



Утверждаю:

и.о. директора МКУ ДО

СШ Камышловского района

А.И. Мелюхов

Приказ № 113 - О от 08.04.2026 года

**ПРОГРАММА
ЛЕТНЕГО СПОРТИВНО -ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО
ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
«ОЛИМПИЙСКИЙ РЕЗЕРВ»**

п. Октябрьский, 2026 год

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 детей.

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

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение лагерной смены – 18 дней. Программа реализуется в период летних каникул в июне.

Общее число участников за смену – 95 человек.

Основной состав лагеря – это учащиеся спортивной школы в возрасте 6,6 – 17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в одном отряде.

Распорядок дня летнего спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием МКУ ДО СШ Камышловского района

Общий сбор, построение.....	8.00-8.20
Зарядка.....	8.30-9.00
Завтрак.....	9.10-9.40
Свободная деятельность, настольные игры ...	9.40-10.30
Учебно-тренировочные занятия	10.30-12.00
Обед.....	13.10-13.40
Мероприятия по плану	13.40-15.30

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Конституцией РФ;
- Законом РФ «Об образовании»;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 г. № 124-ФЗ;
- Трудовым кодексом Российской Федерации от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ;

– Федеральным законом «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96 г. № 2-ФЗ;

– Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобразования РФ от 13.07.2001 г. № 2688.

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.

Уникальность среды спортивно-оздоровительного лагеря дает возможность разностороннего реабилитационного воздействия и для детей с ограниченными возможностями. 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 детей 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, дети 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 детей 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, поддержать малообеспеченные семьи.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СПОРТИВНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ

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

Задачи:

- 1 Укрепление здоровья детей и формирование навыков здорового образа жизни, улучшения самочувствия и настроения.
2. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе.
3. Индивидуальная работа с детьми из «трудных» семей.
4. Повышение спортивного мастерства.

Основные формы организации:

1. Утренняя гимнастика (зарядка).
2. Спортивные игры на спортивной площадке.
3. Подвижные игры на свежем воздухе.
4. Эстафеты (спортивная игра «Веселые старты»).

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

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

Методические основы и принципы работы спортивно - оздоровительного лагеря

Программа спортивно - оздоровительного лагеря «Олимпийский резерв» с дневным пребыванием детей и подростков опирается на следующие принципы:

Принцип гуманизации отношений

- 1) уважительные демократические отношения между взрослыми и детьми;
- 2) уважение и терпимость к мнению детей;
- 3) самоуправление в сфере досуга;
- 4) создание ситуаций успеха;
- 5) приобретение опыта организации коллективных дел и самореализация в ней;
- 6) защита каждого члена коллектива от негативного проявления и вредных привычек;
- 7) создание ситуаций, требующих принятия коллективного решения;
- 8) формирование чувства ответственности за принятое решение, за свои поступки и действия.

Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям учащихся и типу ведущей деятельности

Результатом деятельности воспитательного характера в летнем оздоровительном лагере «Олимпийский резерв» является сотрудничество ребенка и взрослого, которое позволяет воспитаннику лагеря почувствовать себя творческой личностью.

Принцип дифференциации воспитания

Дифференциация в рамках летнего оздоровительного лагеря предполагает:

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

Принцип творческой индивидуальности

Творческая индивидуальность - это характеристика личности, которая в самой полной мере реализует, развивает свой творческий потенциал.

Принцип комплексности оздоровления и воспитания ребёнка

Данный принцип может быть реализован при следующих условиях:

- 1) чёткое распределение времени на организацию оздоровительной и воспитательной работы;

2) оценка эффективности пребывания детей на площадке должна быть комплексной, учитывающей все группы поставленных задач.

Принцип гармонизации сущностных сил ребёнка, его интеллектуальной, физической, эмоционально-волевой сфер с учётом его индивидуальных и возрастных особенностей

Этот принцип может быть реализован при следующих условиях:

1) вариантности выбора способа реализации в различных видах деятельности;

2) сочетание форм работы, учитывающих возрастные особенности детей;

3) постоянной коррекции воздействий на каждого ребёнка с учётом изменений, происходящих в его организме и психике.

Принцип интегративно-гуманитарного подхода

Этот принцип определяет пять «граней»:

1) грань личностного восприятия («это затрагивает или может затрагивать лично меня»);

2) грань сопричастности («этого достигли ребята, это им нужно - значит, это доступно и нужно мне»);

3) грань глобального восприятия («это нужно знать всем - значит это важно и для меня; это относится к общечеловеческим ценностям»);

4) грань ориентации на консенсус («Я признаю за другим право иметь свою точку зрения, я могу поставить себя на место других, понять их проблемы»);

5) грань личной ответственности («я отвечаю за последствия своей деятельности для других людей и для природы»).

