Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Балаганский Центр Детского Творчества

РАССМОТРЕНО: УТВЕРЖДАЮ:

На педагогическом совете директор:

от « » мая 2023 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Р.Ш Юнусов

МП

**Краткосрочная программа**

**Палаточного спортивно-оздоровительного лагеря**

**«Олимп»**

Адресат программы: дети от 7 до 18 лет

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень освоения программы: стартовый

Срок реализации: 14 дней

Разработчик программы:

Павлова Надежда Ивановна,

педагог дополнительного образования,

I квалификационной категории

п. Балаганск, 2023 г.

1. **Паспорт программы**.

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Название программы: 2. Программа составлена 2007г.:   Переработана 2021г.:   1. Территория, представившая программу:   4. Название учреждения:  5. Полный адрес учреждения, банковские реквизиты:   1. Цели и задачи программы: 2. Телефон: 3. Форма проведения: 4. Специализация программы: 5. Специализация программы: 6. Сроки проведения: 7. Место проведения: 8. Источники и сумма финансирования: 9. Общее количество детей-участников: 10. Общее количество обслуживающего персонала: 11. География участников: 12. Условия размещения участников: 13. Педагогический и инструкторский состав: 14. Результаты реализации программы: | Программа палаточного спортивно-оздоровительного лагеря “Олимп”(далее Лагерь).  Кошкарева Марина Витальевна  Павлова Надежда Ивановна  Иркутская область, Балаганский район п.Балаганск  Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение дополнительного образования Балаганский Центр Детского Творчества  666391 Иркутская область, Балаганский район, п. Балаганск ул. Кирова, д.6  ИНН 3822001186  КПП 381401001  УФК по Иркутской области (Финансовое управление Балаганского района МБОУ ДО Балаганский ЦДТ, л/с 20116У19410)  ОТДЕЛЕНИЕ ИРКУТСК БАНКА РОССИИ//УФК ПО ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ г. Иркутск  Единый казн.счет 40102810145370000026  Казн.счет 03234643256010003400  БИК 012520101  Целью создания Лагеря является:  -укрепление здоровья детей,  -формирование навыков здорового образа жизни и осознанного отношения к своему здоровью и окружающей среде, - формирование адаптационных навыков и подготовка к жизни в обществе,  -развитие интеллектуального и духовного потенциала, физически подготовленного к условиям жизни в современном обществе подрастающего поколения,  -посредством привлечения детей к изучению природы,  -культуры и истории родного края.  Задачами Лагеря являются:  - организация летнего отдыха для детей, обучающихся в муниципальных общеобразовательных учреждений Балаганского района,  - оздоровление детей,  - обучение детей основам безопасности жизнедеятельности в полевых условиях,  - обучение детей бытовым навыкам проживания в условиях полевого палаточного лагеря,  - привлечение детей, обучающихся в муниципальных общеобразовательных учреждениях Балаганского района к изучению природы Балаганского района, его истории и культуры,  -развитие физического, интеллектуального, творческого потенциала подростков,  - развитие дружеских межличностных отношений детей,  -патриотическое воспитание детей.  8-395-48-50-3-70  Палаточный спортивно-оздоровительный лагерь  Физическое и нравственное развитие детей в процессе отдыха.  Спортивно-оздоровительная  В зависимости от природно-климатических условий:  -1 смена – 14 дней  Иркутская область, Балаганский район, Берег Одисинского залива Братского водохранилища  Средства областного и местного бюджета  75 человек, возраст от 7 до 18 лет.  14 человек  Дети разных социальных групп Балаганского района  палаточный лагерь.  Педагоги МБОУ ДО Балаганский Центр Детского Творчества, учителя общеобразовательных школ, студенты педколледжа или пединститута  Участие в программе лагеря даёт возможность детям и подросткам:  - раскрыть свой интеллектуально-творческий потенциал;  -освоить принципы здорового образа жизни;  - получить необходимые умения, навыки и знания, облегчающие дальнейшую жизнь как в обществе, так и в природе;  - приобрести лидерские качества и навыки руководства коллективом;  - развить потребность взаимопомощи и взаимопонимания;  - научиться плодотворно, с пользой проводить свободное время;  - создать альянс со своими родителями для преодоления жизненных ситуаций;  -выявить Олимпионика. |

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В последние годы вопрос организации летнего отдыха детей приобрёл особое значение. Летние каникулы составляют значительную часть годового объёма свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребёнку полноценный, правильно организационный отдых.

Общеизвестно, что во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряжённости, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала.

Летний отдых школьников – это период активного самосовершенствования, познания окружающего мира, эмоционального и творческого обогащения, общение со сверстниками и природой в условиях свободы от родительской опеки. Это время становится для них своеобразным этапом взросления.

На наш взгляд помочь подросткам найти себя в нашем не простом быстро меняющемся мире, закалить волю и характер, стать сильнее и благороднее, укрепить состояние здоровья может программа палаточного спортивно-оздоровительного лагеря «Олимп».

**Актуальностью** программы является то, что она уделяет большое внимание спортивно-оздоровительным мероприятиям на свежем воздухе.

В последнее время в Балаганском районе наблюдается тенденция к росту числа детей с функциональными отклонениями в состоянии здоровья.

Многие дети в раннем возрасте уже имеют хронические заболевания, а половина детей различные отклонения и низкий уровень физической подготовленности. Большую тревогу вызывает состояние здоровья подрастающего поколения.

