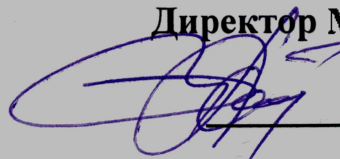


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа олимпийского резерва «СИБИРЯК»  
(МБУДО СШОР «СИБИРЯК»)

Принята за заседании  
педагогического совета  
Протокол № 04 от «13» 03.2024г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБУДО СШОР  
«Сибиряк»  
А.А.Лысов



***ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ЗАГОРОДНОМ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ «ВЫМПЕЛ» (СПОРТИВНОЙ  
НАПРАВЛЕННОСТИ)***

Автор-составитель:

Заместитель директора  
по учебно-методической работе  
С.В. Курьерова

Ангарск, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*«Где нет простора для проявления способностей,  
там нет способностей.» -  
Людвиг Фейербах*

Летние каникулы - самая лучшая и незабываемая пора для развития творческих способностей и совершенствования возможностей ребенка, вовлечения детей в новые социальные связи, удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей. Летние каникулы – самое яркое по эмоциональной окраске время. Каникулы дают возможность снять эмоциональное напряжение, полученное в течение учебного времени. И вместе с тем, каникулы – это зарядка новой энергией, настроением, приобретение новых сил, знаний, продолжение освоения мира, его познание, богатейшее время воспитания и самовоспитания. Наконец, каникулы – это время человеческой фантазии. В последние годы общество всё больше и больше тревожит чрезмерное увлечение подростков и даже младших школьников компьютером и другими электронными гаджетами. Поэтому первоочередной задачей нашей программы является возможность организовать активный, познавательный и здоровый отдых.

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 детей и подростков, 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 загородный оздоровительный лагерь.

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.

Обстановка лагеря даёт уникальную возможность в лёгкой, игровой форме совершенствовать физическую форму, таланты и коммуникативные навыки ребят. Трудно переоценить все эти навыки во внеурочной обстановке, в коллективе единомышленников.

Организация отдыха в загородном лагере предоставляет такую возможность детям, как развитие коммуникативных навыков, возможность получения первых успешных навыков связанных с социальной адаптацией. Так как, попав в лагерь, ребенок стремится не только к активному отдыху, но и к самоутверждению, самореализации.

Данная программа по своей направленности является комплексной, т.е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

По продолжительности программа является краткосрочной, т.е. реализуется в течение одной лагерной смены.

Загородный оздоровительный лагерь (спортивной направленности) «Вымпел» принадлежит МБУДО СШОР «Сибиряк». Расположен по адресу: Иркутская область, Усольский район, деревня Старая Ясачная, улица Олимпийская, дом 1Б.

По продолжительности программа реализуется в течение 21 дней.

Количество смен в лагере – 2 смены

Количество человек в смену – 72 человек.

Участники лагеря: обучающиеся СШОР «Сибиряк» в возрасте 8 - 18 лет.

Сроки проведения лагеря: 1 смена - с 22.06. по 12.07.; 2 смена – с 14.07. по 03.08.

#### Основные цели и задачи лагеря:

- укрепление здоровья детей;
- повышение качества имеющихся спортивных навыков;
- организация рационального использования свободного времени в период летних каникул;
- выработка потребности в систематических занятиях спортом;

Содержание, формы и методы работы определяются педагогическим коллективом МБУДО СШОР «Сибиряк». В лагере должны быть созданы все условия для отдыха и тренировочного процесса обучающихся.

#### Кадры, условия работы сотрудников и организации работы

Педагогический состав лагеря из кадрового состав МБУДО СШОР «Сибиряк», кадры столовой – по результату конкурсного отбора. Медицинский персонал – по договору ГПХ. Штатное расписание и приказы утверждаются директором школы.

Начальник лагеря:

- осуществляет общее руководство деятельностью лагеря, утверждает правила внутреннего распорядка, издает приказы и распоряжения по лагерю;
- согласовывает должностные обязанности работников, знакомит их с условиями труда, составляет график работы лагеря;
- создает необходимые условия для проведения воспитательной и спортивно-оздоровительной работы с детьми.

