

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Ягодинская средняя общеобразовательная школа»

Утверждаю
Директор школы:
Г.В. Панасенко
«18» Июль 2019г.

Программа
«Мы за Здоровый Образ Жизни!»
летнего лагеря
дневного пребывания
«Ягодка»

(Возраст детей: от 7 до 14 лет)



Составитель программы:
Зайцева Г.В., учитель английского языка
МБОУ «Ягодинская СОШ»
Оренбургская область,
Грачёвский район, с. Ягодное,
ул. Молодёжная, д. 1

Пояснительная записка

Летние каникулы составляют значительную часть свободного времени детей. Этот период как нельзя более благоприятен для развития их творческого потенциала, совершенствования личностных возможностей, приобщения к ценностям культуры, вхождения в систему социальных связей, воплощения собственных планов, удовлетворения индивидуальных интересов в личностно значимых сферах деятельности. Лагерь – это новый образ жизни детей, новый режим с его особым романтическим стилем и тоном. Это жизнь в новом коллективе, это, наконец, новая природообразная деятельность. Ведь не зря в известной песне О. Митяева поется: «Лето – это маленькая жизнь!», а значит, прожить ее нужно так, чтобы всем: и детям и тем, кто будет организовывать отдых, было очень здорово. Это время игр, развлечений, свободы в выборе занятий, снятия накопившегося за год напряжения, восполнения израсходованных сил, восстановления здоровья. Это период свободного общения детей.

Значимость летнего периода для оздоровления и воспитания детей, удовлетворения детских интересов и расширения кругозора невозможно переоценить. Проблемы организации летнего оздоровительного отдыха вытекают из объективных противоречий:

- между потребностью семьи и государства иметь здоровое, сильное подрастающее поколение и неудовлетворительным состоянием здоровья современных детей;
- педагогической заботой, контролем и желанием детей иметь свободу, заниматься саморазвитием, самостоятельным творчеством.

Условия реализации программы

1. Нормативно-правовые условия:
 - Конвенцией ООН о правах ребенка;
 - Конституцией РФ;
 - Законом РФ "Об образовании";
 - Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;
 - Федеральным законом № 71 – ФЗ от 28.04.2009 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;
- Приказ министерства образования Оренбургской области от 18.04.2018 г. № 01-21/798 «О мерах по организации и проведению летней оздоровительной кампании 2018 года»;
- Постановление администрации муниципального образования Грачевский район от 01.03.2019 г. № 105п «Об организации отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков в летний период 2019 года».

Деятельность на базе МБОУ «Ягодинская СОШ», осуществляющего отдых и оздоровление детей, направлена на реализацию Национального стандарта РФ «Услуги детям в учреждениях отдыха и оздоровления» (от 01.01.2009/27.12.2007 № 565-с). На данный момент не все дети нашего села имеют возможность отдохнуть в загородных лагерях, выехать к родственникам в города области и страны. 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 **«Мы за Здоровый Образ Жизни!»** спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием «Ягодка».

Актуальность программы определяется современными требованиями общества и государства к новым образовательным стандартам. Организация летнего отдыха - один из важных аспектов образовательной деятельности. Организованная деятельность детей в летний период позволяет сделать педагогический процесс непрерывным в течение всего года. Каникулы являются благоприятным временем для развития у воспитанников личностных качеств: способности к самореализации, любознательности, умения общаться в группе, формирование нравственно-патриотических чувств, любви к родному краю, ответственности за свои поступки, соблюдение правил и норм ЗОЖ, безопасного поведения.

Отличительной особенностью программы является ее универсальность, воспроизводимость, кратковременность, сочетание индивидуальной и коллек-

тивной деятельности детей, охват максимального количество участников на интеллектуальных, развлекательных и спортивно-массовых мероприятиях, конкурсах. В рамках программы реализуются программы кружковой деятельности: «Умелые ручки», «Подвижные игры».

А также особый стиль отношений, который складывается благодаря общему морально-психологическому климату, культивированию в лагере традиций:

- доброго отношения, взаимопомощи;
- коллективно творческой деятельности;
- доброго тона, настроения;
- лидерской ответственности.

Новизна данной программы в том, что она предполагает игровую модель проведения смены, богатую разноплановыми досуговыми, спортивно-оздоровительными мероприятиями и делами, проектной и творческой деятельностью. Программа ориентирована на кратковременные и разновозрастные детские коллективы.

Направленность программы

Одна из содержательных линий программы лагеря станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту и здоровому образу жизни которое является приоритетным в учебно-воспитательном процессе. Все дети школы любят спорт, занятия физической культуры, учащиеся посещают спортивные секции, которые функционирующие на базе школы. Опрос родителей (96 %) выявил потребность в продолжение физкультурно-оздоровительной работы в летний период. Школа на протяжении многих лет достигает высоких результатов в спортивно-физкультурной деятельности, как на муниципальном, так и на региональном уровнях. Поэтому для создания единого образовательного пространства в лагере «Ягодка» за основу было решено взять ***физкультурно-оздоровительное направление***.

Кроме физкультурно - оздоровительной работы в программе предусмотрены мероприятия по художественному, естественнонаучному направлениям и кружковой деятельностью.

Адресат программы

Программа лагеря с дневным пребыванием «Мы за Здоровый Образ Жизни!» является одним из средств достижения данного результата воспитания и развития ребенка. Она является краткосрочной, т. е. реализуется в течение лагерной смены продолжительностью 21 день. Общее число участников за смену – 25 человек. Основной состав лагеря – это учащиеся МБОУ «Ягодинская СОШ», возраст детей разный: от 7 до 14 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям из многодетных семей, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Цель: обеспечение благоприятных условий для полноценного отдыха, оздоровления детей, развития их внутреннего потенциала на основе включения в разнообразную, общественно значимую и лично привлекательную деятельность, содержательное общение в коллективе.

