

Муниципальное бюджетное учреждение  
«Спортивная школа «Юность»»  
(МБУ СШ «Юность»)

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора  
по спортивной и методической работе  
МБУ СШ «Юность»



А.В. Таюрская

ПРОГРАММА  
лагеря с дневным пребыванием детей «Юность» – 2022  
на базе МБУ СШ «Юность»  
«Планета спорта»

---

Разработчик программы:

Д.В. Тархова – инструктор-методист  
физкультурно-спортивной организации

г. Зеленогорск  
2022 год

## Паспорт программы

Название лагеря	«Юность» – 2022
Вид лагеря	Лагерь с дневным пребыванием детей
Тип лагеря	Спортивно-оздоровительный
Форма организации лагеря	Стационарный
Сроки проведения лагеря	01-24 августа 2022 год
Количество дней (фактического пребывания)	21 календарный день
Количество детей (из них особых категорий)	Общее количество детей – 116 человек
Возраст детей	7-15 лет
Количество взрослых	Руководитель лагеря – 1 чел. Заместитель директора по спортивной и методической работе – 1 чел. Инструктор по спорту – 1 чел. Тренер – 8 чел. Медицинская сестра – 2 чел.
Место проведения лагеря (полный почтовый адрес пребывания лагеря или близлежащего населенного пункта)	663690, Красноярский край, г. Зеленогорск, ул. Комсомольская, 22
Полная стоимость путевки, в том числе: – из местного бюджета – родительская плата	30% от стоимости путевки
Физкультурно-спортивная организация (полное наименование учреждения, юридический адрес, ФИО директора)	Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивная школа «Юность» (МБУ СШ «Юность») 663690, Красноярский край, г. Зеленогорск, ул. Комсомольская, 22 Дьяченко Виктор Владимирович
Руководитель лагеря (должность, место работы, контактный телефон, сотовый телефон)	Тархова Дарья Викторовна инструктор-методист физкультурно-спортивной организации, МБУ СШ «Юность» Раб. тел. 8 (39169) 3-50-40 daria.tarkhova@mail.ru

## Пояснительная записка

Летние каникулы составляют значительную часть свободного времени детей. Этот период наиболее благоприятен для развития их творческого потенциала, совершенствования личностных возможностей, вхождения в систему социальных связей, воплощения собственных планов, интересов в лично значимых сферах деятельности, удовлетворения индивидуальных потребностей в движении, активном отдыхе.

В последнее время в условиях сложной экономической и социальной обстановки в обществе спортивная школа становится определяющей в плане возможностей ребенка адаптироваться к условиям и требованиям современной жизни через занятия избранным видом спорта.

Лагерь призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей, он является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой – пространством для оздоровления, спортивного развития, социального творчества.

### Содержание программы (образовательный компонент)

#### Актуальность программы:

Здоровье, хорошее самочувствие и настроение – залог успеха в любом деле. Так, для успешного обучения в школе детям необходимы не только знания и эрудиция, но и достаточный запас здоровья, уровень развития физических качеств, бодрость духа и большой запас хорошего настроения. Все эти ресурсы они должны пополнить за время летних каникул, набраться сил, энергии и ярких впечатлений на предстоящий учебный год.

Самый оптимальный детский отдых в летние каникулы ребенку обеспечит лагерь с дневным пребыванием детей на базе спортивной школы, где ребенок не только приобщается к здоровому образу жизни, но разнообразит свой досуг культурно-массовыми и спортивными мероприятиями. Мероприятия предусматривают комплекс условий и действий, обеспечивающих восстановление и укрепление здоровья средствами физической культуры, полноценного питания, благоприятного психологического климата.

Разнообразные формы организации: развлекательные, спортивные мероприятия, тренировочные занятия, творческие дела, беседы, просмотр видео и фото архива позволяют формировать общечеловеческие и личностные качества детей и подростков. В летнем лагере с дневным пребыванием «Планета спорта» в летний период с обучающимися продолжается работа по решению задач физкультурно-спортивного направления, непрерывности тренировочного процесса, расширению технико-тактического мастерства.

