

Администрация МО «Няндомский муниципальный округ»

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Районный центр дополнительного образования детей»,  
e-mail: [nyandomovoi@mail.ru](mailto:nyandomovoi@mail.ru), тел. 8(81838)62360,  
структурное подразделение «Детский загородный стационарный  
оздоровительный лагерь «Боровое»,  
адрес: Няндомский район, дер. Бережная, ул. Приозерная, д. 8, тел.  
8(81838)46235.

УТВЕРЖДЕНА приказом  
Директора РЦДО  
Богданова Н.М. \_\_\_\_\_  
№ \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_

**ПРОГРАММА «НАДЕЖДЫ РОССИИ»**  
**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ**  
для работы с детьми от 7 до 17 лет,  
срок реализации программы с 13.08 по 30.08  
(18 календарных дней)

Автор:  
Цикина Ольга Владимировна, педагог  
дополнительного образования РЦДО

г. Няндомы, 2024 г.

## **I. Пояснительная записка**

Золотые медали делаются не из золота.  
Они делаются из пота, решительности  
и очень редкой смеси, которая  
называется «сила воли».

Дэн Гейбл

2024 год объявлен годом спорта и это не случайно, т.к. запрос государства направлен на здоровую и активную нацию. В связи с этим появилась усовершенствованная программа «Надежды России». Эта программа включает в себя физкультурно-спортивный профиль, но разные направления: лыжный спорт и футбол. В связи с тем, что на территории лагеря имеются два отряда, то соответственно и два направления.

Актуальность программы состоит в том, чтобы каждый ребёнок на этой смене добивается своих спортивных побед. Они заключаются не только в укреплении здоровья, но и в воспитании мужества, воли к победе, упорства в достижении целей, а также умению не пасовать перед трудностями и с честью выходить из непростых ситуаций. Этому способствуют регулярные тренировки.

Летний период во многом способствует укреплению здоровья и поддержанию физической формы. Регулярные тренировки спортсменов на свежем воздухе в сосновом бору плавно переходят в спортивные игры. Лагерь «Боровое» создаёт базу, на которой они не только продолжают свои тренировки, но и имеют возможность посещать культурно-массовые и досуговые мероприятия. Сам лагерь находится на холмистой территории, из растительности преобладают сосны, ели и берёзы, а также есть кедровая аллея. Это способствует оздоровлению детей, а также настраивает на усиленные тренировки. Тренера преподаватели составляют индивидуальные маршруты на каждого ребёнка своего отряда. У отдыхающих есть тетрадь, где они фиксируют каждую отдельную тренировку. За детьми до 10 лет закреплены старшие воспитанники, которые помогают им в этом. В связи с этим отряд комплектуется не по возрасту, а по направлению.

В лагерь набираются ребята в два отряда с разными направлениями. 1 отряд спортсмены ДЮСШ лыжного отделения, 2 отряд футболисты. При комплектовании смены особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Количество детей в лагере небольшое, но позволяет охватить диапазон детей 7-17 лет. Любые нормативы принимаются по возрастным группам (7-8 лет, 9-11 лет, 12-15 лет, 15-17 лет). Смена составляет 18 календарных дней. Набираются 2 отряда по 32 человека.

Особенность программы заключается в том, что лагерь «Боровое» впервые принимает у себя футболистов, а также планирует плотное взаимодействие двух отрядов вместе.

В рамках реализации программы «Надежды России» осуществляется взаимодействие с родителями через социальную сеть В контакте. Родители имеют возможность написать сообщения на личную страничку педагога или в

группу «ЛОЛ Боровое», а также работает родительский чат. Благодаря этому все новости оперативно доносятся до участников группы. Планируется создание официального сайта ДЗСОЛ «Боровое» в 2024 году.

На протяжении всей смены действует экономическая игра. Дети имеют возможность за определённые достижения, помощь, инициативу получить определённое количество «Боровичков» (валюта лагеря). В конце смены потратить их на традиционной «Ярмарке». В лагере существуют и другие традиции почта лагеря «Сорока» и «Герой дня».

По продолжительности программа краткосрочная, т.к. реализуется в течение одной смены. Данная программа составлена с учётом следующих законодательных нормативно-правовых документов: Закона Российской Федерации «Об образовании», Конвенции ООН о правах ребёнка, Конституции Российской Федерации, СанПиН.

Целью программы является: формирование разносторонне развитой личности, через спортивно-тренировочную, игровую и познавательную деятельность.

Задачи:

1. Обучающие:

- ✓ освоить технику и тактику в избранной дисциплине;
- ✓ дать основные понятия безопасности жизнедеятельности;
- ✓ расширить базовые знания о физической культуре и спорту.

