Структурное подразделение государственного бюджетного образовательного учреждения Самарской области гимназии

«Образовательный центр «Гармония»,

реализующее программы дополнительного образования городского округа Отрадный Самарской области

**ПРОГРАММА**

**ЛАГЕРЯ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ**

**«СПОРТЛАНДИЯ»**

**г.о. Отрадный**

**2021 год**

**Введение**  
  
 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. Лагерь с дневным пребыванием обучающихся призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей. Детские оздоровительные лагеря являются частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной компенсации в свободное время. Летний лагерь является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой – пространством для оздоровления, спортивного развития, художественного, технического, социального творчества.

Ежегодно проводятся спортивно-оздоровительные смены в лагере дневного пребывания на базе учреждения СП ГБОУ гимназии «ОЦ «Гармония» для воспитанников с 6-16 лет.

Обязательным является вовлечение в лагерь ребят из многодетных и малообеспеченных семей, а также детей, стоящих на учете в КДМ.

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 честью выходить из непростых ситуаций.  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. 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.

**Информационная карта программы**

1. Полное название программы

Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Спортландия».

2. Составитель программы: Педагог- организатор Щербакова Н.Ю.

3. Учреждение - организатор лагеря (смены):

СП ГБОУ гимназии «ОЦ «Гармония» ДОД г.о. Отрадный

4. Адрес организации, телефон: Г. Отрадный, ул. Отрадная, 7,

тел. (884661)2-27-57

5. Ф.И.О. ответственного за проведение лагеря (смены), должность, телефон

1 смена – Щербакова Наталья Юрьевна – педагог-организатор,

тел.: 8-927-605-43-03

2 смена Ольшанская Людмила Алексеевна – руководитель СП ДОД,

тел.: 8-927-696-27-61

3 смена - Щербакова Наталья Юрьевна – педагог-организатор,

тел.: 8-927-605-43-03

6. Сроки проведения: 01-25 июня 2021 г., 30.06-23.07.2021 г., 28.07.-20.08.2021 г.

7. Количество смен: 3

8. Профиль лагеря (смены): Спортивно-оздоровительный

9 Цель программы:

Укрепление здоровья, реализация двигательного и творческого потенциала участников смены.

10. Общее количество детей-участников: 200 человек

11. Участники программы: воспитанники отделений баскетбол, легкая атлетика, спортивные танцы, дзюдо от 6-16 лет

12. Краткое содержание программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей путем реализации программ по видам спорта, приобщение детей к здоровому образу жизни, организация содержательного досуга детей и подростков.   
  
Отличительными чертами данной программы являются:   
  
- новый стиль построения отношений между детьми разных учебно-тренировочных групп, взаимоотношения и сотрудничества между детьми разного возраста,  
  
- обмен знаниями между участниками, расширение возможности общения, источников и способов получения информации.   
  
13. Направления

1. Учебно-тренировочная работа по видам спорта;   
  
2. Досуговая деятельность;   
  
3. Спортивно-оздоровительные мероприятия: купание; закаливание; воздушные солнечные процедуры.

**Пояснительная записка**

Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Спортландия» составлена в соответствии с законом РФ «Об образовании» и Федеральным законом «О физической культуре и спорте».

Педагогическая целесообразность разработки программы заключается в том, что она предусматривает сочетание тренировочных занятий (под руководством квалифицированных тренеров-преподавателей) и различных игровых, развлекательных и познавательных программ, в содержание которых включаются упражнения из профилирующих и других видов спорта.

Тренировочные занятия проводятся один раз в день в соответствии с планом работы тренеров-преподавателей. Также предусмотрено 2-х разовое посещение бассейна в соответствии с планом работы. Особое место отведено циклу мероприятий, посвященных формированию у воспитанников негативного отношения к вредным привычкам.

Программа рассчитана на детей от 6 до 16 лет. Отряды формируются разновозрастные по видам спорта.

*В первую смену*: 3 отряда отделения легкой атлетики.

*Во вторую смену*: 2 отряда отделения баскетбол.

*В третью смену*: 1 отряда отделения спортивные танцы, 1 отряд отделения дзюдо, 1 отряд отделения баскетбол.

Учебно-спортивная работа в лагере является продолжением круглогодичного учебно-тренировочного процесса, проводимого в спортивной школе, и осуществляется тренерско-преподавательским составом на основе программ учреждения по указанным видам спорта.

Планы занятий и расписаний каждого отряда утверждаются начальником лагеря.

