Муниципальное казённое учреждение дополнительного образования «Варгашинская районная детско – юношеская спортивная школа»

**Программа**

летнего лагеря досуга и отдыха

(с дневным пребыванием детей) **«ОЛИМП»**

физкультурно - спортивная

Возраст детей: 7-18 лет

Срок реализации: июнь 2018 г., 15 дней

Программу подготовила

Т.В.Карагужова

начальник лагеря (с дневным пребыванием детей)

Варгаши, 2018

**«Забота о здоровье – важнейший труд воспитателя»**

**А.В. Сухомлинский**

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 детей.

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная общественно-значимая, спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореабилитации.

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 с честью выходить из непростых ситуаций.

Физкультура и спорт помогли тысячам граждан воспитать в себе силу воли, целеустремленность, выдержку, самодисциплину, коллективизм, товарищество, дружбу, взаимовыручку и другие качества.

Народная мудрость гласит: «Здоровье – всему голова». Здоровье – бесценный дар природы, источник счастья. Поэтому особое внимание в лагере будет уделяться физкультуре и спорту.

Кроме физкультурно-спортивного направления программа предусматривает и разностороннее развитие детей: интеллектуальное, экологическое, физкультурно-оздоровительное, нравственно-эстетическое, патриотическое, профилактическое.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья «здоровые дети – здоровая страна».

Обязательным является вовлечение в лагерь детей  из многодетных и малообеспеченных семей. Для того чтобы отдых сделать полноценным была разработана программа.

На   данный момент    не  все   дети   имеют возможность отдохнуть в загородных лагерях. Большой   процент детей остается не охваченным организованной деятельностью. Предоставленные сами себе дети подвержены влиянию улицы, дорожно-транспортным происшествиям, несчастным случаям, они невольно попадают в группы риска. Все это  натолкнуло на создание тематической образовательной программы  **«В здоровом теле – здоровый дух»**спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием «Олимп».

Подготовка к работе лагеря начинается задолго до открытия лагерной смены. Фактически она ведётся весь учебный год. В течение учебного года проводится анализ работы лагерной смены и летнего периода в целом, отмечаются успехи и недоработки.

Исходя из анализа работы, вырабатываются направления, цели и задачи на следующий год.

Необходимость данной программы также определяется законодательством:

* Декларацией прав ребёнка;
* Конституцией РФ;
* Конвенцией ООН о правах ребёнка;
* Законом РФ «Об образовании»;
* Законом РФ «Об основных гарантиях прав ребёнка».

Содержание, формы и методы работы лагеря определяются педагогическим коллективом ДЮСШ, исходя из основных принципов деятельности: демократии и гуманности;

единства воспитательной и развивающей работы;

учёта интересов, возрастных особенностей детей.

Программа составлена на основе знания возрастных, психолого-педагогических, физических способностей детей и с учётом возможностей школы.

Лагерь размещается на базе МКУ ДО «Варгашинская районная детско-юношеская спортивная школа»

Данная программа предназначена для детей с 7 до 18 лет, длительность смены 15 дней.

**Профиль:**

1

Спортивно - оздоровительный

**Цель:**

Организация отдыха и оздоровления детей в летний период, создание условий для укрепления здоровья детей.

**Задачи:**

1. Создание системы  физического  оздоровления  детей  в  условиях  временного  коллектива.
2. Сокращение разрыва между физическим и духовным развитием  детей посредством  игры, познавательной и трудовой  деятельностью.
3. Вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере.
4. Формирование у школьников навыков общения и толерантности.
5. Утверждение в сознании школьников нравственной и культурной ценности.
6. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья.
7. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.

**Участники смены:** обучающиеся 7-18лет, в количестве 65 человек.

**Срок проведения:** летние каникулы 2018 год, с 01.06 по 25.06.

**Ожидаемые результаты реализации:**

- 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

**Методическое сопровождение программы:**

Основными методами организации деятельности являются:

* Метод игры (игры отбираются тренерами – преподавателями в соответствии с поставленной целью);
* Методы состязательности (распространяется на все сферы творческой деятельности);
* Метод коллективной творческой деятельности.

Психологические услуги.

Психологические услуги предоставляются в следующих формах:

2

* Проведение воспитательно-профилактической работы с детьми в целях предотвращения или устранения негативных психологических факторов, ухудшающих их психическое здоровье;
* Беседы с детьми по налаживанию и поддерживанию их межличностных взаимоотношений.