Принцип личностного Я

Этот принцип может быть реализован при следующих условиях:

1) при развитии детского самоуправления;

2) при наличии перечня реальных социально-значимых задач, в решении которых может принять участие как каждый ребёнок в отдельности, так и группа,

3) при наличии системы стимулов, поддерживающих инициативу и самостоятельность детей.

Принцип уважения и доверия

Этот принцип может быть реализован при следующих условиях:

1) добровольного включения ребёнка в ту или иную деятельность; о доверие ребёнку в выборе средств достижения поставленной цели, в основном на вере в возможность каждого ребёнка и его собственной вере в достижении негативных последствий в процессе педагогического воздействия;

2) в учёте интересов учащихся, их индивидуальных вкусов.

Принцип открытости

Участие в процессе воспитания максимального количества институтов и людей.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ

Легенда лагеря:

Жители Олимпийской долины всегда хотели, чтобы на месте небольшого поселения, где они проживают, образовалось большое, современное государство «Олимпия». Только вот они никак не могли договориться, кто же будет управлять этим государством, какой флаг будет возвышаться на главном здании созданного ими государства, ведь каждый спортивный отряд считал себя лучшим. Для выявления лучшего спортивного отряда они часто организовывали соревнования, состязания. Посоветовавшись с тренерами-наставниками, министр спорта принял решение, что управлять государством будет тот спортивный отряд, который на протяжении восемнадцати дней соревнований, заработает большее количество баллов. Соревнования будут проходить на территории, окружающей долину. Спортивный отряд, побеждающий в день прохождения соревнования, устанавливает свой флаг на территории, где проходили состязания. Большее количество флагов, установленных на территории, окружающей долину, обеспечивает право управления созданным государством «Олимпия».

Каждый отряд планирует свою работу с учётом общелагерного плана и плана отряда, а также с учетом направленности. Центром всего является «Олимп». Отряды лагеря - это спортсмены, участвующие в олимпийских играх.

Программа рассчитана на одну лагерную смену. Каждый день для ребят будут проводиться мероприятия, направленные на сплочение коллектива, развитие спортивного, творческого, интеллектуального потенциала, привитие правил здорового образа жизни.

Отряды в лагере создают свою систему жизнедеятельности, утверждают символику, оформляют отрядный уголок, где отражается жизнь отряда каждый день. В конце лагерной смены будет собран фотоотчет о результатах работы отрядов и всего лагеря.

Каждый отряд в лагере имеет свой неповторимый имидж. Он выражается в названии отряда, эмблеме, девизе, флаге, законах и традициях отрядной жизни, игровых отрядных условностях, в особых приветствиях, поощрениях, прощаниях, пожеланиях успеха, оформлении отрядного уголка.

Каждый день - тематический. Тематический день включает программу содержательной деятельности детей вокруг определённой темы. Тематические дни имеют название, точно указывая содержание дня: «День открытия олимпийских игр», «День баскетбола», «День волейбола», «День художественной гимнастики» и т.д.

Вся информация об условиях участия в том или ином деле представлена на информационном стенде. Стенд выполнен в виде пьедестала, где размещаются медали, которые дети получают за участие в олимпийских играх.

Структура управления:

Начальник лагеря -министр спорта;
Старший воспитатель -помощник министра;
Воспитатели -тренеры-наставники;
Лидеры в отряде -чемпионы;
Дети - жители Олимпийской долины, спортсмены

Законы и традиции лагеря

Традиции:

- подъем и опускание флага;
- спортивные игры, состязания;
- игры, конкурсы, викторины;
- встречи с ветеранами и интересными людьми;
- награждение отличившихся.

Наши законы:

1. Закон общения.
2. Уважай чужое мнение! Так гласит закон общения.
3. Закон поднятой руки.
4. Если поднята рука - значит, все молчат пока.
5. Закон чистоты.
6. Лагерь наш -наш общий дом, чистоту храните в нем.
7. Закон территории.
8. Без вожатых никогда не уходим никуда!
9. Закон природы.
10. Мир Природы - мир прекрасный, не губи ее напрасно.
11. Закон творчества.
12. Верь в себя - твори и пробуй. Не горюй и не ленись, а за «искорку» борись!
13. Закон коллектива.
14. Если дело у отряда - сообща всё делать надо.
15. Закон «0:0».
16. Всё нужно делать точно в срок - хоть это, братцы, не урок.

Система стимулирования и мотивации детей

В первый день работы пришкольного лагеря каждый отряд создает свой флаг, отражающий определенное спортивное направление. Для отслеживания уровня участия каждого отряда в общелагерных мероприятиях создан «Экран участия». За победу в различных мероприятиях отряд может получить победный кубок в свой отрядный уголок: желтый - за 1 место; зеленый - за 2 место; красный - за 3 место.