Основная педагогическая идея, над которой работает тренерско-преподавательский коллектив СШОР «Сибиряк», это создание обучающимся условий для полного овладения своими способностями, создание ситуации успеха и веры в самого себя.

Содержание программы представляет широкий спектр деятельности в этом направлении, а также привлекательно и тем, что мероприятия отвечают интересам детей, позволяют проявить творчество, самостоятельность, что способствует удовлетворению потребности в самовыражении личности и самоутверждении.

#### Основные понятия программы:

Здоровье, здоровьесберегающие технологии, тренировочный процесс, самореализация, совершенствование спортивного мастерства, успех, творчество, самовыражение, личность.

## ХАРАКТЕРИСТИКА УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ

Общее число участников за смену – 72 человек.

Основной состав лагеря – это воспитанники СШОР «Сибиряк». Комплектование списочного состава лагеря проходит по двум программам министерства социального развития, опеки и попечительства Иркутской области – для детей, находящихся в трудной жизненной ситуации; для детей, чьи родители (законные представители) состоят в трудовых отношениях с предприятиями, организациями, отчисляющими налоги. Особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации и детям участников СВО.

Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в отрядах по видам спорта.

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ИДЕЯ 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 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 спортсменов после тяжёлого соревновательного периода. 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, 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 тренера в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул, поддерживать спортивную форму и подготовиться к следующему тренировочному периоду.

### ЦЕЛЕВОЙ БЛОК ЗОЛ «ВЫМПЕЛ»

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. Повышение спортивного мастерства.

### КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ ЗОЛ «ВЫМПЕЛ»

Важнейшим направлением в работе лагеря является 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 спорте и 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 лагере

составлены с учетом желаний и интересов юных воспитанников и применением новых игровых технологий: «Форт - боярд», «Следствие ведут знатоки», «Рыцарский турнир», «Поиски клада», а также открытие и закрытие лагеря. Организована «Школа безопасности», целью и задачей, которой стало изучение опасностей, угрожающих школьнику и разрабатывающих способов защиты от них в любых условиях обитания человека, закрепление практических навыков и умений, находясь в экстремальных ситуациях.

Мероприятия в «Школе безопасности»:

- «День Айболита», где дети учатся оказывать первую медицинскую помощь и применяют на практике дыхательные упражнения, упражнения для улучшения осанки, профилактики плоскостопия и близорукости, самостоятельно учатся выполнять антропометрические измерения.
- Как вести себя при ЧС, пожаре.
- «Школа юного туриста», на занятиях в которой дети впервые учатся ориентироваться на местности, ставить палатку, разбивать бивак и вязать первые туристические узлы.
- «Приемы самообороны», где дети узнают от опытных тренеров отделения единоборств первые приемы самозащиты.
- «На улицах большого города», где проводятся занятия по правилам дорожного движения, и соревнования с использованием знаков дорожного движения.

Используя образовательные технологии, различные знания и умения в таких предметах как: биология, математика, русский язык, ОБЖ, история были разработаны новые праздники. А именно:

- физкультура и ОБЖ (занятия в школе юного туриста, игры по правилам дорожного движения);
- физкультура и биология (день Айболита);
- физкультура и история («Спортивная викторина», праздник: «По дорогам Олимпии»);
- физическая культура и русский язык (использование топографических диктантов в играх: перевод письменных условных знаков на схематические и др.);
- физическая культура и математика («Развед-шоу»);
- национальные традиции (изучение игры «Лапта») Цель: возрождения народных игр.

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 обучающихся, используя дифференцированный подход.

Исходя из вышесказанного лагерь работает по направлениям:

Спортивно-оздоровительное направление:

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

*Средства:* утренняя гимнастика (зарядка), спортивные игры на спортивной площадке (футбол, волейбол, теннис, пионербол, бадминтон, ручной мяч); подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты; закаливающие процедуры, солнечные ванны (ежедневно); воздушные ванны (ежедневно), спортивные праздники: «Малые олимпийские игры», «Юмор в спорте важен, не спорьте» «День Нептуна» « День футболиста» « День теннисиста», «День народных игр»; «В гостях у Айболита».