2. Развивающие:

- ✓ развить физических качеств в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребёнка;
- ✓ развить основные двигательные качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость) в соответствии с возрастом;

3. Воспитательные:

- ✓ воспитать потребность в здоровом образе жизни;
- ✓ создать условия для реализации потребности в двигательной активности;
- ✓ выявить интересы, склонности и способности детей, и реализовать их через спортивно-оздоровительную активность;
- ✓ воспитать сплочённость, единство, взаимопомощь и взаимодействие в игровых мероприятиях;
- ✓ формировать умение межличностного общения на основе приоритета общечеловеческих ценностей;
- ✓ приобщить ребят к традициям большого спорта.

## **II. Основное содержание**

Важнейшим направлением в работе лагеря является оздоровление и профориентация воспитанников. В связи с тем, что смена спортивная, а у спортсменов в большом спорте много травм, было принято решение включить «Курс на безопасность» в смену.

В программе разработан блок «Курс на безопасность», целью которого стало изучение опасных ситуаций, угрожающих ребёнку и способов защиты в

любых условиях обитания человека, закрепление практических навыков и умений, находясь в экстремальных ситуациях.

Мероприятия «Курса на безопасность»:

- ✓ «Курс Айболита», где ребята учатся оказывать первую медицинскую помощь и применять на практике дыхательные упражнения, упражнения для улучшения осанки, профилактики плоскостопия и близорукости, самостоятельно учатся выполнять антропометрические измерения.
- ✓ «Курс юного туриста», на занятиях учатся ориентироваться на местности, ставить палатку, разбивать бивак и вязать первые туристические узлы.
- ✓ «Курс по самообороне», где ребята знакомятся и познают первые приемы самозащиты.
- ✓ «Курс по ПДД», здесь ребята познакомятся с правилами дорожного движения, побывают с экскурсией в дорожной инспекции, и проведут соревнования с использованием знаков дорожного движения.
- ✓ «Курс по антитеррору», на нём ребята получают необходимые знания о действиях при нападении, рассмотрят различные варианты и отработают их на практике.

Для осуществления «Курса на безопасность» приглашаются специалисты: инспектора ГИБДД, сотрудники РОСГВАРДИИ, тренеров по туризму, сестёр-волонтеров медицинского отделения.

Праздники и соревнования на смене составлены с учетом желаний и интересов ребят. Для осуществления мероприятий мы применяем различные игровые технологии.

**Зарядка для спортсменов** – начинается с утренней пробежки, после пробежки предусматриваются гимнастические упражнения и закаливающие процедуры.

**Линейка** – ежедневное мероприятие, на котором собирается весь лагерь, поднимается флаг РФ, обговаривается план дня, приветствуется «Герой дня» каждого отряда и пополняется экран настроек.

**Тихий час** – все дети находятся в своих комнатах в отряде. Они имеют право отдыхать (спать) или проводить время за спокойными играми, не мешая другим отдыхать. Для этого в лагере имеется библиотека, инструкционные карты по сборке оригами, пластилинографии, квиллинга, аппликации, раскраски и многое другое.

**Водные процедуры** – проводятся под наблюдением мед. работника и воспитателей с проведением закаливающих процедур.

**Купание** – проводится в строго отведённом месте, купальне. Купальня имеет обустроенную пляжную территорию, спасательные круги, шлюпку со спасательными жилетами и огороженную плавательную территорию с удалением буйков от берега по возрасту. Купание проводится под наблюдением мед. работника, спасателя, инструктора по физической культуре, воспитателя и зависят от погодных условий.

**Отрядные огоньки «Свечка»** – на них подводятся итоги дня, раздаётся почта лагеря, выбирается «Герой дня», пополняется экран настроек, даётся позитивный настрой на следующий день, подсчитывается количество

«Боровичков» за день у каждого, записывается в таблицу; обсуждаются актуальные вопросы и предложения.

**Тренировки** проводятся два раза в день у обоих отрядов, и подразделяются на силовую, игровую и беговую. Тренера составляют индивидуальный маршрут на каждого ребёнка. Дети обязаны иметь с собой тетрадь достижений, в которую они вносят все свои достижения и недочёты.