Разработка данной программы организации каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей была вызвана:

- необходимостью реализации учебных программ по видам спорта в разделе теоретической подготовки;
- продолжения непрерывного тренировочного процесса, проведение тренировочных занятий по видам спорта в условиях спортивного лагеря;
- необходимостью физического и психологического восстановления после годичного тренировочного процесса.

#### Цель программы:

Воспитание сознательного отношения обучающихся к укреплению своего здоровья, к личному уровню физической подготовки и максимальному раскрытию своих способностей в период летней оздоровительной работы.

### **Задачи программы:**

1. Обеспечение занятости в летний период.
2. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма.
3. Воспитание бережного отношения к собственному здоровью.
4. Развитие творческого, интеллектуального потенциала ребенка, включение его в развивающую коллективную деятельность.
5. Формирование коммуникативных навыков ребёнка, дружеских отношений.

### **Целевая группа – участники образовательной программы:**

Программа рассчитана на детей в возрасте 7-15 лет, занимающихся полиатлоном, шахматами, футболом, пауэрлифтингом, регби, хоккеем.

Основное направление их деятельности – совместный активный, творческий отдых, общение, развитие и проявление своих способностей в различных областях творческой деятельности на основе проведения комплекса спортивных, образовательно-воспитательных мероприятий.

### **Программа выполняет следующие функции:**

1. Оздоровительная – направлена на отдых и укрепление здоровья через подвижные игры, спортивные состязания и другие виды деятельности на свежем воздухе и на воде.
2. Социально-досуговая – находясь в лагере, ребенок включен во взаимоотношения с незнакомыми сверстниками и взрослыми.
3. Воспитывающая – формирование качеств личности в игровых моментах, в моделях жизненных ситуаций.
4. Развивающая – активизация резервных возможностей организма.
5. Обучающая – развитие познавательных и организаторских качеств: внимания, фантазии, памяти.
6. Развлекательная – создание благоприятной атмосферы пребывания в лагере, превращение любой деятельности, даже скучной на первый взгляд в увлекательные приключения.

### **Основное содержание программы:**

Программа формируется с учетом контингента участников, разноплановых интересов и увлечений детей, представляя каждому участнику проявить не только свои таланты и способности, но и приобрести новые увлечения, повысить свои спортивные результаты.

Работа детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием состоит из комплекса воспитательных, физкультурно-оздоровительных мероприятий.

### **1 блок – оздоровительные и профилактические мероприятия, приобщение к здоровому образу жизни:**

– проведение общеоздоровительных, закаливающих мероприятий. Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10-15 минут: 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;

- соблюдение режима дня;
- обеспечение рационального питания;
- беседы по профилактике вредных привычек и наркомании;
- беседы о безопасности дорожного движения;

- организация двигательной активности, оптимальная смена видов деятельности.

## **2 блок – развлекательно-познавательный:**

- викторины;
- подвижные игры;
- конкурсы на спортивную тематику.

Подвижные игры включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Они способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а коллективные игры – еще и воспитанию дружбы.

## **3 блок физкультурно-спортивный:**

- тренировочные занятия по видам спорта;
- спортивно-физкультурные мероприятия;
- спортивные состязания.

### **Нормативно-правовое обеспечение**

Программа разработана с учетом следующих законодательно-правовых документов:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Конвенция о правах ребенка.
3. Федеральный закон Российской Федерации от 06.10.2003г. N 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», с изменениями.
4. Закон Российской Федерации от 10.07.1992 № 3266-1 «Об образовании», с изменениями.
5. Федеральный закон Российской Федерации от 07.02.1992г. N 2300-1 «О защите прав потребителей», с изменениями.
6. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998г. N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», с изменениями.
7. Федеральный закон Российской Федерации от 30.03.1999г. №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», с изменениями.
8. Федеральный закон Российской Федерации от 04.12.2007г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
9. Федеральный закон Российской Федерации от 24.06.1999г. N 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», с изменениями.
10. СанПиН 2.4.4.2599-10 «Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул».
11. СанПиН СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
12. Министерство образования Российской Федерации приказ от 13 июля 2001г. N 2688 «Об утверждении порядка проведения смен профильных лагерей, лагерей с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха».
13. Иные федеральные, краевые и муниципальные правовые нормативные акты, регламентирующие качество предоставления организованного отдыха обучающихся (воспитанников) образовательных учреждений в каникулярное время.