Массовая физкультурно-оздоровительная работа в лагере включает следующие организационные формы:

1. весёлые старты;
2. товарищеские встречи по баскетболу, легкоатлетические соревнования;
3. походы за пределы лагеря;
4. беседы, экскурсии, диспуты, конкурсы и т.п.; 5. мини-соревнования по танцевальному спорту и дзюдо.

**Цель программы:**

Укрепление здоровья детей и их спортивное совершенствование, реализация двигательного и творческого потенциала участников смены.

**Задачи программы:**

***Обучающие:***

1. Повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
2. Овладение основами техники в избранном виде спорта;
3. Реализация социального заказа общества, потребностей семьи, интересов и потребностей ребенка в сфере свободного времени через аспект физической культуры и спорта.

***Развивающие:***

1. Изучение и учет познавательных, личных интересов, склонностей, способностей детей для осуществления личностно-ориентированного и развивающего обучения.
2. Создание условий для самоопределения, самореализации и развития ребенка через включение в разнообразие деятельности интеллектуального, творческого, спортивного характера, помощь в развитии индивидуальных способностей детей.
3. Организация содержательного досуга детей и подростков.

***Воспитательные:***

1. Приобщение детей к здоровому образу жизни. Создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива.
2. Вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере.
3. Формирование у детей и подростков навыков общения и толерантности.

**Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены**

1. Безусловная безопасность всех мероприятий

2. Учет особенностей каждой личности

3. Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря

4. Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря

5. Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня.

6. Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря

7. Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых

8. Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

**Направления и виды деятельности**

*Спортивно-оздоровительная деятельность*

**Программа выполняет следующие функции:**

*Спортивно-*о*здоровительная* – направлена на отдых и укрепление здоровья через учебно-тренировочный процесс, подвижные игры, спортивные состязания и другие виды деятельности на свежем воздухе и на воде.

*Социальная* – находясь в лагере, ребенок включен во взаимоотношения с детьми разного возраста и взрослыми.

*Воспитывающая* – формирование качеств личности в игровых моментах, в моделях жизненных ситуаций.

*Развивающая* – активизация резервных возможностей организма.

*Обучающая* – развитие познавательных и организаторских качеств: внимания, фантазии, памяти.

*Развлекательная* – создание благоприятной атмосферы пребывания в лагере, превращение любой деятельности, даже скучной на первый взгляд (трудовой десант, уборка территории) в увлекательные приключения.

**Основные этапы и механизм реализации программы**

***Подготовительный этап.***

Этот этап характеризуется тем, что за месяц до открытия пришкольного летнего спортивного лагеря начинается подготовка к летнему сезону.

Деятельностью этого этапа является:

- проведение совещаний при директоре и заместителе директора по учебной части по - подготовке школы к летнему сезону;

-издание приказа по школе о проведении летней кампании;

- разработка программы деятельности летнего оздоровительного лагеря с дневным - пребыванием детей спортивного профиля;

- подготовка методического материала для работников лагеря;

- составление необходимой документации для деятельности лагеря (план-сетка, -

положение, должностные обязанности, инструкции т.д.)

***Организационный этап***

Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 7 дней. Основной деятельностью этого этапа является:

- встреча детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;

- запуск программы;

- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

***Основной этап смены***

Основной деятельностью этого этапа является:

- реализация основной идеи смены - специальные тренировки по видам спорта;

- вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно - творческих дел;

- спортивные соревнования;

***Заключительный этап смены.***

Основной идеей этого этапа является:

- подведение итогов смены;

- составление отчета о проведении лагеря;

- анализ предложений, внесенными детьми, родителями, педагогами по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем;

***1 блок — спортивно-оздоровительные и профилактические мероприятия, приобщение к здоровому образу жизни.***

1. Проведение общеоздоровительных, закаливающих мероприятий:

- утренняя гимнастика: 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.

- бег;

- водные упражнения;

- купание;

- закаливание;

- воздушные и солнечные процедуры.

2. Проведение профилактических мероприятий:

- инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, ПДД, правилам поведения на воде, поведения в ЧС, профилактика коронавирусной инфекции.

- лекции о личной гигиене спортсмена;

- беседы по профилактике наркомании и вредных привычек с представителями «Центра семьи»;

- просмотры фильмов о спорте и здоровом образе жизни;

- мероприятие по предупреждению детского дорожно-транспортного травматизма «Школа безопасности»;

- встреча с представителями МЧС.