**Формы и методы работы:**

* При выборе форм и методов работы приоритетным в программе является оздоровительная и образовательная деятельность,

направленная на развитие ребёнка;

* Полноценное питание, медицинское обслуживание, пребывание на свежем воздухе;
* Проведение оздоровительных, спортивных, культурно-досуговых мероприятий, организация экскурсий;
* Использование методов коллективной творческой деятельности и игровых форм работы, помогает формированию коллектива, обучает правилам общения и приспосабливаемости к новым условиям.

**Принципы программы:**

- Толерантность

- Безвозмездность

- Патриотизм

- Инициатива и оптимизм

- Взаимопомощь и поддержка

- Развитие и самореализация

**Механизм реализации:**

«Олимп» - смена лагеря дневного пребывания.

Этапы реализации программы:

1.Подготовительный:

-подбор кадров;

-проведение стажерской площадки для работников лагеря;

-подготовка методических материалов;

-подготовка материально-технической базы.

2. Организационный:

-формирование отрядов;

-знакомство с режимом работы лагеря и правилами;

-оформление уголков отрядов.

3. Основной:

-физкультурно – спортивная деятельность;

-образовательная деятельность;

-развивающая деятельность;

-культурно-досуговая деятельность;

-методическая работа с педагогами.

4. Заключительный:

-закрытие смены (последний день смены);

3

-сбор отчетного материала;

-анализ реализации программы и выработка рекомендаций;

-выпуск фото - слайдов.

**Образовательная деятельность** в рамках смены «Олимп» предусматривает овладения разнообразными научными методами исследований, практическими навыками:

- Формирования целостного миропонимания и современного научного мировоззрения;

- Интеллектуального, игрового - познавательного развития;

- Получения конкретного результата.

**Оздоровительная деятельность** предполагает формирование у участников

лагеря знаний о здоровом образе жизни.

**Культурно-досуговая деятельность** предполагает создание оптимальных условий для саморазвития, самопознания, личностного роста ребёнка**.**

**Кадровое обеспечение**

Система подготовки педагогических кадров для работы в лагере:

Одной из основных задач организационного и методического обеспечения деятельности программы является профессиональная подготовка специалистов.

Педагогический коллектив представлен тренерами – преподавателями

МКУ ДО «Варгашинская районная детско – юношеская спортивная школа» - людьми-единомышленниками, творческими, имеющими опыт работы с детьми в летних лагерях дневного пребывания.

Административная деятельность лагеря обеспечивается директором МКУ ДО «Варгашинская ДЮСШ».

Хозяйственная деятельность лагеря обеспечивается постоянными сотрудниками МКУ ФОК Варгашинского района.

*Кадровое обеспечение программы:*

1. Начальник лагеря.
2. Тренера – преподаватели на трех отрядах
3. Обслуживающий персонал (дворник, уборщик служебных помещений)

Подбор кадров проводит администрация МКУ ДО «Варгашинская ДЮСШ».

Начальник лагеря определяет функциональные обязанности персонала, руководит всей работой лагеря и несет ответственность за состояние воспитательной, хозяйственной и финансовой работы, соблюдение распорядка дня, трудового законодательства, планирует, организует и контролирует все направления деятельности лагеря, отвечает за качество и эффективность.

Тренера – преподаватели организуют воспитательную работу в внутри отрядов, отвечают за жизнь и безопасность ее участников, организуют жизнедеятельность своего отряда: дежурство, труд по самообслуживанию, организация участия в мероприятиях. Тренера – преподаватели несут персональную ответственность за жизнь и здоровье каждого ребенка своего отряда.

Обязанности обслуживающего персонала определяются директором МКУ ФОК.

Начальник и педагогический коллектив, специалисты хозяйства отвечают за соблюдение правил техники безопасности, выполнение мероприятий по охране жизни и здоровья детей во время участия в соревнованиях, массовых праздниках и других мероприятиях.

Участниками данной программы являются дети в возрасте от 7 до 18 лет различных социальных групп.

**Для организации работы по реализации программы:**

-Проводятся ежедневные планерки тренеров - преподавателей;

-Составляются планы работы отрядных педагогов, где отражаются и анализируются события и проблемы дня;

-Оказывается методическая и консультативная помощь тренерам - преподавателям;

-Сотрудники обеспечиваются методической литературой, пособиями инструментарием по проведению мероприятий, тематических мероприятий и т. д.;

-Проводятся инструктажи с педагогами по охране жизни здоровья и мероприятия по профилактике детского травматизма.