Задачи:

1. Обеспечить активный отдых воспитанников, используя различные виды физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.
2. Организовать процесс оздоровления детей в ходе санитарно-просветительской работы, соблюдения санитарно-гигиенического режима, организации здорового питания.
3. Развитие умений и навыков заботы о своем здоровье, стремления к ЗОЖ, способствовать осознанию ценности здоровья.
4. Формирование нравственно-эстетических, гражданско-патриотических чувств, общечеловеческих ценностей, воспитание любви к Родине средствами физкультурно-оздоровительной работы (патриотизм, гордость за Россию, спортивные достижения страны).
5. Приобщать ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления через кружковую работу, проектную деятельность.
6. Предоставлять ребенку возможность для самореализации на индивидуальном личностном потенциале.

7. Формировать у ребят навыки общения и толерантности в условиях разновозрастного отряда.

Ожидаемые результаты:

- общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья;
- укрепление физических и психических сил ребенка;
- приобретение новых знаний и умений;
- максимальное участие учащихся во всех культурно и спортивно-массовых мероприятиях;
- получение индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности;
- развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодетельности;
- укрепление дружбы и сплоченности в коллективе;
- повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм

Принципы реализации программы

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

2. Принцип демократичности: участие всех детей в программе развития творческих способностей.

3. Принцип дифференциации воспитания: дифференциация в рамках летнего лагеря дневного пребывания предполагает:

- отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально - психологическими особенностями детей;
- создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках дня;
- взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;
- активное участие детей во всех видах деятельности.

4. Принцип творческой индивидуальности: творческая индивидуальность - это характеристика личности, которая в самой полной мере реализует, развивает свой творческий потенциал.

5. Принцип успеха и поддержки - создание условий добровольности и выбора - предоставление ребенку возможности выбора формы летнего отдыха и занятости, исходя из его личных потребностей и интересов, в соответствии с собственным желанием.

6. Принцип взаимосвязи педагогического управления и детского самоуправления, который предполагает: создание ситуаций, требующих принятия коллективного решения; формирование чувства ответственности за принятое решение, за свои поступки и действия; защиту каждого члена коллектива от негативных проявлений.

Методы организации деятельности:

- ***метод игры*** (игры отбираются воспитателями в соответствии с поставленной целью);
- ***методы театрализации*** (реализуется через костюмирование, обряды, ритуалы);
- ***методы состязательности*** (распространяется на все сферы творческой и спортивной деятельности);
- ***метод коллективной творческой деятельности*** (КТД).

Формы организации деятельности:

- индивидуальные и групповые методы работы;
- занятия;
- творческая мастерская;
- игра;
- беседа;
- библиотечный час;
- посещение школьного музея;
- анкетирование;
- проектная деятельность и др.

Развитие детского самоуправления.

Развитие самоуправления в коллективе детей играет важную роль. С одной стороны, этот процесс обеспечивает их включенность в решение разных проблем, с другой, формирует социальную активность, способствует развитию лидерства.

Детское самоуправление – форма организации функционирования коллектива, обеспечивающая развитие у детей самостоятельности в принятии и реализации решения для достижения поставленных целей. Самоуправление развивается тогда, когда дети оказываются в ситуации выбора решения поставленной проблемы. Именно принятие решения является ключевым для формирования мотива группового действия. Самоуправление в лагере развивается практически во всех видах деятельности временного детского коллектива.

Общий сбор «Клубничная поляна» - высший законодательный орган смены. Принимает решения, касающиеся жизнедеятельности всех участников смены. Собирается 2-3 раза в смену.

Совет лагеря – (детский орган самоуправления). Собирается 1 раз в день из постоянно выбранных от отрядов представителей. Планирует работу на день, подводит итоги, осуществляет обмен информацией, занимается подготовкой общих творческих дел, контролирует работу отрядов в течение дня.

Совет творчества – организует и проводит творческие дела, конкурсы. Разрабатывает задания для отрядов, подводит итоги и анализирует итоги прошедших дней.

Совет «Здоровья» – организует зарядку, спортивные соревнования, мероприятия.

Система мотивации и стимулирования.

- добровольность включения детей в разработку, подготовку общих дел, организацию жизни лагеря;
- сочетание индивидуального и коллективного включения детей в творческие, развивающие, интеллектуальные виды деятельности;

- информирование о результатах конкурсов, об условиях участия в том или ином деле;
- организация различных видов стимулирования детей, многообразие предлагаемых видов деятельности;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей, способствующих обеспечению успешной самореализации ребенка;
- создание ситуации успеха в избранных ребенком видах деятельности, индивидуальное и публичное поощрение достигнутого.

Образовательная деятельность в рамках программы.

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 творчества, игры и познавательной деятельности дружеского микросоциума.

В основу реализации программы заложены разнообразные направления и виды деятельности:

- Художественная;
- Физкультурно-оздоровительная;
- Естественнонаучная;
- Кружковая.

Художественная деятельность.

Художественная деятельность – это особая сфера человеческой активности, в которой личность не преследует никаких других целей, кроме получения удовольствия от проявления духовных и физических сил. Основным назначением данной деятельности в лагере является развитие креативности детей и подростков.

Формы организации художественной деятельности:

- изобразительная деятельность;
- конкурсные программы;
- творческие конкурсы и игры;
- игровые творческие программы;
- праздники;
- выставки.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Планируется:

1. Проведение работы по вовлечению детей в занятия физкультурой и спортом, формированию здорового образа жизни, преодолению вредных привычек, профилактике табакокурения, наркомании, токсикомании;
2. Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе;
3. Организация на спортивной площадке и в спортивном зале различных спортивных соревнований:
 - «весёлые эстафеты»,
 - спортивные конкурсы,
 - первенство лагеря по игровым видам спорта: футбол, теннис, шашки,
 - игры на воздухе,
 - беседы по формированию здорового образа жизни.