#### План смены

День смены.	Тематика, название мероприятий.	Содержание деятельности.	Возможные формы работы.
1 день	«Здравствуй лагерь!»		
13 августа	1. Заезд в лагерь.	Знакомство с лагерем, деление на отряды, проведение инструктажа, расселение.	Экскурсия, беседа.
	2. Интерактивная игра.	Интерактивная игра, посвящённая «Всемирному дню молодёжи».	Интерактивная игра.
	3. Вечер знакомств «Спортивная Нация».	Знакомство с детьми их увлечениями, игры на сплочивание коллектива.	Игровая конкурсная программа.
	4. Дискотека.	Танцы под музыку.	Танцы.
	5. Огоньки знакомств.	Знакомство с укладом жизни в отрядах, беседа о гигиенических нормах и правилах, составление уголка настроения.	Беседа, инструктаж, КТД.
2 день	«День «Открытие олимпийских игр».		
14 августа	1. Торжественная линейка.	Поднятие флага, прослушивание гимна, приветствие отрядов, представление командиров.	Беседа.
	2. Мед. осмотр.	Измерение веса, роста, давления, силы.	Обследование.
	3. Инструктаж.	Проведение инструктажа в отрядах, касающееся проведения тренировок.	Инструктаж.
	4. Спортивные игры.	Теннис.	Спортивная игра.
	5. «Курс на безопасность».	«Курс Айболита».	Занятие.
	6. Торжественное мероприятие «Надежды России».	Выступление детей и педагогов, театрализация номера, поднятие Олимпийского флага под гимн РФ, представление персонала лагеря, и знакомство с программой.	Концертная программа, спектакль, творческие номера.

3 день	«День веселых стартов».		
15 августа	1. Спортивные игры.	Игры на сплочение.	Игра.
	2. Чемпионат по «Бадминтону».	Индивидуальное первенство.	Чемпионат.
	3. Игры на улице.	«Бадминтон», «Вышибалы», «Городки», «Горячая картошка».	Подвижные игры.
	4. «Курс на безопасность».	«Курс юного туриста».	Занятие.
	5. Весёлые старты.	Спортивные эстафеты с водой (смешанные команды детей и педагогов).	Эстафеты.
4 день	«День физкультурника».		
16 августа	1. Спортивные игры.	Спортивные упражнения «Кросс Нации» (от 500 м до 2000м в зависимости от возраста детей) Взрослые бегут 3000м.	Личный зачёт. Личное первенство.
	2. Спартакиада «Спорт – твой друг».	Деление на три команды по возрастам, проведение эстафет командного типа с учётом времени. Командирами являются тренеры.	Спортивные эстафеты.
	3. Игра «Казак-разбойники».	Командная игра во главе с тренерами отрядов на выигрыш переходящего кубка.	Игра на местности.
	4. «Курс на безопасность».	«Курс по самообороне».	Занятие.
	5. Стартинейджер «Тренер всегда впереди!»	Танцевальный марафон, с выполнением движений и импровизацией в такт музыки. Дети против тренеров. (совместное мероприятие)	Музыкальный батл.
5 день	«День футбола».		
17 августа	1. Спортивные игры.	Деление на команды по возрасту «Снайпер», «Баскетбол».	Спортивные игры.
	2. Чемпионат по футболу.	Деление каждого отряда по возрастам и гендерному различию, проведение игры.	Чемпионат.
	3. КТД «Спортивная пантомима».	Деление на разновозрастные команды, изобразить предложенную пантомиму (тема «спорт»).	КТД (Коллективное творческое дело).
	4. «Курс на безопасность».	«Курс по ПДД».	Занятие.

	4. Акция «Покорми животных».	Поход в «Кото-дом» с кормлением кошек.	Акция.
	6. Импровизация «Братья наши меньшие».	Игра посвящена «Всемирному дню бездомных животных».	Игра.
6 день	«День баскетбола».		
18 августа	1. Спортивные игры.	Деление на команды по возрасту «Снайпер», «Теннис».	Спортивные игры.
	2. Конкурс «Фирменная эмблема отряда и лагеря».	Просмотр презентации и создание «Фирменной эмблемы отряда» из подручных материалов. Логотип своей команды.	Обучающее занятие, лекция, беседа, КТД.
	3. Чемпионат по баскетболу.	Деление каждого отряда по возрастам, проведение игры «Баскетбол».	Спортивная игра.
	4. «Курс на безопасность».	«Курс по антитеррору».	Занятие.
	5. Своя игра «Спортивная эстакада».	Индивидуальное первенство с суммированием очков в команде.	Интеллектуальная игра.
7 день	«День волейбола».		
19 августа	1. Спортивные игры.	Деление на команды по возрасту «Волейбол», «Футбол».	Спортивные игры.
	2. Чемпионат по волейболу.	Деление каждого отряда по возрастам, проведение игры «Волейбол».	Чемпионат.
	3. «Курс на безопасность».	«Курс Айболита».	Занятие.
	4. Музыкальный конкурс «Песенный батл».	Деление на отряды. Состязание на лучшее исполнение песен о спорте под караоке с угадыванием песни. Первенство отряда.	Музыкальный конкурс.
8 день	«День шахматного турнира».		
20 августа	1. Спортивные игры.	Квест «Магия спорта» командная игра (разновозрастная).	Квест.
	2. Шахматный турнир.	Проведение шахматного турнира индивидуальное первенство между всеми заявившимися участниками.	Турнир.
	3. «Курс на безопасность».	«Курс юного туриста».	Занятие.