## Материально-техническое обеспечение программы

Группы лагеря с дневным пребыванием «Юность» – 2022 располагаются:

### Отделение полиатлона:

- стадион «Труд».

### Отделение футбола:

- футбольное поле стадиона «Юность».

### Отделение пауэрлифтинг:

- Дом спорта «Олимпиец» (зал штанги); Дом спорта «Факел» (зал силовой подготовки).

### Отделение шахмат:

- шахматный клуб «Каисса».

### Отделение регби:

- стадион «Труд».

### Отделение хоккея:

- хоккейный корт «Сибирь».

## Механизмы реализации программы лагеря

Материально-технические условия:

- стадион «Труд»;
- футбольное поле стадиона «Юность»;
- Дом спорта «Факел»;
- шахматный клуб «Каисса»;
- медицинский кабинет (2 шт.);
- пункты питания.

## Спортивный инвентарь и оборудование:

№ п/п	Наименование	Количество
1	Спортивный инвентарь	В соответствии с требованиями по видам спорта
2	Мультимедийный комплекс	1
3	Ноутбук	1
4	Ксерокс	2
5	Магнитофон	1
6	Видео и фотоаппарат	1
7	Канцтовары	По необходимости

## Мероприятия, направленные на обеспечение безопасности жизнедеятельности:

### План противопожарных мероприятий

1. Изучение плана эвакуации на случай пожара.
2. Знакомство с первичными средствами пожаротушения.
3. Проведение инструктажа с занимающимися под роспись в журнале.

### План санитарно-эпидемиологических мероприятий

1. Наличие справки о состоянии здоровья детей, содержащей сведения об отсутствии в течение 21 календарного дня контактов с больными инфекционными заболеваниями.
2. Наличие медицинского страхового полиса.
3. Режим дня лагеря с дневным пребыванием детей, утвержденный руководителем лагеря (8:30-14:30).
4. Наличие медицинских книжек, согласно требованиям (для педагогического состава и других работников лагеря).
5. Дезинфекция и дератизация мест занятий.

### Описание социально-бытовых условий

Дети находятся на спортивных базах МБУ СШ «Юность», в которых имеются специализированные спортивные залы для проведения спортивных мероприятий, места для отдыха и досуга.

Питание детей организуется на базе столовой МБОУ «СОШ № 176», кафе «Парус». Контроль за питанием осуществляется медицинскими работниками лагеря. Меню разрабатывается с учетом возрастных особенностей детей-спортсменов. Питание 2-х разовое.

Режим дня для участников лагеря предусматривает продолжение тренировочного процесса в рамках лагеря, на основании учебного плана, максимальное пребывание детей на открытом воздухе, проведение оздоровительных, физкультурно-спортивных и культурных мероприятий.

План мероприятий разработан с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья подростков, корректируется в зависимости от погодных условий и учебно-тренировочного процесса.

### Описание природных и экологических условий

Стадион «Труд», шахматный клуб «Каисса» находятся в экологически чистом районе города вблизи зеленого массива (сосновый лес), в котором проведена противоклещевая обработка.

Футбольное поле с искусственным покрытием «Юность» расположено в 40-50 м от водоема, что дает возможность участникам лагеря при благоприятных погодных условиях принимать воздушные и водные ванны.

Проведение физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий будет осуществляться как на открытом воздухе (с учетом погодных условий) на зеленой территории, расположенной около спортивных баз, так и в спортивных залах.

### Кадровое обеспечение

№ п/п	Позиция в команде	Обязанности в реализации программы	ФИО	Примечание
1.	Руководитель лагеря	– организация и проведение лагеря с дневным пребыванием детей – реализация программы	Тархова Дарья Викторовна	Инструктор-методист физкультурно-спортивной организации
2.	Заместитель директора по спортивной и методической работе	– реализация программы	Таюрская Алина Владиковна	Заместитель директора по спортивной и методической работе
3.	Инструктор по спорту	– реализация программы	Хоролич Игорь Александрович	Инструктор по спорту
4.	Тренер	– проведение тренировочных занятий, спортивно-массовых мероприятий	8 чел.	Тренеры МБУ СШ «Юность»
5.	Медицинский работник	– контроль над организацией и качеством питания – оказание первой медицинской помощи	Авдеева Любовь Александровна Нестеренко Любовь Федоровна	Медицинские сестры МБУ СШ «Юность»
6.	МОП		7 чел.	