Основные формы организации:

- утренняя гимнастика (зарядка);
- спортивные игры на спортивной площадке;
- подвижные игры на свежем воздухе;
- эстафеты.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10 минут: в хорошую погоду – на открытом воздухе, в непогоду – в спортивном зале. Одна из задач данного режимного момента - создание положительного эмоционального заряда и хорошего физического тонуса на весь день.

Подвижные и спортивные игры, эстафеты 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.

Естественнонаучная деятельность предусматривает воспитательные мероприятия, связанные с историей России, изучением духовно нравственных традиций и истории родного края, города. Естественнонаучная деятельность также предусматривает знакомство с миром движения, звуков, красок, ощущений. На основе развития навыков моделирования, изготовления поделок из различных материалов, в процессе продуктивной творческой деятельности дети знакомятся с единой картиной мира.

Кружковая деятельность.

Важным направлением воспитательной работы в лагере является кружковая деятельность, объединяющая детей по интересам в малые группы. Организация кружковой деятельности носит вариативный характер, то есть в период работы лагеря работают постоянные кружки, для функционирования которых имеется обеспеченность педагогическими кадрами.

Объединение в кружки предоставляет учащимся возможность более глубоко изучать предлагаемый материал, что способствует развитию познавательного интереса и развитию творческих способностей.

Кружковая деятельность включает в себя возможность развития детей средствами совместного творчества, в процессе которого идет закрепление норм поведения и правил этикета, знакомство с новыми предметами и явлениями, воспитание бережного отношения к природе, любви к труду. Создаются условия для реализации собственных интересов детей в наиболее целесообразном применении.

Организация кружковой деятельности в лагере включает ряд этапов:

- изучение интересов детей;
- презентация кружков на линейке в начале смены;
- ознакомление детей с режимом работы кружков;

- самоопределение детей и запись их в кружки;
- деятельность ребят в кружках;
- текущее отражение результатов деятельности детей;
- подведение итогов работы кружков в конце смены.

Кружки:

Кружок «Умелые ручки» - Немкова Н.Н.

Кружок «Подвижные игры» - Марков А.А.

Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел и тема занятия	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<i>Раздел 1. История Олимпийских и Паралимпийских игр, 5 ч</i>				
1.	Входящая диагностика. Олимпийские игры в древности. Открытие Олимпийских игр в лагере. Состязание «Быстрее! Выше! Сильнее!»	1	2	3
2.	История Олимпийского движения в России.	1		1
3.	Олимпиада 2014 г. в Сочи. Герои олимпиады. Защита проектов об олимпиаде.	1		1
<i>Раздел 2. Легкая атлетика, 14 ч</i>				
4.	Легкая атлетика – царица спорта. Как стать сильным, быстрым, ловким.	1		1
5.	Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Легкоатлетические эстафеты.	1	1	2
6.	Прыжки. Соревнования по прыжкам.	1	1	2
7.	Марафонская и спринтерская дистанции. Соревнования.	1	3	4
8.	Метание, техника и соревнования.	1	1	2
9.	Соревнования по многоборью (гимнастика, стрельба и бег).	1	2	3
<i>Раздел 3. Игровые виды спорта, 15 ч</i>				
10.	Русская лапта. Соревнования.	1	2	3
11.	Игра пионербол. Соревнования.	1	1	2
12.	Настольный и большой теннис. Соревнования по настольному теннису.	1	1	2
13.	Баскетбол. Соревнования.	1	2	3
14.	Футбол и мини-футбол.	1	2	3
15.	Народные игры и забавы.	1	1	2
<i>Раздел 4. Интеллектуальные игры и состязания, 11 ч</i>				

16.	Проектная деятельность «Мы выбираем жизнь!» Защита проекта.	1		1
17.	Игра в шашки и шахматы.	1	1	2
18.	Гигиена и здоровье. Закаливание организма.	1	1	2
19.	Спартакиада «Марафон здоровья».		4	4
20.	Выходная диагностика, анкетирование, медосмотр.	2		2
	ИТОГО	20	25	45ч

Содержание учебно-тематического плана.

Раздел 1. История Олимпийских и Паралимпийских игр.

Теория: Понятие Олимпийских и Паралимпийских игр. Где и когда они проводились? Когда впервые возникли олимпийские движения в России? Кто стали чемпионами Олимпийских игр?

Практика: Основные навыки подготовки: бег на скорость, бег с высоко поднятыми коленями, прыжки, метание в цель.

Формы контроля: Эстафета. Состязание «Быстрее! Выше! Сильнее!»

Раздел 2. Легкая атлетика.

Теория: Понятие легкая атлетика. Виды лёгкой атлетики и их характеристика.

Практика: Формирование и закрепление умений и навыков легкоатлетических дисциплин: бег на короткие, средние и длинные дистанции, ходьба, прыжки в длину, метания (диск, копье, молот) и легкоатлетические многоборья.

Формы контроля: Легкоатлетические эстафеты. Соревнования по многоборью. Марафонская и спринтерская дистанции.

Раздел 3. Игровые виды спорта.

Теория: Понятие народные игры и забавы. Правила игры в русскую лапту. Какие виды спорта относятся к игре?

Практика: Состязание команд и спортсменов в виде игр: баскетбол, футбол и мини-футбол, пионербол, настольный теннис и др.

Формы контроля: Соревнования по настольному теннису. Народные игры и забавы.

Раздел 4. Интеллектуальные игры и состязания.

