

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МАУДО  
«ДЮСШ» п. Парфино  
от 17.04.2023 № 26

**Программа**  
**Спортивно-оздоровительного лагеря дневного пребывания**  
**детей «Олимп» на базе Муниципального автономного**  
**учреждения дополнительного образования**  
**«Детско-юношеская спортивная школа» п. Парфино**  
**(Лагерь дневного пребывания детей «Олимп»)**

Программа рассчитана на детей  
7-17 лет

Срок реализации программы:  
с 01.06.2023 по 21.06.2023

Разработчики программы:  
Директор МАУДО «ДЮСШ»  
п. Парфино Полявин С.А.  
Педагог-организатор МАУДО «ДЮСШ»  
п. Парфино  
Матвеева С.Ю.

Парфино  
2023 год

## Пояснительная записка

«О спорт! Ты - мир»  
Пьер де Кубертен

Спорт высших достижений и «спорт для всех» логично назвать «моделью жизни». Спорт дает нам возможность как бы побывать в тех жизненных ситуациях, в которых присутствуют и дружба и жесткое соперничество. Но только происходит это не в настоящей, а в спортивной, игровой обстановке.

Спорт – как бы борьба. В принципе состязания, борьба в крови у современного человека. Такова уж наша натура. Игра, которую спорт предлагает нам взамен настоящей жесткой борьбы, делает его исключительно привлекательным, а главное – гуманным, человечным, то есть добрым занятием.

Успех в спорте почти исключительно зависит от личных способностей, знаний, воли, настойчивости, беззаветного труда на тренировках.

А еще спорт обладает огромными объединительными возможностями. Это значит, что во время совместных тренировок, соревнований у спортсменов, занимающихся и просто увлекающихся спортом, невольно возникает чувство товарищества, сотрудничества, общности.

Спорт поможет понять, без посторонней помощи, чего ты действительно стоишь. И даже не столько в том смысле, кого ты сумел положить на лопатки, сколько в том, как ты смог побороть свою лень, на сколько сегодня стал упорнее и сильнее чем вчера.

Есть такое обобщающее слово «спортивность». Тут и физическое развитие, и физическая подготовленность, спортивное мастерство, смелость, решительность, настойчивость, упорство в достижении цели. Все эти качества необходимы подрастающему поколению в достижении спортивных успехов, а также для укрепления своего здоровья.

Россия – является одной из самых спортивных держав Мира. Наши спортсмены добились больших успехов на соревнованиях Олимпийских игр, мировых и европейских.

Национальный Олимпийский комитет совместно со спортивными организациями страны ведет большую работу по претворению в жизнь различных спортивных программ и в стране, и на международном уровне.

Примером этого являются «Всемирные юношеские игры» (1998г) в Москве, участие команды паралимпийцев в мировых первенствах.

Большой вехой в развитии спорта в нашей стране послужило проведение XXII Летних Олимпийских игр в Москве, XXII зимние

Олимпийские игры в Сочи – 2014 года, первенство Мира по футболу 2018 году.

Летние каникулы составляют значительную часть годового свободного времени школьников.

В этот период необходимо обеспечить детям полноценный отдых в связи с тем, что не все родители имеют возможность отправить детей в загородные лагеря, предоставить ребенку максимальные условия для полноценного отдыха и укрепления здоровья.

Большое количество детей имеет ослабленное здоровье и расположенность к заболеваниям.

В связи с этим на базе МАУДО «ДЮСШ» п. Парфино в летнее время открывается Спортивно-оздоровительный лагерь дневного пребывания детей «Олимп» на базе Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» п. Парфино.

Данная программа по своей направленности является профильной (специальной), то есть с одним основным направлением деятельности, но это определение достаточно условно, так как кроме спортивной деятельности дети будут заниматься и другими видами творчества.

Виды деятельности:

1. Оздоровление детей путем проведения утренней зарядки и учебно-тренировочного процесса;
2. Проведение спортивных мероприятий;
3. Проведение викторин и конкурсов по спортивной тематике.

Реализуется в течение одной лагерной смены по отдельному плану.

Планируется открыть в лагере 5 отрядов в количестве 51 человека.