	4.Интеллектуальный блиц.	Чёткая градация команд по 3-м возрастным группам. Тема «Спортивные игры».	Интеллектуальная игра.
9 день	«День соревнования «Вызов принят».		
21 августа	1.Спортивные игры.	Деление на команды по возрасту «Баскетбол», «Теннис».	Спортивные игры.
	2.Спортивная игра «Вызов принят».	Деление на мальчиков и девочек, задание пройти полосу препятствий, набрав как можно больше баллов.	Туристическо-познавательная игра.
	3. «Курс на безопасность».	«Курс по самообороне».	Занятие.
	4.Ярмарка безопасности.	Приглашение служб безопасности: пожарных, полиции, газовая служба, скорая помощь. (игра по станциям).	Познавательная игра с беседой.
10 день	«День государственного флага РФ».		
22 августа	1.Торжественная линейка, посвящённая Дню Флага РФ.	Звучит гимн России и гимн Архангельской области. Поднятие флага РФ, Архангельской области, г. Няндомы и лагеря «Боровое».	Беседа.
	2.Проведение «Кросса Наций», посвящённого Дню Флага РФ.	Забег индивидуальный, старт через 20 секунд. Перед кроссом все дети проходят мед.осмотр, присутствие мед.работника обязательно.	Спортивное мероприятие.
	3.Выполнение рисунка или плаката на заданную тематику.	Просмотр презентации о символике флага. Тема рисунка «Символика флага в моём понимании» (15-17 лет, 10-14 лет, 7-9 лет), подведение результатов по возрастам.	Беседа, просмотр, конкурс.
	4.Презентация «История Российского флага» и «Государственные символы России».	Просмотр презентации объяснение в устной форме. Дискуссия на данную тему.	Лекция, дискуссия.
	5.Викторина для детей 7-10 лет «Россия - щедрая душа!», для детей 11-17 лет «История	Викторина, деление на команды по возрасту, вопросы для каждой команды разные.	Познавательная игра.



	Российского флага»		
	6. «Курс на безопасность».	«Курс Айболита».	Занятие.
	7. «День государственного флага России».	Праздничное мероприятие с выступлениями детей, с включением номеров детей на данную тему.	Концерт, с игровой программой.
	8. Знаменательные даты.	Знакомство с русским писателем Сергеем Григорьевичем Козловым (85 лет со дня рождения).	Беседа, показ презентации, видео ролик.
	9. Отрядные огоньки.	Заканчивается день «отрядными огоньками» с анализом мероприятий за день и включением гимнов Российской Федерации и Архангельской области.	Анализ дня.
11 день	«День игры».		
23 августа	1. Спортивные игры по группам.	Тренера совместно с детьми делятся на команды, и играют в спортивные игры.	Спортивные игры.
	2. Игротека «Чемпионы - вперед».	Игра в командах пройти полосу препятствий за лучшее время, во главе командующий тренер.	Спортивная игра на местности.
	3. «Настольные игры».	Играем в шахматы, шашки, «дубль», «уно», «свинтус» и т.д.	Настольные игры.
	4. ЛЭП.	Пение песен под гитару и караоке. Первенство между тренерами и ребятами.	Тематический вечер.
	4. «Курс на безопасность».	«Курс по антитеррору».	Занятие.
	5. Тренировка по антитеррору.	Приглашение служб по профилактике терроризма. Проведение учений на территории лагеря.	Познавательная беседа в игровой форме.
12 день	«День спортивных побед».		
24 августа	1. Спортивные игры.	Деление на команды по возрасту «Городки», «Волейбол».	Спортивные игры.
	2. Чемпионат по игре «мини-футболу».	Деление каждого отряда по возрастам, проведение игры «мини - футбол».	Чемпионат.
	3. Знаменательные даты.	День воинской славы России. День разгрома советскими	Беседа, показ презентации,

		войсками немецко-фашистских войск в Курской битве (1943).	видео.
	4.Игра «Арена».	Команды детей совместно с педагогами. Игра на захват флага, территорий и пленение соперников.	Командная игра.
	5. «Курс на безопасность».	«Курс по ПДД».	Занятие.
	6.КВН «Ура Победа!».	Юмористическое мероприятие с заранее разделёнными, смешанными командами детей.	Юмористическая, сюжетно – ролевая игра.
13 день	«День соревнований по городошному спорту».		
25 августа	1.Спортивные игры.	Деление на команды по возрасту «Теннис», «Футбол».	Спортивные игры.
	2.Чемпионат по игре «Городки».	Деление каждого отряда по возрастам, проведение игры «Городки».	Спортивные игры.
	3. «Курс на безопасность».	«Курс юного туриста».	Занятие.
	4.Конкурс «Мисс – русская краса».	Конкурсная программа среди девочек, вопросы и задания подбираются по возрастам.	Конкурс.
14 день	«День соревнований по настольному теннису».		
26 августа	1.Спортивные игры.	Квест «В поисках клада» командная игра (разновозрастная).	Квест.
	2.Чемпионат по теннису.	Первенство игры «Настольный теннис». Награждение по возрастам. Играют в общем зачёте.	Спортивные игры.
	3. «Курс на безопасность».	«Курс по самообороне».	Занятие.
	4.Конкурс «Мистер – мужественный красавчик».	Конкурсная программа среди мальчиков, вопросы и задания подбираются по возрастам.	Конкурс.
15 день	«День советского кино».		
27 августа	1.Спортивные игры.	Деление на команды по возрасту «Волейбол», «Футбол».	Спортивные игры.
	2.Чемпионат по дартсу.	Индивидуальное первенство «Чемпионат по дартсу».	Спортивные игры.
	3.Игра по станциям.	«Ура! Кинематограф» игра по станциям на основе советских фильмов.	Игра.