Теория: Основное понятие о личной гигиене. Здоровье и укрепляющие его факторы. Проектная деятельность «Мы выбираем жизнь!»

Практика: развития интеллекта детей через настольные игры: шашки и шахматы.

Формы контроля: Шашечный и шахматный турниры. Спартакиада «Марафон здоровья».

Механизм оценки результатов программы.

Критерии	Результаты	Измерители
<i>Сохранение и укрепление здоровья.</i>	<i>Проявлять</i> высокую активность в спортивных и оздоровительных мероприятиях.	1. Мониторинг количества участников соревнований, их результативность и занимаемые места. 2. Результат на районной спартакиаде, фестивале лагерей.
	<i>Знать</i> основные виды спорта, технику и правила участия в соревнованиях, принципы физической культуры и занятий спортом, историю олимпийского движения.	1. Отсутствие травм. 2. Отсутствие штрафных баллов в соревнованиях и результативность команд (Экран участия в Олимпиаде).
	<i>Знать</i> правила ЗОЖ, закаливания, осмыслить ценность своего здоровья, повысится стремление его сохранить. <i>Повысятся</i> физические параметры (вес, рост).	1. Диагностика индивидуального здоровья (Анкета «Мое здоровье») (Приложение 1) 2. Показания медицинского осмотра в начале и в конце смены.
<i>Профилактика асоциального поведения, ДТТ и несчастных случаев.</i>	<i>Увеличится</i> процент охвата учащихся группы риска организованными формами занятости.	Отсутствие правонарушений, дорожно-транспортного травматизма и других несчастных случаев.
<i>Приобретение умений и навыков эффективной коммуникации и толерантности.</i>	<i>Конструктивно строить</i> общение друг с другом в условиях разновозрастного отряда, уметь слушать и слышать собеседника, бесконфликтно общаться.	1. Результаты участия в викторинах, конкурсах, соревнованиях. 2. Анкетирование «Комфортность». (Приложение 2). 3. Психологический тест на выявление толерантности (Приложе-

		ние 3).
Развитие познавательной активности, творческого мышления и самовыражения и личностных качеств.	Проявлять творческую активность, используя полученные знания в различных конкурсах, выставках, КТД.	1. Анкетирование «Чего я ожидаю от лагеря», в конце смены - «Что я получил за время пребывания в лагере». (Приложение 4). 2. Отслеживание результатов активности каждого ребенка – «Карта успеха» (Приложение 5). 3. Опросник М.И. Рожкова.

Факторы риска.

Фактор риска.	Меры профилактики.
Пассивность детей.	Отбор эффективных методов и средств для повышения активности участников программы, стимулирование мотивации.
Утомляемость детей.	Хорошая организация мероприятий, чередование игровой деятельности с творческой, интеллектуальной, спортивной и другой.
Активность солнца (солнечный удар, тепловой удар).	Беседа о необходимости ношения головных уборов, соблюдении теплового режима, о необходимости одеваться в соответствии с погодными условиями.
Травматизм.	Исключение травмоопасных ситуаций, ответственность и бдительность за здоровье, и жизнь детей. Инструктаж по технике безопасности.
Кишечная инфекция.	Профилактические беседы по профилактике кишечной инфекции, по питьевому режиму.
Возникновение чрезвычайных ситуаций.	Профилактические мероприятия по предупреждению ЧС и охране жизни детей в летний период: правила пожарной безопасности, правила поведения детей на прогулках, правила при проезде в автотранспорте, безопасность детей при проведении спортивных мероприятий, беседы по ПДД, тематические беседы о сохранении и

	укреплении здоровья.
Неблагоприятные погодные условия.	Изменение режима дня по отношению к запланированным видам деятельности. Запасные формы работы, адаптированные для работы в помещении.

Содержание программы смены.

Модель игрового взаимодействия.

Реализация цели и задач программы «Мы за здоровый образ жизни!», посвященной Олимпийскому движению в России, осуществляется в форме ролевой игры. Вся смена лагеря - это Олимпийская деревня, в которую съезжаются «спортсмены» разных «стран» для участия в олимпийских играх. В лагере это 2 страны- 2 отряда. Каждая группа курируется волонтером – старшеклассником, который помогает воспитателям в организации жизни микрогруппы. Олимпийская деревня живет по особому расписанию, которое включает в себя ежедневные режимные моменты (зарядка, пробежки, тренировки), а также соревнования и воспитательные мероприятия.

Ход реализации программы смены.

Этапы реализации программы:

Организационный этап «Открытие Олимпийских игр» характеризуется запуском игрового момента, происходит знакомство ребят с предполагаемой игровой деятельностью, основными этапами игры, с традициями, законами лагеря, педагогическим коллективом. Проходит презентация команд. Дети сами придумывают название страны, флаг, песню, герб (эмблему).

Основной этап смены – это «Олимпийские игры», самый большой по времени период смены. Здесь развивается сюжет игры. Основным механизмом реализации деятельности являются спортивные игры и соревнования на свежем воздухе.

Игры делятся по тематике:

1. Неделя легкой атлетики. Отдельные соревнования выделены как «ГТО», «День прыгуна», «День спринтера», «День марафонца», «День метате-

ля» и др. После каждого соревнования победителям на пьедестале вручаются олимпийские медали.

2. Неделя игровых видов спорта. Проведены турниры по различным подвижным и спортивным играм. Сохраняя вышеизложенный принцип, это день пионербола, мини-футбола, баскетбола и др. Проводить соревнования по игровым видам спорта целесообразно в один день (если число команд невелико), либо финал назначать на следующий день, если команд много.

3. Неделя интеллектуальных состязаний. В нее входят состязания, где на первом плане не физическая подготовка, а способность грамотно и быстро мыслить. Это шашечный и шахматный турниры, олимпийская викторина, конкурс на лучшего знатока истории олимпийских игр.

