

«Утверждаю»
директор БОУ гимназия
«ОЦ «Гармония»
Ваничкина В.И.



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

2022 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 склонностей 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 - Ольшанская Людмила Алексеевна – руководитель СП ДОД,

тел.: 8-927-696-27-61

6. Сроки проведения: 01-26 июня 2022 г., 29.06-22.07.2022 г., 25.07.-17.08.2022 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 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: 1 отряд – отделения баскетбол, 2 отряда отделения легкой атлетики.

Во вторую смену: 1 отряд – отделения баскетбол, 2 отряда отделения легкой атлетики.

В третью смену: 2 отряда отделения спортивные танцы, 2 отряда 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. беседы, экскурсии, диспуты, конкурсы и т.п.;
4. мини-соревнования по танцевальному спорту;
5. сдача нормативов ВФСК ГТО.

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-оздоровительная – 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:

- Олимпийский день;

- «День прыгуна»,

- Соревнования по четырехборью;

- мини-соревнования по танцевальному спорту;
- Прием нормативов ВФСК ГТО.

3 блок — развлекательно-познавательный.

1. Подвижные игры:

- лапта;
- салки;
- прыжки в высоту и в длину – выше, дальше, быстрее;
- игры с мячом.

2. Конкурсы на спортивную тематику:

- «Делай, как я, делай, как мы, делай лучше нас»;
- «Мы за здоровый образ жизни»;
- Скакалочные состязания;
- викторина «Олимпийские игры» и т.д.

3. Посещение музея, кинотеатра, бассейна;

4. Прогулки и экскурсии.

5. Мероприятия, посвященные победе в Вов .

6. Профилактические мероприятия.

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, обуславливающее 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».

Сдача нормативов ВФСК ГТО под девизом «Наркотикам – нет!»

Веселые старты среди отрядов, «Делай, как я, делай, как мы, делай лучше нас».

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).