**Обязанности командира и вожатых отряда:**

-Планировать совместно с педагогами работу своего отряда;

-Следить за выполнением режимных моментов;

-Помогать в организации игровых моментов в отряде и в подготовке различных мероприятий.

**Наглядное оформление лагеря по отрядам:**

1.Название лагеря, эмблема.

2.Стенд, отражающий жизнь лагеря:

*Рубрики:*

-Режим дня

-Уголок здоровья

-План на день

-«Поздравляем!» (итоги конкурсов, спортивных соревнований)

3.Итоговая стенгазета «Ой, что у нас было!».

**Используемое оборудование и материалы:**

1. Бумага для печатания, для рисования, ручки карандаши, фломастеры.
2. Клей, ножницы, кисточки, краска.
3. Тетради для записи.
4. Ватманские листы.
5. Папки для хранения собранных материалов, письменных документов.
6. Компьютер (по мере необходимости).
7. Принтер (по мере необходимости).
8. Мультимедийное оборудование (по мере необходимости).

**Режим работы лагеря**

|  |  |
| --- | --- |
| **Время** | **Мероприятия** |
| **08.30. – 08.45** | Приём детей |
| **08.45 – 09.00.** | Зарядка |
| **09.00. – 09.05.** | Линейка |
| **09.05. – 09.30.** | Завтрак |
| **09.30. – 11.15.** | Утренняя тренировка |
| **11.30. – 12.00.** | Подготовка к общему мероприятию. |
| **12.30. – 13.00.** | Обед |
| **13.00. – 14.15.** | Общее мероприятие (по плану) |
| **14.20. – 14.30** | Подведение итогов общего мероприятия |
| **14.30** | Уход домой |
| **14.30 -15.30** | Совещание педагогов, анализ дня, получение отрядных заданий на следующий день. |

**Календарный план работы лагеря**

7

|  |  |
| --- | --- |
| Дата, тематика дня | Наименование мероприятия,  КТД |
|  | |
| **1 день (01.06)**  **«Здравствуй, лагерь!»** | 1.Организационные мероприятия.  2. Подготовка визиток отрядов.  3.  Акция «Безопасное лето» (инструктаж по ТБ).  4. Праздник «День защиты детей» |
| **2 день (04.06)**  **«День открытия Олимпийских игр»** | 1. Открытие лагеря «Олимп».  2. Спортивные состязания «Быстрее! Выше! Сильнее!».  3. Акция «Будь здоров!»  (медицинский осмотр). |
| **3 день (05.06)**  **«О, спорт, ты – мир!»** | 1. Заседание Клуба любознательных «Олимпийские игры – история и современность.»  2. Нормы ГТО. |
| **2.         Основной этап смены,  «Неделя легкой атлетики»** | |
| **4 день (06.06)**  Всемирный день охраны окружающей среды  **«День эстафет»** | 1. Турпоход «Азбука молодого туриста», соревнование – эстафета на местности.  4. «Красная книга» - конкурс. |
| **5 день (07.06)**  **«День прыгуна»** | 1. Соревнования по легкой атлетике – прыжки. |
| **6 день (08.06)**  **«День марафонца»** | 1.  Соревнования по легкой атлетике –   марафонская дистанция. |
| **7день (09.06)**  **«День спринтера»** | 1. Соревнования по легкой атлетике – спринтерская дистанция. |
| **8 день (13.06)**  день рекордсменов  **«День метателя»** | 1.Книга рекордов Гиннеса.  2. Соревнования по легкой атлетике – метание мяча, гранаты, дротиков   и др. |
| **9день (14.06)**  **«День многоборца»** | 1. Соревнования по многоборью (стрельба, подтягивание на перекладине, отжимание и др.). |
| **10день (15.06)**  День России  **«День русской лапты»** | 1. «По страницам истории государства Российского».  «Моя Россия – моя страна».  2. Соревнование по русской лапте. |
|  |  |
| **11 день (18.06)**  **«День пионербола»** | 1. Видеосалон.  Просмотр фильма «Легенда №17».  2. Соревнование по пионерболу. |
| **12 день (19.06)**  день ПДД  **«День шахмат и шашек»** | 1. Игровой практикум «Правила движения достойны уважения!». Встреча с инспектором ГИБДД.  2. Велопробег «Безопасное колесо».  3. Турнир по шашкам и шахматам. |
| **13 день (20.06)**  день лидера  **«День баскетбола»** | 1. «Школа  лидера». «Молодое поколение - за здоровый образ жизни»  2. Спортивные соревнования по баскетболу. |
| **14 день (21.06)**  **«День «Молодецкие забавы»** | 1. «Игровая поляна».  2. Марафон  народных игр «Если мы едины – мы непобедимы!».  3. Молодецкие  забавы. |
| **15 день (22.06)**  **«День памяти и скорби**  **«Закрытие лагеря»** | 1.Линейка, посвященная Дню памяти и скорби.  2. Акция «Мир во всем мире!».  3. Праздник «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!» |
|  |  |
|  |
| **Ожидаемые результаты  программы и механизм их оценивания**   |  |  | | --- | --- | | Критерии | Результаты | | **Сохранение и укрепление здоровья** | **Проявлять** высокую активность в спортивных и оздоровительных мероприятиях. | | **Знать** основные виды спорта, технику и правила участия в соревнованиях,  принципы физической культуры и занятий спортом,  историю олимпийского движения. | | **Знать** правила ЗОЖ, закаливания, осмыслить ценность своего здоровья, повысится  стремление его сохранить. **Повысятся**  физические параметры (вес, рост). | | **Профилактика асоциального поведения, ДТТ и несчастных случаев.** | **Увеличится** процент охвата учащихся группы риска организованными формами занятости. | | **Приобретение умений и навыков эффективной коммуникации и толерантности** | **Конструктивно строить** общение  друг с другом в условиях разновозрастного отряда,  уметь слушать и  слышать собеседника, бесконфликтно общаться. | | **Развитие познавательной активности, творческого мышления и самовыражения и  личностных качеств** | **Проявлять**творческую активность, используя полученные знания в различных конкурсах, выставках | | |