Заключительный этап «Закрытие Олимпийских игр» характеризуется подведением итогов всей игры, в ходе, которого оценивается работа каждого члена отряда, происходит торжественное награждение самых активных творческих воспитанников, самых результативных спортсменов и команд-победителей.

Основным событием итогового этапа является спартакиада лагеря «Марафон здоровья».

План – сетка смены.

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение детей к физкультуре и спорту, олимпийским традициям и здоровому образу жизни. Главная идея смены – «Здоровые дети – здоровая Россия!».

Дата, тематика дня	Наименование мероприятия, КТД
1 день «Здравствуй, лагерь!»	1. Организационные мероприятия заезда в «Олимпийскую деревню». 2. Подготовка визиток отрядов на открытие лагеря. 3. Акция «Безопасное лето» (инструктаж по ТБ). 4. Огонёк знакомства «Расскажи мне о себе». 5. Кружок «Умелые ручки».
2 день «День открытия Олимпийских игр»	1. Открытие лагеря «Олимп» и летних Олимпийских игр школьников. 2. Спортивные состязания «Быстрее! Выше! Сильнее!». 3. Акция «Будь здоров!» (медицинский осмотр). 4. Кружок «Подвижные игры».

<p>3 день «О, спорт, ты – мир!»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Заседание Клуба любознательных «Олимпийские игры – история и современность». 2. Заочное путешествие на Олимпийском поезде. 3. Защита проектов «Олимпийские игры в древности и современности». 4. Кружок «Умелые ручки».
<p>2. Основной этап смены, «Неделя легкой атлетики».</p>	
<p>4 день Всемирный день охраны окружающей среды «День эстафет»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. День эколога и туриста. Игра «Экологическая паутина». 2. Операция «Экологическая тропинка». 3. Турпоход «Азбука молодого туриста», соревнование – эстафета на местности. 4. «Красная книга» - конкурс рисунков. 5. Кружок «Подвижные игры».
<p>5 день Пушкинский день «День прыгуна»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Викторина по произведениям Пушкина. 2. Конкурс театралов «У Лукоморья дуб зеленый...». 3. Соревнования по легкой атлетике – прыжки. 4. Кружок «Умелые ручки».
<p>6 день день безопасности «День марафонца»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Занятие по ОБЖ «Один дома не воин». Проведение обучающей эвакуации детей. 2. Соревнования по легкой атлетике – марафонская дистанция. 3. Кружок «Подвижные игры».
<p>7 день день улыбок и смеха «День спринтера»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Конкурс на самую красивую улыбку. 2. КВН «Смекалка, эрудиция и смех – неотъемлемый успех!» 3. Соревнования по легкой атлетике – спринтерская дистанция. 4. Кружок «Умелые ручки».
<p>8 день день рекорсменов «День метателя»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Книга рекордов Гиннеса лагеря. 2. Творческая презентация «Минута славы» (презентация рекордов). 3. Соревнования по легкой атлетике – метание копья, ядра, гранаты, дротиков и др. 4. Кружок «Подвижные игры».
<p>9 день день добрых дел «День многоборца»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. КТД «День добрых дел» (день три Д). 2. Соревнования по многоборью (стрельба, гимнастика, перетягивание каната, подтягивание на перекладине, отжимание и др.). 3. Кружок «Умелые ручки».
<p>10 день День России «День русской лапты»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Викторина «По страницам истории государства Российского». 2. КТД «Моя Россия – моя страна». 3. Соревнование по русской лапте. 4. Кружок «Подвижные игры».
<p>11 день Звездный день «День театра»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организованное мероприятия «Путешествие по Театральной». 2. Интеллектуальная игра «Рекорды животного»

	мира». 3. Кружок «Умелые ручки».
12 день день ПДД «День настольного тенниса»	1. Игровой практикум «Правила движения достойны уважения!». 2. Велопробег «Безопасное колесо». 3. Театр оперетты. 4. Кружок «Подвижные игры».
13 день день лидера «День талантов»	1. Игра «Угадай мелодию». 2. «Школа лидера». 3. Театр кукол «Теремок». 4. Кружок «Умелые ручки».
14 день день дублера «День футбола»	1. День детского самоуправления «Перевертыши». 2. КТД «Аукцион талантов». 3. Спортивные соревнования по футболу. 4. Кружок «Подвижные игры».
15 день «День народных игр»	1.КТД «Игровая поляна». 2. Марафон народных игр «Если мы едины – мы непобедимы!». 3. Театральный день «Вся наша жизнь – игра». 4. Кружок «Умелые ручки».
16 день «День здоровья и ЗОЖ»	Фестиваль «Молодое поколение - за здоровый образ жизни»: 1. Кружок «Подвижные игры». 2. Театр кукол «Золотой ключик».
17 день день дружбы «День шахматиста»	1. Занятие «Дружба крепкая не сломается». 2. Костёр дружбы, конкурс «Лучшая песня о дружбе». 3. Турнир по шахматам и шашкам. 4. Кружок «Умелые ручки».
18 день «День памяти и скорби»	1. Линейка, посвященная Дню памяти и скорби. 2. Фотовыставка «Пусть будет мир на свете!», посвященная годовщине Победы в ВО войне. 3. Акция «Мир во всем мире!». 4. Кружок «Подвижные игры».
19 день «Международный олимпийский день»	1.Час гигиены и здоровья «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». 2. КТД «Наши Олимпийские рекорды». 3. Занятия секций. 4. Кружок «Умелые ручки».
20 день «Победа за нами!»	Спартакиада «Марафон здоровья». 1. Кружок «Подвижные игры». 2. Игры на овладение элементами сценической грамоты, упражнения, импровизации.
21 день «Закрытие Олимпийских игр»	1. Праздник «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!» 2.Танцевальное шоу-программа: «Эстафета танцевальных экспромтов». 3. Кружок «Умелые ручки».