***2 блок - спортивный.***

1. Учебно-тренировочные занятия:

- обще-физическая подготовка;

- специальная физическая подготовка;

- технико-тактическая подготовка;

- специально-беговые упражнения;

2. Участие в общелагерных соревнованиях:

- День здоровья;

- «Белая лалья»,

- легкая атлетика;

- мини-соревнования по танцевальному спорту и дзюдо.

***3 блок — развлекательно-познавательный.***

1. Подвижные игры:

- лапта;

- салки;

- прыжки в высоту и в длину – выше, дальше, быстрее;

- игры с мячом;

- игра «Форд Боярд»

2. Конкурсы на спортивную тематику:

- «Делай, как я, делай, как мы, делай лучше нас»;

- «Мы за здоровый образ жизни»;

- викторина «Олимпийские игры» и т.д.

3. Посещение музея, кинотеатра, бассейна;

4. Прогулки и экскурсии.

5. Мероприятия, посвященные победе в Вов (участие в парадном шествии, конкурс рисунок «Дети рисуют Победу», посещение городского музея).

***4 блок - трудовой.***

1. Общественно-полезный труд:

- проветривание помещений;

- наведение порядка в раздевалках;

- дежурство в столовой и т.д.

**План работы по профилактике вредных привычек**

Невозможно обойти вниманием такие важные проблемы, связанные со здоровьем подростков, как курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотических средств. Эти явления, получившие название “вредные привычки”, широко распространены сегодня в молодежной среде и оказывают огромное влияние на жизнь подростков любой возрастной группы.

В настоящее время профилактика употребления ПАВ у детей и подростков выходит на общегосударственный уровень и предполагает консолидацию усилий различных ведомств при ведущей роли системы образования.

Наше образовательное учреждение, как и многие другие, обладает рядом возможностей для проведения профилактической работы, в частности имеет огромное влияние на формирование и развитие личности ребенка посредством пропаганды здорового образа жизни, вовлечения их в спорт, личного примера тренера (своими достижениями в спорте) и ставит перед собой цель: изменение ценностного отношения детей и молодежи к наркотикам, формирование личной ответственности за свое поведение, обусловливающее снижение спроса на психоактивные вещества в молодежной среде. Каждый тренер также руководствуется следующим принципом – спорт и вредные привычки несовместимы, тем более спорт высших достижений. У своих воспитанников формирует такие качества, как спортивная дисциплина, упорство, выносливость.

**Наименование мероприятий**

В течение смены - беседы со специалистом (медиком) «Пагубные последствия употребления алкоголя и наркотиков. О вреде курения».

В течение смены - беседа на тему «Допинг в спорте и его влияние на организм.

Спортивный фестиваль «Готов к труду и обороне» (ГТО) под девизом «Наркотикам – нет!»

Веселые старты среди отрядов, посвященные Международному дню борьбы с наркоманией под девизом «Жизнь без наркотиков!»

**Режим дня**

Дети находятся в лагере с 8.00 до 14.00 часов ежедневно

**8.00-9.00**

Прием детей

***«Утренний фильтр»***

(термометрия спортсменов и персонала с целью своевременного выявления и изоляции людей с признаками респираторных заболеваний и повышенной температурой)

**9.00-9.15**

Утренняя зарядка

**9.15-9.45** Завтрак

**9.45-10.00**

Инструктажи-беседы по ТБ, профилактике коронавируса, правилах поведения детей на проезжей части, на воде с просмотром видеороликов

**10.00-12.30**

Работа отрядов по индивидуальному плану,

тренировочный процесс

**12.30-13.00** Обед

**13.00-14.00**

Игровой час, общелагерные мероприятия

**14.00**

Бесконтактная термометрия спортсменов и рабочего персонала

**Методическое обеспечение программы**

1. Видеофильмы и интернет-ролики по видам спорта;
2. Программы для системы дополнительного образования детей по видам спорта;
3. Справочники спортивных и подвижных игр;
4. Стенд по технике безопасности.

**Ожидаемые результаты, критерии оценки деятельности лагеря**

В ходе реализации данной программы ожидается:

1. Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья (тестирование детей в начале и в конце смены).

2. Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности (наблюдение, тестирование).

3. Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной, творческой и трудовой деятельности, социальной активности (наблюдение).

4. Развитие коммуникативных способностей и толерантности (наблюдение).

5. Приобретение новых знаний и умений (наблюдение, тестирование).

6. Расширение кругозора детей (наблюдение, тестирование).

7. Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных

норм (наблюдение).

9. Личностный и спортивный рост участников смены (тестирование).