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 мероприятий 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. С этой целью продолжает реализовываться программа «Школа безопасности», тесно сотрудничаем с врачом. Проводятся беседы «Оказание первой доврачебной помощи», «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки». Ежедневно ведется «Журнал здоровья».

#### 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 мероприятии «Никто не забыт, ничто не забыто», 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:* школа безопасности «Уроки юного туриста» и отработка туристических навыков.

#### 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 смены, операция «Развед-шоу», викторина «Следствие ведут знатоки», игра «Поиски клада», «Рыцарский турнир» «Музыкальный марафон», игра «Форт Боярд», «Следствие ведут...», день именинника, игровая программа «Школа радости!».

## ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ: СОДЕРЖАНИЕ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 1. Нормативно-правовая база:

Устав МБУДО СШОР «Сибиряк»;

Положение о ЗОЛ «Вымпел»;

Правила внутреннего распорядка;

Правила по технике безопасности, пожарной безопасности;

Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в оздоровительном лагере;

Должностные инструкции работников;

Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра, гигиенической подготовке;

Справки об отсутствии судимости.

### 2. Материально-технические условия:

- Универсальная спортивная площадка;
- Песчаная площадка;
- Спортивный городок;
- Корпуса и комнаты для проживания спортсменов, тренеров и обслуживающего персонала;
- Столовая;
- Медпункт;
- Душевой павильон, баня, комната гигиены, туалеты;
- Тентовые павильоны для настольного тенниса, проведения досуга;
- Помещение для просмотра фильмов и проведения собраний.

### 3. Методические условия:

#### 1 этап – Подготовительный:

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

#### 2 этап – Организационный:

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

1 день	Минутка здоровья. День Знакомств. Патриотическая минутка	Ручной мяч. ОФП
2 день	Школа безопасности «В гостях у Айболита»	Тренировка
3 день	Лапта. Пионербол. ОФП	Тренировка
4 день	Спортивно-игровая программа «Морской бой»	Тренировка
5 день	Игровая программа «Шарикиада»	Тренировка
6 день	Лапта. Пионербол. ОФП	Спортивно-игровая программа «День Нептуна»
7 день	Школа безопасности. «На улицах большого города»	Тренировка
8 день	Лапта. Пионербол. ОФП	Тренировка
9 день	День смеха или «Все наоборот» Спортивные состязания «Юмор в спорте важен, не спорьте!»	Тренировка
10 день	Пионербол ОФП	Тренировка
11 день	День Футболиста. Соревнования по футболу	Тренировка
12 день	Вечер, посвященный «Году семьи»	Тренировка
13 день	Спортивная игра «Поиски клада»	Пионербол. ОФП
14 день	Соревнования по пионерболу	Тренировка
15 день	Мисс и Мистер лагеря	Соревнования по настольному теннису
16 день	Малая спартакиада. Под девизом: «Мы за здоровый образ жизни» Первенство лагеря по различным видам спорта.	Первенство по дартсу
17 день	Беседа по культуре родного края.	Ручной мяч

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Спортивная школа олимпийского резерва «Сибиряк»  
(МБУДО СШОР «Сибиряк»)

**П Р И К А З**

от « 29 » 03 2024 г.

№ 79

[утверждение программы]

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

В соответствии с решением педагогического совета от 12.03.2014г.,  
протокол № 04

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

- П.1.** Утвердить программу воспитания детей в загородном оздоровительном лагере «Вымпел» (спортивной направленности).  
**П.2.** Ввести в действие программу воспитания детей в загородном оздоровительном лагере «Вымпел» (спортивной направленности) с 01 апреля 2024г.  
**П.3.** Разместить настоящий Приказ с приложением описания программы воспитания детей в загородном оздоровительном лагере «Вымпел» (спортивной направленности) на официальном сайте МБУДО СШОР «Сибиряк».  
**П.4.** Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя директора по учебно-методической работе С.В. Курьерову.

Директор



А.А. Лысов

**ОЗНАКОМЛЕН:**

Курьерова С.В.

(Подпись)

« 29 » 03 2024 г.;