Условия реализации программы.

Кадровое обеспечение программы.

Для успешной реализации программы главным и основополагающим условием является высокий профессиональный уровень педагогов, I квалификационной категории, привлеченных к работе лагеря. Весь штат лагеря прошел гигиеническое обучение по Сан минимуму.

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, обеспечение здоровья и жизни воспитанников, планирует, организует и контролирует все направления деятельности лагеря, отвечает за качество и эффективность работы, осуществляет периодический контроль за санитарным состоянием лагеря.

Воспитатель проводит воспитательную работу, организует активный отдых учащихся, несет ответственность за жизнь и здоровье воспитанников, следит за исполнением программы смены лагеря.

Функции воспитателя заключаются в полной организации жизнедеятельности своего отряда: дежурство, труд по самообслуживанию, организация участия в мероприятиях. Воспитатель несет персональную ответственность за жизнь и здоровье каждого ребенка своего отряда.

Обязанности обслуживающего персонала определяются начальником лагеря на основании должностных инструкций.

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

Кадровый состав.

Джамписова Альбина Маратовна – начальник лагеря.

Джамписова Светлана Александровна – воспитатель.

Потапова Ольга Ивановна – воспитатель.

Каразбанова Зинаида Хамидулловна – обслуживающий персонал.

Потапова Людмила Алексеевна – повар.

Марков Александр Александрович – инструктор физической культуры.

Медработник – Елисеенко Марина Николаевна.

Информационно – методическое обеспечение программы.

- наличие программы деятельности лагеря, плана работы отряда, план-сетки лагерной смены;
- должностные инструкции всех участников процесса;
- проведение установочного совещания для всех работающих в течение лагерной смены;
- подбор методических разработок в соответствии с планом работы;
- проведение планёрок;
- разработка системы отслеживания результатов и подведения итогов.

Методические условия реализации программы предусматривают: наличие необходимой документации, программы, плана, должностных инструкций, проведение инструктивно-методических сборов с педагогами до начала лагерной смены, подбор методического материала в соответствии с программой лагеря (методические разработки, наглядные и дидактические пособия, сценарии и игры, тесты, кроссворды, викторины, электронные презентации).

Для организации работы по реализации программы смены проводятся инструктажи с педагогами по охране жизни, здоровья детей, мероприятия по профилактике детского травматизма, ежедневные планерки воспитателей, составляются планы работы отрядных воспитателей, где отражаются и анализируются события и проблемы дня. Воспитатель, ответственный за психологическое сопровождение детей в лагере проводит анкетирование и тестирование воспитанников на различных этапах смены, следит за заполнением карты настроения (радуга впечатлений), оказывает методическую и консультативную помощь педагогам.

Ресурсное обеспечение.

Для успешной реализации программы необходимо следующее обеспечение.

Спортивный инвентарь:

- мячи резиновые и волейбольные, футбольные и баскетбольные;
- бадминтон;
- настольный теннис;
- обручи;
- дартсы детские;
- пазлы;
- игры настольные;

Аппаратура:

- телевизор;
- компьютер;
- музыкальный центр;
- микрофоны;
- мультимедийное оборудование.

Бытовые предметы:

столы, стулья в необходимом количестве.

Оценка эффективности программы.

Система показателей оценки качества реализации программы.

На детском уровне:

- Лидерские способности.
- Чувство ответственности за лагерь, за весь коллектив.
- Умение общения с взрослыми.
- Высказывание и отстаивание своей точки зрения.
- Видение ошибок и умение находить пути их исправления;
- Уважение мнения других.

На уровне администрации лагеря:

- Качество организации отдыха детей;
- Использование новых методик и технологий по привитию детям навыков здорового образа жизни;
- Привлечение родителей и социальных партнеров к реализации программы смены;
- Адекватность и эффективность содержания, форм и методов работы с детьми разных возрастных категорий, учет интересов и потребностей детей;
- Сочетание традиционных и инновационных технологий воспитательно-образовательного процесса;
- Наличие в лагере объединений дополнительного образования детей;
- Использование различных форм организации детского самоуправления;
- Удовлетворенность детей и родителей результатами процесса летне-оздоровительной работы.

На родительском уровне:

- Содержательная программа воспитательной и досуговой деятельности;
- Творческое развитие личности ребенка;
- Здоровое питание;
- Наличие кружков дополнительного образования;
- Обеспечение безопасности детей;
- Радость, эмоциональное удовлетворение;
- Сохранение и укрепление здоровья.

На уровне социального заказа:

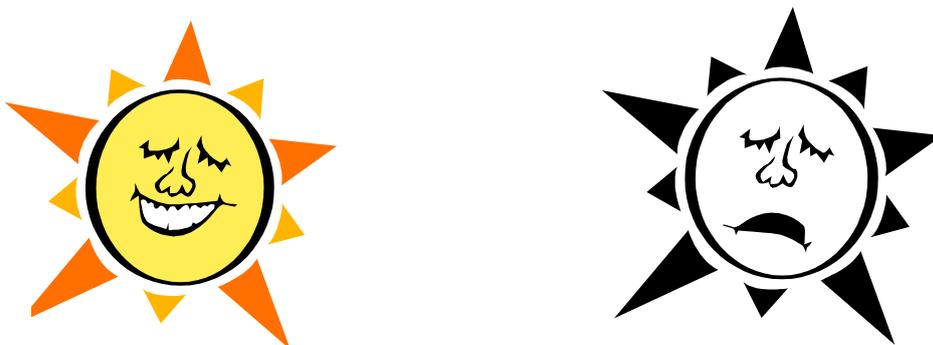
- формирование у детей умения ставить перед собой цели и достигать их;
- овладение способами регуляции поведения, эмоций;
- формирование умения строить равноправные отношения со сверстниками;
- формирование умения понимать причины собственного и чужого поведения;
- развитие гибкости как способности человека применять большое количество разнообразных способов поведения;

- развитие у ребенка позитивного отношения к себе.