Основной состав лагеря – это учащиеся 7-17 лет.

Деятельность учащихся во время работы «лагеря «Олимп» осуществляется в разновозрастных отрядах.

### **Общие сведения**

Лагерь располагается в здании МАУДО «Детско-юношеская спортивная школа» п. Парфино, в котором есть все необходимое для работы спортивного лагеря. Спортивный зал размером 11,42x26,43 кв. м, и легкоатлетический манеж размерами 11,45x47,75 кв. м. Две оборудованные раздевалки на 25 мест каждая с душевыми кабинами, туалеты.

Лагерь работает в одну смену, с охватом 51 человек. Продолжительность смены 21 день. Участниками являются учащиеся МАУДО «ДЮСШ» п. Парфино.

### ***Питание***

Для участников лагеря организовано двухразовое питание в столовой МАОУСШ п. Парфино, отвечающее санитарным нормам.

Медицинское обслуживание

В лагере имеются 5 аптек. Они имеют все необходимое для оказания первой медицинской помощи. На основании договора медицинское обслуживание учащихся осуществляется ГОБУЗ «Старорусская ЦРБ филиал п. Парфино».

### ***Штат лагеря***

Штат лагеря состоит из:

- штатных сотрудников МАУДО «ДЮСШ» п. Парфино;

Лагерь «Олимп» работает 18 лет. Результаты работы лагеря – положительная динамика роста показателей по следующим критериям развития физического воспитания учащихся МАУДО «ДЮСШ» п. Парфино:

- число учеников ведущих здоровый образ жизни, активно участвующих в спортивных соревнованиях различного уровня;
- увеличилось число участников спортивных секций ДЮСШ;
- спортивные результаты и достижения воспитанников ДЮСШ на районном и областном уровне.

Программа лагеря «Олимп» разработана с учетом законодательных нормативно-правовых документов:

- Конституции РФ
- Законом «Об образовании»
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24.07.1998г. № 124-ФЗ

**Цель:** создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценный отдых детей, их оздоровление, физическое развитие, спортивное и творческое мастерство.

### **Задачи:**

- организовать систему тренировочных, оздоровительных и спортивных мероприятий, связанных с профилактикой распространенных заболеваний у детей;
- способствовать укреплению навыков здорового образа жизни;
- раскрыть спортивный и творческий потенциал детей, путем вовлечения их в развивающую коллективную и индивидуальную деятельность;
- развить различные формы общения между детьми разных возрастных групп и между учащимися и наставниками на основе взаимопонимания и взаимоуважения;
- способствовать воспитанию чувства коллективизма и взаимовыручки у детей в летних лагерях.

## Основное содержание программы лагеря «Олимп»

№	Название блока	Дата	Краткое описание
1	«Максимум спорта, максимум смеха! Так мы быстрее добьемся успеха.»	В течение лагерной смены с 8.30 до 13.30	Проведение утренней гимнастики, тренировочные занятия, спортивные соревнования, сдача нормативов ГТО, беседы по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании, допинга, подвижные игры.
2	«Зеленый мир»- охрана окружающей среды, изучение родного края.	1 раз в смену	Пешеходные прогулки, экскурсии.
3	«Спорт – это здоровье, знание, творчество»	3 раза в смену	Проведение конкурсов, викторин по спортивной и олимпийской тематике, истории ГТО, о первом полете человека в космос
4	«Педагог и ученик – единое целое в достижении цели» (психолого-педагогический)	Весь период	Построение взаимоотношений между педагогами и детьми, отношение в коллективе к достижению поставленных целей и задач

## Механизмы реализации программы.

### **1. Подготовительный этап включает:**

- подбор кадров,
- комплектация летнего лагеря,
- разработка документации.

### **2. Организационный этап включает:**

- выявление, постановка целей и задач в коллективе,
- формирование законов и условий совместной работы.

### **3. Основной этап включает реализацию основных положений программы:**

- Родители, дети, тренеры- преподаватели, педагог-организатор
- тренируются, познают, отдыхают, соревнуются;
  - помогают в организации и проведении внутришкольных, районных мероприятий;
  - укрепляют свое здоровье;
  - учатся справляться с отрицательными эмоциями, преодолевать трудные жизненные ситуации;
  - развивать способность доверять себе и другим.