	4. «Курс на безопасность».	«Курс по ПДД».	Занятие.
	5.Игра «Торнадо».	Деление на смешанные команды.	Игра на местности.
	6.Тематическая вечеринка «Герой советского фильма».	Интерактивная игра. На данную вечеринку необходимо прийти как герой любого советского фильма.	Игра.
16 день	День истории «Вас снимает киноплёнка».		
28 августа	1.КТД.	1. Дети в течение всего дня (совместно с педагогами) делают фото и видео съёмку, после обрабатывают, в результате должен получиться «Видеоролик» и стенгазеты.	1.КТД, создание мини проекта.
	2. Караоке – батл.	Песенный марафон.	Марафон.
	3. «Курс на безопасность».	«Курс по антитеррору».	Занятие.
	4.Стартинейджер.	Танцы с играми.	Стартини.
17 день	«День наград».		
29 августа	1.Торжественная линейка.	Поднятие флага и прослушивание гимна.	Беседа.
	2.Мед.осмотр.	Измерение веса, роста, давления, силы.	Обследование.
	3.Игра по станциям.	Деление на команды, 6 станций, тематика «Спортивный калейдоскоп».	Игра по станциям.
	4.Спортивные игры.	Спортивные игры по выбору детей.	Спортивные игры.
	5.Викторина «Мы одна семья».	Деление на команды по выбору детей. Проведение викторины.	Викторина.
	6. «Курс на безопасность».	«Курс Айболита», «Курс юного туриста», «Курс по самообороне», «Курс по ПДД», «Курс по антитеррору».	Итоговое занятие.
	7.Торжественное мероприятие «Надежды России».	Выступление детей и педагогов, подведение итогов смены, награждение победителей.	Концертная программа, награждение.
	8.Дискотека.	Танцы под музыку.	Танцы.
18 день	«Закрытие олимпийских игр».		

30 августа	1.Операция «Уходя, оглянись».	Уборка территории корпусов, закрытие экрана настроек, заполнение анкет, обмен контактов.	Анкетирование трудовая деятельность.
	2.Ярмарка.	Каждый имеет возможность приобрести что-то на память, на свои заработанные «Боровички».	Экономическая игра.
	3.Отъезд домой.	Прощальные песни под гитару.	Круглый стол.

## Основные мероприятия программы

### Мероприятие «День Государственного флага России»

*Цель:* формировать у детей представление о стране, в которой мы живем, развивать познавательный интерес, эмоциональную восприимчивость, отзывчивость к государственным праздникам.

*Задачи:*

- воспитывать патриотические чувства, уважение к Государственному флагу России через художественное слово и музыку;
- воспитывать эмоционально-патриотическое отношение к символике России;
- расширять представления о Государственном флаге Российской Федерации, закреплять у детей знания о расположении цветов Российского флага и их символическом значении;
- вызвать у детей желание участвовать в празднике, стремление к победе, развивать ловкость и двигательные навыки;
- обогащать словарь детей (стяг, триколор, гимн, флаг, символ);
- развивать индивидуальное и коллективное творчество детей.

*В ходе мероприятия:*

- ✓ Номера детей с песнями, стихами и танцами о России;
- ✓ Творческое выступление педагогов;
- ✓ Командные разновозрастные игры:

Найти определения словам стяг, триколор, гимн, флаг, символ. Эстафетные игры (сборка флага и других символов государственной власти - разными способами, с выполнением различных спортивных препятствий). Коллективным творческим делом является создание и изготовление из подручных материалов флага лагеря «Боровое» и придумывание гимна.

### Традиции лагеря

#### 1. Звание «Герой дня»

Это звание может получить каждый из детей, который проявил себя с хорошей стороны, помогал и взрослым, и детям и был ответственным. Обязательное условие его должны выбрать сами ребята.