Система обратной связи.

Чтобы оценить эффективность данной программы с воспитанниками лагеря проводится постоянный мониторинг, промежуточные анкетирования. Каждый день ребята заполняют экран настроения, что позволяет организовать индивидуальную работу с детьми. Разработан механизм обратной связи.

Экран настроения



Мониторинг-карта – форма обратной связи, которая позволяет судить об эмоциональном состоянии детей ежедневно. Это итог дня. В конце дня отряды заполняют мониторинг карты, записывая туда позитив и негатив за день, благодарности, предложения. В конце дня и недели педагоги анализируют качество и содержание своей работы по результатам обратной связи.

Дополнительно для анализа работает листок откровения. Он служит для того, чтобы получить от детей отзыв о проведенных мероприятиях, жизни в лагере. Листок откровений постоянно висит на территории лагеря, обновляется, сделать там запись может каждый.

Список используемой литературы.

1. Байбородова Л. В. Воспитательная работа в детском загородном лагере. – Ярославль: Академия развития, 2003.
2. Григоренко Ю.Н., Пушина М.А., Кипарис-4: Учебно-практическое пособие для воспитателей и вожатых.- М.: Педагогическое общество России, 2003.
3. Журнал «Народное образование», №3/2010, 2011, №2/2014.

4. Кувватов С.А. Активный отдых детей на свежем воздухе. Ростов н/Дону, Феникс, 2005.
5. Научно-методический журнал «Внешкольник Оренбуржья», №1, 2014.
6. Петрусинский В.В.. Игры для активного отдыха. М., ВЛАДОС, 2007.
7. Теоретический и научно-методический журнал «Воспитание школьников», №4/ 2011, №2, 4/ 2014.
8. Чередниченко Н.Г. Как сделать смену яркой и полезной. Журнал «Практика административной работы в школе», №3/2014.
9. Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. Большое путешествие. - Ярославль, 2007.
10. Интернет-ресурсы: Национальный стандарт Российской Федерации ГОСТ РФ 52887-2007 «Услуги детям в учреждениях отдыха и оздоровления» от 27.12.07 г. № 656, «Рекомендаций по примерному содержанию тематических (образовательных) программ, реализуемых в организациях, осуществляющих отдых и оздоровление детей ФГБОУ «ВДЦ «Океан», «Методических рекомендациях по созданию авторской программы детского лагеря «Программа шаг за шагом» ФГБОУ ВДЦ «Орленок», письмо МИНОБРНАУКИ России от 01.04.2014 № 09-613 «О направлении методических рекомендаций» и др.

Диагностика индивидуального здоровья (Анкета «Мое здоровье».

(Резанкина Г. Уроки выбора профессии // Школьный психолог, 2012, №10)).

Цель: исследование общего состояния здоровья учащихся (способности организма адекватно реагировать на необычные воздействия внешней среды).

Инструкция: прочитайте утверждения и подумайте, насколько они похожи на ваши собственные ощущения. В бланке рядом с номером вопроса поставьте плюс, если согласны с высказыванием, минус, если не согласны. Подсчитай количество минусов и количество плюсов.

1. Утром мне трудно вставать вовремя, я не чувствую себя бодрым.
2. Мне трудно сосредоточиться, когда я принимаюсь за работу.
3. Когда меня что-то расстроило или когда я чего-то боюсь, то в животе возникает неприятное чувство.
4. Утром я ограничиваюсь лишь чашкой чая или кофе.
5. Я часто мерзну.
6. Когда приходится долго стоять, мне хочется облокотиться на что-нибудь.
7. При резком наклоне у меня кружится голова или темнеет в глазах.
8. Мне становится не по себе, если я нахожусь на большой высоте или в закрытом помещении.
9. У меня часто бывают головные боли.
10. Когда мне надо сосредоточиться, то я могу покачивать ногой, грызть ногти, что-то рисовать и т.п.
11. Обычно мне трудно подниматься по лестнице, поэтому я предпочел бы воспользоваться лифтом.
12. При публичном выступлении у меня учащается сердцебиение, перехватывает горло, потеют руки.
13. При неподвижном сидении на одном месте меня одолевает сон.
14. Я знаю, что такое «покраснеть до корней волос».
15. Некоторые события вызывали у меня тошноту или отсутствие аппетита.

Чем больше «нет», тем меньше у вас поводов для беспокойства о своем здоровье. Больше половины положительных ответов — сигнал о неблагополучии. Обратите внимание на свой образ жизни, режим труда и отдыха.

Если больше чем в десяти утверждениях говорится о знакомых вам ощущениях, уделите внимание своему самочувствию. Если вы намерены выбрать работу, связанную с хроническими нервно-эмоциональными и физическими нагрузками, проконсультируйтесь с врачом.

Анкета « Комфортно ли ребёнку в лагере».

Дорогие ребята!

Просим вас ответить на предложенные вопросы нашей анкеты. Помните о том, что здесь нет хороших и плохих, правильных и неправильных вопросов.

1. Как ты считаешь, создаёт ли вожатый в отряде:

- условия для самовыражения,
- условия для эмоционального, психологического комфорта,
- творческую атмосферу,
- атмосферу понимания, добра, взаимопомощи.
- Часто иногда никогда.
- часто,
- иногда,
- никогда.
- чаще да,
- иногда,
- чаще нет.