**Учебно-методическое оснащение программы**

1. Афанасьев С.П. Коморин С.В. - Что делать с детьми в загородном лагере, - М.: 2009 г.
2. Жиренко О. Е. Мир праздников, шоу, викторин, - М.: «5» за знания, 2008 г.
3. Лобачёва С.И., Великородная В.А. Загородный летний лагерь.– М.: ВАКО, 2008 г.
4. Роткина Т. С., Курзова О. А., Нестеренко А. В. Уроки добра и милосердия, - О.: «Детство», 2007 г.
5. Соколова Н. В. Лето, каникулы – путь к успеху: сборник программ и игр для детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря, - О.: «Детство», 2009 г.
6. Титов С.В. Здравствуй, лето! - Волгоград, Учитель, 2007 г.
7. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М., 2009 г.

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

**Система оценки и стимулирования успешности и личностного роста детей.**  
Выполнение всех Законов и Заповедей предполагает сделать жизнь в лагере интересной и насыщенной, приносящей радость себе и другим.

Поэтому разработана система стимулирования успешности и личностного роста.

Каждый отряд на линейке по подведению итогов ежедневно получают жетоны за победу:

1. За первое место – 3 жетона;

2. За второе место – 2 жетона;

3. За третье место – 1 жетон;

4. За активное участие – жетон поощрения.

Отряд занявший первое место, имеет право выбрать один любой отряд, которому он даёт дополнительное задание на любую тематику (прочитать стих, спеть песню, показать сценку, и т.д. Этот отряд на итоговой линейки дня показывает его и если достойно с заданием справляется получают один дополнительный жетон.

Кроме этого, каждый отряд, каждый день получают по 3 медальки самого активного участника. На которых пишут имена выбранных в отряде активистов.

***Законы:***

* Закон точного времени.
* Закон доброты.
* Закон порядочности.
* Закон дружбы.
* Закон безопасности.
* Закон взаимовыручки.

***Заповеди:***

* Экипаж – одна семья.
* Один за всех и все за одного.
* Порядок прежде всего.
* Каждое дело вместе
* Все делай творчески, а иначе зачем?
* Даже если трудно, доведи дело до конца.
* Чистота – залог здоровья.
* В труде не будь ленивым!
* Получил задание – не пищи, легкой жизни не ищи.
* Мало быть железным, надо быть полезным.
* Каждой вещи – свое место.
* Нам друзья без песни жить нельзя.
* Победы сами не придут, их лишь упорные возьмут.
* У нас закон един – все молчат, говорит один.
* Думай, разведывай, сообщай, решения, планы свои выполняй!