#### 2. Почта «Сорока»

Почта, где дети и взрослые (педагоги, родители) могут написать письмо любому человеку, проживающему в лагере. Разносится почта старшими детьми перед огоньками.

#### 3. Экономическая игра

Валюта – «Боровички» (зарабатываются детьми в течение всей смены, графики заработанных «Боровичков» вывешены в корпусах).

Ярмарка – последнее мероприятие смены, на котором можно приобрести, что хочется на заработанные «Боровички».

#### **4. Праздничное открытие и закрытие смены «Надежды России!».**

✓ Праздничное открытие смены начинается с приветственных слов, представления коллектива, с вставками заранее подготовленных номеров детей, девизами и названиями отрядов, а также знакомство с тематикой смены. Заканчивается праздник дискотекой.

✓ Закрытие смены включает в себя награждение ребят, занявших призовые места в мероприятиях лагеря, в спортивных зачётах и соревнованиях, подводятся итоги «ЗВЕЗДА ЛАГЕРЯ», а также награждаются ребята, подготовившие номера на открытие и закрытие лагеря. Заканчивается праздник дискотекой.

#### **5. «МИСС – русская краса», «МИСТЕР – мужественный красавчик»**

Все девчонки и мальчишки лагеря, имеют право, подать заявку на участие в конкурсе. Требования к конкурсантам:

✓ подготовить о себе: рассказ, презентацию или миниатюру (при помощи педагога);

✓ творческий номер: показ мод, стихотворение, песня, танец, плетение кос, рисование, игра на инструменте, выжигание по дереву, выпиливание лобзиком, всевозможные трюки (при поддержке педагога) и т.д.

#### **6. 22 августа - «День государственного флага Российской Федерации»**

В течение всего дня запланированы мероприятия, посвящённые этому событию.

✓ Дети встают и проводят целый день под музыку, посвящённую России;

✓ На зарядке, при пробежке и выполнении общеукрепляющих упражнений ребята должны собрать 22 флага Российской Федерации

✓ Линейка начинается с гимна России и гимна Архангельской области;

✓ Проведение «Кросса Наций» (во всех возрастных категориях), посвящённого дню флага Российской Федерации;

✓ После тихого часа дети смотрят презентацию о символике Российского флага и готовят рисунок или плакат на тему: «Символика флага в моём понимании» (15-17 лет, 10-14лет, 7-9 лет). Подведение результатов по возрастам

✓ Презентация на тему «История Российского флага» и «Государственные символы России»

✓ Викторина для детей 7-10лет «Россия – щедрая душа!», для детей 11-17лет «История Российского флага»

✓ Праздничное мероприятие по теме «День государственного флага России» (с включением номеров детей на данную тему, и формирования разновозрастных команд)

✓ Заканчивается день «отрядными огоньками» с анализом мероприятий за день и включением гимнов Российской Федерации и Архангельской области.

#### **7. 24-25 августа поездка на соревнования в Вельск у лыжников.**

В каждый год, 22 августа, проводится кросс. Дети, победившие в своей категории, а также любой желающий, могут принять участие в соревнованиях, готовятся к поездке 25 августа в г. Вельск.

### Режим дня

Время	1 отряд
7.30	Подъём детей
7.30 – 8.00	Гигиенические процедуры, уборка постели
8.00 – 9.00	Зарядка
9.00 – 9.15	Линейка
9.15 – 9.45	Завтрак
9.45 – 10.00	Уборка территории и комнат
10.00 – 10.30	Сбор на тренировку, инструктаж на день
10.30 – 12.00	1 Тренировка
12.00 – 13.00	Спортивные игры
13.00 – 13.30	Водные процедуры (Купание)
13.30 – 14.00	Обед
14.00 – 16.00	Тихий час
16.00 – 16.30	Полдник
16.30 – 18.00	2 Тренировка
18.00 – 19.00	Водные процедуры (Купание)
19.00 – 19.30	Ужин
19.30 – 21.30	Общее вечернее мероприятие
21.30 – 21.45	Поздник
21.45 – 22.15	Отрядные огоньки (подведение итогов дня, анализ)
22.15 – 22.30	Подготовка ко сну, гигиенические процедуры
22.30	Отбой

### III. Условия и ресурсы, необходимые для реализации программы.

#### Кадровое обеспечение:

Для всех работников, непосредственно работающих с детьми, обязательным является педагогическое образование, у медицинского работника – медицинское.

**1. Начальник лагеря** осуществляет общее руководство деятельностью лагеря; проводит инструктажи персонала лагеря по технике безопасности, профилактике травматизма; создает условия для проведения воспитательной и оздоровительной работы, обеспечивает ведение отчетной документации.

**2. Тренер-преподаватель** составляет индивидуальные маршруты детей, непосредственно осуществляет контроль инструктора по физической культуре, несёт ответственность за жизнь и здоровье детей, работает в тесном взаимодействии с медиком.