Во время реализации программы учащиеся оформляют стенд «Спортивная жизнь отряда».

### **4. Заключительный этап:**

- Психолого-педагогический анализ результатов работы за смену. Немаловажную роль в жизни лагеря играет «зеркало настроения». В каждой команде выбирается капитан, который в конце дня отмечает настроение всей команды. Это оформляется следующим образом:
1. Мы сегодня веселы – наигрались от души! Детям в течение дня было комфортно, весело, получили много эмоций (для обозначения этого настроения дети рисуют яркое желтое солнышко).
  2. Нам веселье не помеха – мало сегодня было смеха! Дети испытали небольшой дискомфорт из-за непогоды, питания или конкурсов (для обозначения этого настроения дети рисуют маленькое желтенькое солнышко и маленькую синюю тучку).
  3. Грусть сегодня одолела, и печаль на шею села! Дети испытали разочарование, недовольство (для обозначения этого настроения дети рисуют черную тучку).
- При помощи зеркала настроения можно пронаблюдать перепады настроения детей, выявить наиболее перспективные моменты в ролевой игре, а также негативные моменты.

## Критерии эффективности реализации программы

Чтобы оценить эффективность данной программы с воспитанниками лагеря проводится постоянный мониторинг, промежуточные анкетирования. Каждый день ребята заполняют экран настроения, что позволяет организовать индивидуальную работу с детьми. Разработан **механизм обратной связи**.

**Мониторинг-карта** – форма обратной связи, которая позволяет судить об эмоциональном состоянии детей ежедневно. Это итог дня. В конце дня отряды заполняют мониторинг-карты, записывая туда позитив и негатив за день, благодарности, предложения. В конце дня и недели педагоги анализируют качество и содержание своей работы по результатам обратной связи.

### Анкета

- Ты с удовольствием идёшь утром в лагерь?
- Если тебе интересно в лагере, то что больше всего нравится: играть, утренняя гимнастика, тренировка, поход, соревнования или что-то ещё?
- Чему ты научился в лагере: играть в шашки, шахматы, теннис и др. или что ещё?
- Если бы тебе разрешили, что бы ты делал в лагере целый день?
- Чего нет в лагере, чего бы ты хотел?
- Ты пойдёшь на следующий год в лагерь? Если не пойдёшь, то почему?
- Что ты рассказываешь дома о лагере?
- Нравится ли тебе, как кормят и готовят в лагере? Поставь оценку повару: (от «пятерки» до «двойки»).
- Какую оценку ты бы поставил за жизнь в лагере?
- Кто твой друг среди ребят, среди взрослых?
- Что особенно понравилось в лагере (спортивные мероприятия, праздники, экскурсии, досуговые мероприятия)?

## **Кадровое обеспечение.**

Оздоровление, развитие и качество тренированности детей в значительной степени зависит от знаний, умений и профессиональной подготовленности тренеров-преподавателей, которые организуют работу в лагере «Олимп».

В реализации программы участвуют опытные педагоги МАУДО «ДЮСШ» п. Парфино.

## **Ожидаемые результаты.**

1. Внедрение эффективных форм организации тренировочного процесса, оздоровления и занятости детей.
2. Активное участие детей в подготовке и участие в спортивных мероприятиях.
3. Развитие творческой активности каждого ребенка.
4. Укрепление здоровья учащихся и навыков здорового образа жизни.
5. Укрепление связей между детьми разного возраста внутри летнего лагеря.
6. Воспитание коллективизма, взаимовыручки.

## **Правила поведения в лагере «Олимп»:**

В лагере «ОЛИМП» сформированы особые принципы взаимоотношений взрослых тренеров-преподавателей и воспитанников. Основопологающий из них – СВОБОДА и ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.

В лагере имеются 4 табу, нарушения влекущие за собой отчисление из лагеря «Олимп» провинившегося участника:

- физическое или моральное оскорбление любого участника лагеря;
- неподчинение обоснованным требованиям тренера-преподавателя (взрослого) лагеря;
- курение
- самовольная отлучка из лагеря.

