.

Совет здоровья информирует о здоровом образе жизни, способах и приемах сохранения здоровья, проводит диагностики оздоровительной работы, следит за чистотой и порядком.

Экспертный совет организует тематические дни и оценивает реализацию проектов. Следит за системой стимулирования и отражением результатов на стенде.