2. Как часто тебе хотелось бы участвовать в общелагерных и отрядных мероприятиях?

3. Как часто тебе это удавалось?

4. Интересно ли тебе общаться со своими вожатыми?

5. Какие качества твоего вожатого наиболее ценны для тебя (чему бы ты хотел научиться у вожатого)

Спасибо!

Тест « Я в круге»

на выявление уровня психологической комфортности пребывания ребёнка в отряде.

10 – высокий уровень, максимум комфортности.

7 – легкий дискомфорт

5 – 50/50

3 – весьма ощутимый

дискомфорт

0 – низкий уровень,

максимум дискомфорта.

Воспитаннику предлагается

Поставить точку на рисунке с

изображением кругов, обозначив

свое ощущение комфортности

в лагере.

Тест на определение толерантности.

Тест поможет хотя бы приблизительно определить степень терпимости, уважения к чужому мнению. Условия определения: отвечайте, быстро, не задумываясь.

1. Предстоит ролевая игра. Что вас устраивает:

- чтобы играли те, кто не знает еще правил;
- чтобы участвовали те, кто признает и знает правила игры.

2. Вы спокойно встречаете жизненные ситуации?

- да;
- нет.

3. Болезненна ли для вас ситуация: когда приходится отказаться от своего проекта, потому что аналогичный проект предложили ваши одноклассники:

- да;
- нет.

4. Вызывают ли у вас неприязнь одноклассники, которые нарушают правила общественного поведения:

- вас это вообще не интересует, если они не переступают допустимых границ;
- они вам неприятны, потому что не умеют себя контролировать.

5. Можете ли вы найти контакт с одноклассниками, которые имеют иные, чем у вас, верования, обычаи, намерения?

- вам всегда это трудно сделать;
- сравнительно легко.

6. Как вы реагируете на шутку, объектом которой становитесь:

- вы не переносите ни шуток, ни самих шутников;
- пытаетесь найти ответ в такой же шутливой форме.

7. Согласны ли вы с бытующим в обиходе мнением, что многие одноклассники пытаются делать «не свое дело», стремятся казаться «лучше, чем есть»: -

- да;
- нет.

8. Вы приводите в компанию знакомого, который становится объектом общего внимания. Ваша реакция:

- вам неприятно, что внимание уделено ему, а не вам;
- вы рады за знакомого.

А теперь подсчитайте баллы. Запишите по 2 балла за ответы:

1-б, 2-б, 3-б, 4-а, 5-б, 6-б, 7-а, 8-б. Сложите баллы.

Результаты:

От 0 до 4-х баллов. Вы обладаете высокой степенью упрямства и непреклонности, часто вы стараетесь навязать свое мнение другим. С вашим характером трудно поддерживать нормальные отношения с людьми, которые думают иначе, чем вы, не соглашаются с тем, что вы говорите и делаете.

От 5 до 12 баллов. Вы способны твердо отстаивать свои убеждения. Но вы, безусловно, можете вести диалог. Если считаете нужным, то меняете свои убеждения. Но порой вы способны и на излишнюю резкость, неуважение к собеседнику. И в такой момент вы можете выиграть спор с собеседником, у которого слабый характер. Вы не в полной мере умеете отстаивать свою точку зрения, выдвигая убедительный аргумент.

От 14 до 16 баллов. У вас твердые убеждения, сочетающиеся с тонкостью, гибкостью вашего ума. Вы можете принять любую идею, с пониманием относясь к ее парадоксальности. Вы критичны к себе, не считаете свое мнение истиной в последней инстанции. Вы способны отказаться от своих ошибочных взглядов, с уважением и тактом по отношению к своему собеседнику.

Анкетирование (начало смены) «Чего я ожидаю от лагеря».

Мы снова вместе! Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

- Твои первые впечатления от лагеря?
- Что ты ждешь от лагеря?
- Есть ли у тебя идея, как сделать жизнь в нашем лагере интересной и радостной для всех?
- В каких делах ты хочешь участвовать?
- Что тебе нравится делать?
- Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других?
- Кто твои друзья в лагере?

Пожалуйста, закончи предложения (фразы):

Я пришел в лагерь, потому что.....

Я не хочу, чтобы.....

Я боюсь, что.....

Пожалуйста, напиши также:

Имя..... Фамилию.....

Анкетирование (конец смены)

«Что я получил за время пребывания в лагере».

- Что ты ожидал от лагеря?
- Что тебе понравилось в лагере?
- Что тебе не понравилось?
- С кем из ребят ты подружился?
- Какие из мероприятий лагеря понравились тебе больше всего? Почему?
- Какие мероприятия ты будешь рад увидеть в лагере в следующем году?
- Было ли скучно в лагере?
- Было ли тебе страшно?
- Жалеешь ли ты о чем-то, что произошло за время пребывания в лагере?

О чем?

- Что из того, что ты получил в лагере, ты можешь использовать в своей повседневной жизни уже сейчас?

- Что бы ты хотел пожелать себе?

- Что бы ты хотел пожелать другим ребятам?

- Что бы ты хотел пожелать педагогам?

- Самое важное событие в лагере? Было ли оно?

- Можно ли сказать, что ты чему-то научился в лагере?

Закончи предложения:

Я рад, что.....

Мне жаль, что.....

Я надеюсь, что.....

Твое имя, фамилия и автограф на память.....

Приложение 5

Карта успеха воспитанника лагеря ДП «Ягодка».

Ф.И. ребенка _____

Возраст _____ Смена _____

ДНИ	Общелагерное дело, КТД	Спортивные мероприятия	Работа в отряде (поручение)	Сбор информации
1 день				
2 день				

Отслеживает участие детей в мероприятиях лагеря. В конце смены подводится итог, выявляется самый активный, творческий, спортивный, любознательный участник смены.