### Общие правила поведения в лагере:

1. Участники лагеря не курят.
2. Будьте бережливы к оборудованию и снаряжению лагеря.
3. Спортивный инвентарь, настольные игры: взял, поиграл, положи на место
4. В лагере есть место для сбора мусора. Держите свой лагерь в чистоте. Уважайте себя и других!



5. Будьте всегда опрятны и аккуратны.

6. Будьте дружны. Это не шутка!

Если вы привыкли жить по другим правилам, просьба не беспокоиться и не беспокоить лагерь своим присутствием.

### **Законы лагеря:**

1. Поспешишь – людей насмешишь!
2. Тренер – всему голова!
3. Береги тренера-преподавателя – другой может быть хуже!
4. Увидел, узнал – запомни, расскажешь!
5. Зовут есть – иди, не зовут – попроси, это не стыдно!
6. Не опаздывай на завтрак – в обед не наешься!
7. Не выноси мусор из избы – оставляй в мусорном ведре!

### **РЕЖИМ**

**работы спортивно-оздоровительного  
лагеря с дневным пребыванием детей  
«Олимп»**

Открытие смены лагеря 01.06.2023

Закрытие смены лагеря 21.06.2023

Количество дней (фактическое пребывание детей) – 14 дней

Выходные дни: 12 июня, суббота, воскресенье

Количество детей - 51 человек

Питание двухразовое

### **Распорядок работы лагеря**

8-30 – 8-45 – сбор, утренняя зарядка

8-45 – 9-00 – завтрак

9-00 – 9-30 – планерка

9-30 – 13-30 – тренировочные занятия, мероприятия

13-30 – 14-15 – обед

14-15 – 14-30 – подведение итогов, анализ дня

**ПЛАН**  
**работы лагеря «Олимп»**  
**(с 01.06.2023 по 21.06.2023)**

<b>Дата</b>	<b>Время</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Ответственный</b>
01.06 (1-ый день)	9.30-13.30	Открытие лагеря.  Организационные вопросы.  Организация работы спортивных секций. Футбольный турнир и Веселые старты, посвященные Дню защиты детей.	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
02.06 (2-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  Кегельбан, в зачет спартакиады лагеря  Эстафеты, в зачет спартакиады лагеря	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
05.06 (3-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  Круговая эстафета, в зачет спартакиады лагеря  Перестрелки	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
06.06 (4-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  Стритбол, в зачет спартакиады лагеря  Кольцеброс	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
07.06 (5-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  «Самый меткий» (броски в кольцо), в зачет спартакиады лагеря.  Бадминтон, в зачет спартакиады лагеря.	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
08.06 (6-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  Соревнования по легкой атлетике «День Бегуна»  Игра «Домино»	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
09.06 (7-й день)	9.30-13.30	Шашечный турнир , посвященный Дню рождения Героя Советского Союза Лёни Голикова, викторина «Герои войны»  Спортивные соревнования, посвященные Дню независимости России (эстафеты, дартс)	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
13.06 (8-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  Мини-футбол, в зачет спартакиады лагеря Учебная тренировка по эвакуации в случае возникновения пожара.	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
14.06	9.30-13.30	Работа спортивных секций	Матвеева С.Ю.

(9-й день)		Спортивное состязание «Скакалочка» Конкурс рисунков на асфальте « Мы – за здоровый образ жизни!»	Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
15.06 (10-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  Пионербол, в зачет спартакиады лагеря Работа спортивных секций  Перестрелки на улице	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
16.06 (11-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  «Веселые старты», эстафета в зачет спартакиады лагеря  Велосипедные эстафеты	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
19.06 (12-й день)	9.30-13.30	Соревнования к «Дню прыгуна»  Конкурс отрядных плакатов «Нет допингу!»	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
20.06 (13-й день)	9.30-13.30	Работа спортивных секций  Конкурс «Безопасное колесо» (Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма) в зачет спартакиады лагеря	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.
21.06 (14-й день)	9.30-13.30	Подведение итогов лагеря  Закрытие лагеря	Матвеева С.Ю. Лагина И.Ю. Зиновьев С.В. Абрамов М.А. Наумов В.И.