**3. Старший педагог-организатор** организует взаимодействие всех служб лагеря по реализации программы; осуществляет программное обеспечение лагеря, контроль и координацию служб по обеспечению жизнедеятельности лагеря; непосредственно руководит реализацией программы; контролирует соблюдение режимных моментов в лагере, санитарное состояние корпусов,

организацию дежурства отрядов по столовой и приема пищи; проводит методические планерки, консультации для вожатых; создает методическую продукцию.

**4. Инструктор по физической культуре** проводит утренние зарядки, спортивные часы и соревнования; оказывает помощь в проведение купания детей; контролирует соблюдение режима водных и солнечных процедур, правильное использование и сохранности спортивного инвентаря.

**5. Спасатель на водных объектах** организует безопасность при купании детей, непосредственно присутствует при проведении купания детей; контролирует соблюдение режима водных и солнечных процедур, следит за временем и корректирует зону плавания по возрастам, отвечает за жизнь и здоровье детей.

**6. Медицинский работник** планирует и организует лечебно-оздоровительную, профилактическую и санитарно-просветительскую работу; осуществляет медицинские осмотры; наблюдает за состоянием здоровья детей, ведет документации; контролирует работу пищеблока, проводит ежедневный амбулаторный прием с целью оказания первой медицинской помощи, выявление заболевших детей, организует лечение и уход за детьми; осуществляет контроль за санитарным состоянием пищеблока, корпусов, территории лагеря.

**7. Воспитатели, педагоги-организаторы** проводят работу по реализации программ смен; работают с органами детского самоуправления лагеря; разрабатывают, готовят и проводят коллективно-творческие дела, вечерние мероприятия; анкетировать, тестируют, проводят психолого-педагогические наблюдения за участниками программы; оказывают практическую помощь старшему педагогу организатору в подготовке и проведении общих мероприятий; обеспечивают охрану жизни и здоровья детей; контролируют соблюдение формы одежды, обуви по сезону; в первые 2 дня заезда - щадящий режим физических и эмоциональных нагрузок на детей; контролируют соблюдение режимных моментов, личной гигиены каждого ребенка, питьевого режима; оказывают помощь медицинским работникам в выявлении заболевших детей и выполнении медицинских назначений; организуют жизнедеятельность своего отряда, планируют работу в течение смены, ведут педагогическую документацию (табеля пребывания детей, дневника отряда); наблюдают за сменой настроения детей.

**8. Аккомпаниатор** обеспечивает техническое сопровождение мероприятий; оказывает практическую помощь старшему педагогу организатору, воспитателям в подготовке и проведении общих и отрядных мероприятий.

**9. Специалисты** к ним относятся тренеры, осуществляющие походы, ветераны военных действий, медики, пожарные, социальные службы, электрики, росгвардия, т.е. специалисты, отвечающие за своё направление. Они обеспечивают чёткую систему занятий по принципу «От простого к сложному» по всем имеющимся дисциплинам, а именно: общественно-государственная подготовка, тактическая подготовка, огневая подготовка, военная топография

(туристская подготовка), военно-медицинская подготовка, общевойсковые уставы, строевая подготовка, физическая подготовка, вариативный компонент.

### **Методы обучения.**

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

**Технология дифференцированного обучения** – это технология 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.

### **Материально-техническое оснащение:**

Для обеспечения реализации программы в наличии имеется 2 жилых детских корпуса на 4 комнаты, оборудованные холодным и горячим водоснабжением, санитарным узлом. Имеются спортивные площадки для игры в мини-футбол, волейбол и баскетбол, беседки, игровая площадка, беговая дорожка (тропа здоровья). Для обеспечения питания и создания, комфортных санитарно-бытовых условий имеется столовая, душевые, медпункт, изоляторы. В лагере имеется собственный оборудованный пляж.

В лагере имеется техническое оборудование: музыкальная аппаратура, мультимедийный проектор, экран, DVD-проигрыватель, ноутбук, нетбук, принтер, сканер, видеокамера, фотоаппарат.

Для творчества детей в достаточном количестве имеются канцелярские товары и другие расходные материалы: офисная бумага, клей, скотч, ватман, писчая бумага, краски, кисточки, ножницы, карандаши, фломастеры, ручки, цветная бумага, картон, мел и т.д., картриджи, диски CD, DVD.

В достаточном количестве имеется спортивный инвентарь: мячи (баскетбольные, футбольные, волейбольные), сетки, кегли, обручи, скакалки, ракетки, теннисные шарики, шахматы, шашки, лапта с мячом для неё, бадминтон и т.д.

### **Информационно-методические:**

- ✓ Программа «НАДЕЖДЫ РОССИИ!»
- ✓ Должностные инструкции всех участников процесса, проведение установочного совещания для всех работающих в начале лагерной смены, проведение планёрок по окончании дня
- ✓ Подбор методических разработок в соответствии с планом работы.
- ✓ Разработка системы отслеживания результатов и подведения итогов.

