

Государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области  
дополнительного образования «Областная спортивная школа»  
(ГБОУ СО ДО ОСШ)

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ гимназии №1  
Г.Новокуйбышевска

\_\_\_\_\_ Л.Г. Слепцова  
«\_21\_» \_марта\_ 2019 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СО ДО ОСШ

\_\_\_\_\_ П.В.Мужиков  
29 марта 2019г

**ПРОГРАММА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ОТРЯДА  
ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ**

**Направленность:** физкультурно-  
спортивная

**Уровень:** основное общее образование

**Возраст:** 8-15 лет

**Срок реализации:** 21 день



*Составитель:  
методист ГБОУ СО ДО ОСШ  
Гриднева Е.А*

*г. Новокуйбышевск  
2019*

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Где нет простора для проявления способностей,  
там нет способностей.*

Людвиг Фейербах

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 – 21 день. Программа реализуется в период летних каникул в июне.

**Основной состав лагеря** – это учащиеся образовательного учреждения в возрасте 8–15 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-инвалидам, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в одном отряде.

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 отряда 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.

**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 инвалидами и из «трудных» семей.

4. Повышение спортивного мастерства.

## СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ОТРЯДА

Важнейшим направлением в работе отряда станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту, и здоровому образу жизни. Применение современных **здоровьесберегающих технологий** в своей педагогической деятельности отражает две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре и спорту; использование развивающих форм оздоровительной работы.

"В воспитании нет каникул" – эта педагогическая формула становится правилом при организации детского летнего отдыха, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребенка. Праздники и соревнования в отряде составлены с учетом желаний и интересов юных воспитанников и применением **игровых технологий**.

Используя **образовательные технологии**, различные знания и умения в таких предметах как : биология, математика, русский язык, ОБЖ, история в рамках программы лагеря с дневным пребыванием детей.

**Технология дифференцированного обучения** - индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств, стала важнейшим требованием в обучении. Дифференцированный и индивидуальный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры

При разработке мероприятий учитывается уровень физического развития и физической подготовленности учащихся используя дифференцированный подход.

Спортивный отряд работает по направлениям:

### **Спортивно–оздоровительное направление – основное направление:**

*Ориентация на приобретение навыков здорового образа жизни, овладение приемами саморегуляции, здоровьесберегающих технологий*

**Средства:** Утренняя гимнастика (зарядка); спортивные игры на стадионе, спортивной площадке (футбол, волейбол, теннис, пионербол, бадминтон); подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты; закаливающие процедуры; спортивные праздники.

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, дни здоровья, различные беседы о здоровом образе жизни, беседы с врачом, спортивные праздники развивают у детей ловкость и смекалку, помогают им развивать различные двигательные способности и реализуют потребность детей в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни. Для максимального достижения результата при проведении спортивных

мероприятиях присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После конкурсов, которые развивают не только физическое состояние детей, но и укрепляют их дух, дети получают призы.

В лагере уделяется большое место пропаганде правильного питания и формированию навыков здорового образа жизни.

**Ребята из спортивно-оздоровительного отряда в свободное от спортивных мероприятий время участвуют во всех мероприятиях, включенных в план работы лагеря с дневным пребыванием.**

#### **Гражданско- патриотическое направление:**

Это направление включает в себя все мероприятия, носящие патриотический, исторический и культурный характер. Мероприятия этого направления воспитывают в детях патриотизм, любовь к родному краю, чувство гордости за свою страну, за ее историю и культуру.

**Средства:** Комплекс мероприятий, направленных на положительное отношение к общечеловеческим ценностям, нормам коллективной жизни, развитие гражданской и социальной ответственности за самого себя, общество и Отечество, уважение к государственным символам и традициям; участие в митинге памяти «Никто не забыт, ничто не забыто», Дне России (конкурсной программе «Я люблю тебя, Россия»)

#### **Эколого- туристическое направление**

Обогащение знаниями и опытом общения с природой; овладение разнообразными формами и методами поиска знаний, практическими умениями, организаторскими способностями, расширение кругозора; приобретение необходимой физической и моральной закалки на экскурсиях; воспитание экологической культуры.

**Средства:** прогулки и экскурсии на природу; экологические акции.

#### **Досуговое направление**

Овладение навыками культуры общения; развитие лидерских качеств, творческих способностей, артистизма; приобретение навыков взаимопонимания, взаимоподдержки в условиях детского коллектива, приобретение знаний об организаторской деятельности; максимальное раскрытие детского творческого потенциала, массовое участие детей в развлекательных программах.

**Средства:** торжественное открытие и закрытие смены, праздничные и игровые программы

## ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ:

<i>03 июня 2019 г.</i>	
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
14.00-14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
<i>04 июня 2019 г.</i>	
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий
<i>05 июня 2019 г.</i>	
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия (ГБОУ ООШ№19)
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
<i>06 июня 2019 г.</i>	
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий
<i>07 июня 2019 г.</i>	
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия (ГБОУ ООШ№19)

13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
	<b><i>10 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия (ст. «Нефтяник», «Лето с футбольным мячом»))
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий
	<b><i>11 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
	<b><i>13 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий
	<b><i>14 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
	<b><i>17 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия (ст. «Нефтяник»,



	«Лето с футбольным мячом»
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий
	<b><i>18 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
	<b><i>19 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия (ГБОУ ООШ№19)
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий
	<b><i>20 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
	<b><i>21 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия (ГБОУ ООШ№19)
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий
	<b><i>24 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия

13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
	<b><i>25 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий
	<b><i>26 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия (ст. «Нефтяник, «Лето с футбольным мячом»)
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов учебно-тренировочных занятий
	<b><i>27 июня 2019 г.</i></b>
08.30	Прибытие к месту занятий
08.45	Обзор спортивных новостей
09.15	ЗАВТРАК
09.45	Подготовка к учебно-тренировочным занятиям
10.00	Учебно-тренировочные занятия
13.00	ОБЕД
с 14.00 до 14.30	Подведение итогов занятий

## МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

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

- Закон «Об образовании РФ»
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.
- 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 школьном 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
- ✓ Школьная площадка
- ✓ Медицинский кабинет
- ✓ Комнаты гигиены (раздевалки, туалет)

### **3. Кадровые условия:**

- ✓ Начальник лагеря дневного пребывания;
- ✓ Воспитатели-тренеры;
- ✓ Медицинская сестра;

### **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, отряда.

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 ребенка.*

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.