## Принципы и условия построения процесса детско-взрослого взаимодействия

### Принцип индивидуальности

Создание условий для формирования индивидуальности у ребенка. Индивидуальная и коллективная творческая деятельность позволяет определить и развивать индивидуальные особенности учащегося и уникальность тренировочной группы. Благодаря творчеству ребенок проявляет свои способности, узнает о «сильных» сторонах своей личности. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной «Я – концепции» личности обучающегося, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самосовершенствованию своего «Я».

### Принцип доверия и поддержки

Отказ от идеологии и практики авторитарного по характеру учебно-воспитательного процесса, присущего педагогике насильственного формирования личности ребенка. Обогащение арсенала педагогической деятельности гуманистическими личностно-ориентированными технологиями обучения и воспитания учащихся. Вера в ребенка, доверие ему, поддержка его устремлений к самоорганизации и самоутверждению должны прийти на смену изменений требовательности и чрезмерного контроля со стороны тренера.

При выборе форм и методов работы приоритетны: спортивная, оздоровительная и образовательная деятельность, направленная на развитие ребенка.

Использование методов коллективной творческой деятельности и игровых форм работы помогает формированию коллектива, обучает правилам общения и приспособляемости к новым условиям.

Формы работы:

1. Использование различных игровых моделей соперничества и сотрудничества.
2. Модификация спортивных игр.
3. Изобретение новых игр, формирование банка идей.
4. Творческое выполнение физических упражнений.
5. Коллективные творческие занятия.

### Расписание смены (план-сетка основных мероприятий)

Неделя	Образовательные мероприятия	Культурно-досуговые мероприятия	Оздоровительные мероприятия
01-06.08	Проведение инструктажей с обучающимися на тему: «Правила дорожного движения»  Просмотр видеоролика «О правилах поведения в общественных местах»  Круглый стол, посвященный здоровью, здоровому образу жизни, профилактике вредных привычек.	Открытие лагеря с дневным пребыванием детей «Юность-2022»  Посещение кинотеатра «МИР»	Ежедневно: - зарядка; - воздушные и солнечные ванны.  Тренировочные занятия.  Спортивные игры.
08-13.08	Профилактическая беседа с обучающимися на тему: «Моя безопасность»	Творческий конкурс рисунков «Спорт – это...»  Викторина «Мы ЗА!»	Ежедневно: - зарядка; - воздушные и солнечные ванны.



	Просмотр видеоролика «О вредных привычках»	здоровый образ жизни»  Посещение кинотеатра «МИР»	Тренировочные занятия.  «Весёлые старты», посвященные празднованию Дня физкультурника
15-20.08	Проведение инструктажей с обучающимися на тему: «Противопожарной безопасности»  Просмотр видеоролика «Последствия воздействия человека на природу»	Посещение кинотеатра «МИР»  Закрытие лагеря с дневным пребыванием детей «Юность» - 2022	Ежедневно: - зарядка; - воздушные и солнечные ванны.  Тренировочные занятия.  Комплексная Спартакиада среди воспитанников МБУ СШ «Юность» (в рамках летнего лагеря с дневным пребыванием детей)

**Ожидаемые результаты:**

Результаты работы лагеря – положительная динамика роста показателей развития физического воспитания обучающихся по следующим критериям:

- рациональная организация досуга;
- воспитание физических качеств, совершенствование двигательных умений и навыков по видам спорта;
- формирование ответственного отношения к тренировочному процессу, успешная сдача контрольно-переводных нормативов;
- формирование ответственного отношения к здоровому образу жизни, представление о здоровом образе жизни и пагубном влиянии вредных привычек на организм человека;
- развитие коммуникативных навыков;
- приобретение детьми и подростками навыков партнерского общения, развитие личностного потенциала;
- прирост результатов физической подготовленности и адаптационных функций организма спортсменов (функциональные пробы, тесты спортивной подготовленности).