### **IV. Ожидаемые результаты**

В результате реализации программы, по формированию разносторонне развитой личности, через спортивно-тренировочную, игровую и познавательную деятельность её участники получают определённые знания,



умения и навыки, которые обеспечат достижение воспитанниками дифференцированных результатов и позволят расширить свои знания о физической культуре и спорту. Снижение уровня заболеваемости, путём повышения сопротивляемости организма. Улучшение эмоционального и физического состояния. Научатся взаимодействовать с друг другом, оказывать помощь при первой возможности и станут одним сплочённым коллективом. Ребята проявят интерес к участию в спортивных играх и физических упражнениях, а также достигнут определённых побед в спорте. Спортивные отряды занимаясь традиционным лыжным спортом и футболом, тренируясь по системе и выигрывая соревнования, они повышают интерес других детей к традициям большого спорта.

### Диагностические методики

Анкетирование, наблюдение, тестирование, соревнования, спектакли.

#### 1. АНКЕТА (в начале лагерной смены)

Мы снова вместе! Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

- ✓ Твои первые впечатления от лагеря?
- ✓ Что ты ждёшь от лагеря?
- ✓ Знаешь ли ты, что такое проектная деятельность?
- ✓ Владеешь ли ты техническими навыками при использовании ноутбука, фотокамеры?
- ✓ Есть ли у тебя идеи, как сделать жизнь в нашем лагере интересной и радостной для всех?
- ✓ В каких делах ты хочешь участвовать?
- ✓ Что тебе нравится делать?
- ✓ Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других?
- ✓ Кто твои друзья в лагере?
- ✓ Твои любимые треки?
- ✓ Твой любимый фильм и мультфильм?

Пожалуйста, закончи предложения (фразы):

Я приехал в лагерь, потому, что.....

Я не хочу, чтобы.....

Я хочу, чтобы.....

Я боюсь, что.....

Пожалуйста, напиши также:

Имя..... Фамилия.....

#### 2. АНКЕТА (в конце лагерной смены)

- ✓ Что ты ожидал (а) от лагеря?
- ✓ Что тебе понравилось в лагере?
- ✓ Что тебе не понравилось?
- ✓ С кем из ребят ты подружился?
- ✓ Какие из мероприятий лагеря понравились тебе больше всего? Почему?
- ✓ Какие мероприятия ты будешь рад увидеть в лагере в следующую смену?

- ✓ Было ли скучно в лагере?
- ✓ Было ли тебе страшно? Почему?
- ✓ Жалеешь ли ты о чем-то, что произошло за время пребывания в лагере?
- ✓ Что из того, что ты получи(а) в лагере, ты можешь использовать в своей повседневной жизни уже сейчас?
- ✓ Что бы ты хотел(а) пожелать себе?
- ✓ Что бы ты хотел(а) пожелать другим ребятам?
- ✓ Что бы ты хотел(а) пожелать педагогам?
- ✓ Самое важное событие в лагере? Было или оно?
- ✓ Можно ли сказать, что ты чему-то научился в лагере?
- ✓ Закончи предложения:
- ✓ Я рад, что .....
- ✓ Мне жаль, что.....
- ✓ Я надеюсь, что.....
- ✓ Твое имя, фамилия и автограф на память \_\_\_\_\_

### Список литературы

1. Афанасьев С.П., Коморин С.В. «Чем занять детей в пришкольном лагере или 100 отрядных дел». Методическое пособие. Кострома: РЦНИТ «Эврика» - М., 1998.
2. Беляков Ю.Д. «Командные игры-испытания». Сборник игр. КИПАРИС-8. М.: Педагогическое общество России, 2004.
3. Барышникова Г.А. «Будни и праздники в детском оздоровительном лагере». Настольная книга вожатого. М., – 2007
4. Григоренко Ю.Н. «КИПАРИС 2». М.: Педагогическое общество России, 2000.
5. Григоренко Ю.Н. «КИПАРИС». М.: Педагогическое общество России, 2005.
6. Куприянов Б.В., Рожков М.И., Фришман И.И. «Организация и методика проведения игр». - М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2001.
7. Красичкова А.П. авт.-сост. «Копилка вожатого: проблемы эффективного взаимодействия с детьми» – Волгоград: Учитель, 2007.
8. Маленкова Л.И. «Как вести за собой» Большая книга вожатого. - М., 2004.
9. Титов С.В. «Здравствуй, лето! Мероприятия в детском загородном лагере». – Волгоград: Учитель, 2004.
10. Усыкин Г.С. «Игры и соревнования юных туристов». - М., 1996.
11. Шмаков С.А. «Игры-шутки, игры-минутки». - М., 1993