Индивидуальное участие спортсменов в соревнованиях награждается медалями: желтая - за 1 место; зеленая - за 2 место; красная - за 3 место.

Задача каждого отряда собрать как можно больше победных кубков и медалей. Для индивидуальной системы роста разработана лестница «Карьерного роста» внутри отряда. Ребята в конце каждой недели могут переизбирать чемпиона отряда. В конце смены подводим итоги, выявляем самый активный отряд и самых активных ребят по разным направлениям, вручаются медали по спортивным номинациям и в конце всей смены в награду

вручается «кубок дружбы», наполненный конфетами, который означает, что победила дружба.

МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Нормативно-правовые условия:

- Закон «Об образовании РФ»
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991 г.
- Устав МКУ ДО СШ Камышловского района.
- Положение о лагере дневного пребывания.
- Правила внутреннего распорядка лагеря дневного пребывания.
- Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
- Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в спортивно - оздоровительном лагере.
- Инструкции по организации и проведению походов и экскурсий.
- Приказы управления образования.
- Должностные инструкции работников.
- Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра.
- Заявления от родителей.
- Правила регистрации детей при поступлении и выбытии.
- Акт приемки лагеря.

2. Материально-технические условия:

- Спортивный зал
- Спортивная площадка
- Спортивный инвентарь
- Спортивное оборудование
- Комнаты гигиены (раздевалки, туалет)

3. Кадровые условия:

- Начальник спортивно - оздоровительного лагеря;
- Воспитатели - тренеры-преподаватели.

4. Методические условия:

1 этап – Подготовительный:

- создание нормативно-правовой базы, разработка документации;
- подбор кадров;
- комплектование отряда.

2 этап – Организационный:

- выявление и постановка целей развития коллектива и личности;
- сплочение отряда;
- 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).

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Главным результатом деятельности спортивно-оздоровительного лагеря является развитие ребёнка.

Результатами успешной деятельности лагеря должны быть показатели развития детей:

- 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 самодеятельности
- Укрепление дружбы и сплоченности в коллективе.
- Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ:

1. Наличие программы лагеря, планов работы отрядов, описание модели игрового сюжета, плана-сетки (приложение № 1);
2. Должностные инструкции, приказ об организации лагеря на базе МКУ ДО СШ Камышловского района;
3. Проведение установочного семинара для воспитателей до начала смены;
4. Подбор методического материала в соответствии с программой лагеря;
5. Подбор реквизита для проведения дел.

Проведение смены обусловлено необходимостью: продолжения учебного процесса в условиях лета, создания единого коллектива, укрепления здоровья детей, отдыхающих в лагере.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Артамонова, Л.Е. Летний лагерь. Организация, работа вожатого, сценарии мероприятий [Текст]/Л.Е.Артамонова. - М.: ВАКО, 2006. - 288 с.
2. Гончарова, Е.И. Школьный летний лагерь [Текст] /Е. И. Гончарова, Е.В. Савченко, О.Е. Жиренко.- М.: ВАКО, 2004. - 192с.
3. Лобачёва, С.И. Загородный летний лагерь[Текст]/С. И. Лобачева. - М.: ВАКО, 2006. - 208с.
4. Лобачёва, С.И. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере 1 - 11 классы [Текст] /С.И. Лобачева. - М.: ВАКО, 2007. - 208с.
5. Матвеева, Е.М. Азбука здоровья: профилактика вредных привычек [Текст] /Е. М. Матвеева. - М.: Глобус, 2007. - 206с.
6. Обухова, Л.А. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1 - 4 классы) [Текст] /Л.А. Обухова, Н.А. Лямякина, О.Е. Жиренко. - М.: ВАКО, 2008. - 288с.
7. Руденко, В.И. Игры, экскурсии и походы в летнем лагере: Сценарии и советы для вожатых [Текст]/А.И. Руденко. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 224с.
8. Сысоева, М.Е. Организация летнего отдыха детей [Текст]/М.Е. Сысоева. - М.: ВЛАДОС, 1999. - 176с.
9. Титов, С.В. Здравствуй, лето! [Текст]/С.В. Титов.- Волгоград: Учитель, 2001.-123с.
10. Чурина, Л. С. Игры, конкурсы, задания [Текст] /Л.С.Чурина. - М., АСТ; СПб.: Сова, 2007. - 62с.
11. Шаульская, Н.А. Летний лагерь: день за днем. День приятных сюрпризов [Текст]/ Н.А. Шаульская. - Ярославль: Академия развития; Владимир: ВКТ, 2008.-224 с.
12. Шмаков, С.А. Игры-шутки, минутки[Текст]/С.А. Шмаков. -М.: ВАКО, 2010.-128с.