В палаточном спортивно-оздоровительном лагере «Олимп» использованы различные возможности территории: водоём, широкая, песчаная прибрежная зона, сосновый бор, березовая роща. Место расположения лагеря способствует наиболее эффективному размещению спортивных площадок, проведению досуговых мероприятий.

Реальная жизнь лагеря представляет собой не что иное, как модель здорового образа жизни, но, как правило, не имеющую продолжения. Эмоциональная «встряска» для детей является переход ребенка из обыденной жизни в экстремальные условия природы: круглосуточное пребывание на открытом воздухе, адаптация к климату, проживание в палатках, приобретение навыков самообслуживания и т.п. В то же время используя все положительные стороны пребывания ребёнка в лагере, можно не только «посеять зёрна» интереса к выбору здорового образа жизни, но и побудить его к дальнейшему поиску, действиям, движениям в этом направлении.

Поэтому помочь подросткам найти себя в нашем не простом быстро меняющемся мире, закалить волю и характер, стать сильнее и благороднее, укрепить состояние здоровья, поможет программа палаточного спортивно-оздоровительного лагеря «Олимп».

**Новизна и отличительные особенности** программы заключается в том, что за основу проведения проекта палаточного спортивно-оздоровительного лагеря взяты Олимпийские игры Греции, где спортивные состязания занимали центральное место в системе воспитания и лагерь получил название «Олимп». Ведь с момента возникновения цивилизации до наших дней человечество испытывает непреодолимую потребность в красоте и совершенствовании. В разных музеях мира можно увидеть прекрасных, воплощающих собой идеал физического совершенства: Аполлонов, богинь, вестников. Накопленные представления о совершенстве личности, о красоте тела, о чистоте нравственных отношений, о здоровом образе жизни мы обязаны передавать детям. Олимпийские игры проводились в честь сына Зевса, Аполлона. Он был идеал совершенства мужской красоты. Аполлон открывал людям будущее. Ко дню игр вся Греция собиралась в назначенном месте. Все приходили в праздничных одеяниях и без оружия, игры были настолько священны, что греки не могли в их период поднимать оружие. И результатом проведения программы – это выявление «Олимпионика» среди юношей и девушек старшего звена (мальчиков и девочек среднего звена) в конце смены и награждение их на заключительной линейке. Им же и предоставляется честь спуска флага на церемонии закрытия смены.

**Педагогическая целесообразность** заключается в сочетании теоретических и практических знаний, позволяющих сформировать у школьников здоровый образ жизни, туристические навыки, выполнение профильной программы каждого воспитанника, углубить и расширить знания об особенностях своего края.

**Направления программы:**

1. Физкультурно- спортивное:

- общая и силовая подготовка;

- совершенствование функциональных возможностей организма;

- овладение навыками различных видов спорта;

- оздоравливающие процедуры;

- плавание, теннис;

- спортивные игры, соревнования.

2. Туристическое:

- меры безопасности в походе: самостраховка, средства страховки;

- организация биваков, укладка рюкзака, установка палатки, разжигание костра, экология стоянок;

- преодоление водных преград: брод стенкой, переправа по бревну;

- преодоление скальных участков при использовании техники скального лазания.

3. Военно-патриотическое:

- основы военной подготовки;

- стрельба из пневматической винтовки;

- военно-патриотические сборы.

**Педагогическая идея программы основывается на следующих принципах:**

- педагогический процесс строится в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями участников программы;

- в программе учитываются зоны ближайшего развития, которые определяют возможности участников программы;

- воспитательный процесс направлен на развитие самовоспитания, самообразования участников программы;

- в программе учтены индивидуальные интересы, склонности, способности, возможности, психофизиологические и иные особенности участников программы;

- необходимо предоставить возможность каждому участнику программы почувствовать себя успешным в том или ином виде деятельности;

- личность ребенка должна развиваться в целостном процессе, который должен включать в себя все направления деятельности (спорт, творчество, интеллект, общение, патриотизм, туризм и т.д.)

**Цель и задачи программы**

**Цель:**

укрепление здоровья детей и формирование навыков здорового образа жизни

**Задачи:**

- организация летнего отдыха для детей различных социальных групп Балаганского района;

- оздоровление детей;

-обучение детей основам безопасности жизнедеятельности и бытовым навыкам проживания в условиях полевого палаточного лагеря;

- привлечение детей к изучению природы Балаганского района, его истории и культуры;

-развитие физического, интеллектуального, творческого потенциала подростков;

- развитие дружеских межличностных отношений детей;

-патриотическое воспитание детей;

**Ожидаемые результаты:**

1. Повышение мотивации подростков к здоровому образу жизни.
2. Укрепление здоровья.
3. Укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов.
4. Приобретение подростками навыков самостоятельной организации досуга.
5. Выявление Олимпионика.
6. Пополнение жизни детей интересными социо - культурными событиями.
7. Привитие навыков построения отношений на основе взаимопонимания и совместного творчества.
8. Привитие навыков самообслуживания.
9. **МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Программа реализуется в палаточном лагере с круглосуточным пребыванием детей, в одну смену (14 дней), в зависимости от природно-климатических условий.

**Участниками программы** являются дети и подростки Балаганского района различных социальных групп, в возрасте от 7 до 18 лет. Количество участников 75 человек. Детей набирают по их желанию. В справке указывают медотвод, если он имеется.

Подготовительные мероприятия: подготовка пакета документов: программа, приказы, положение, смета расходов, заключение договоров, строительство палаточного лагеря.

**Структура органа самоуправления.**

Управленческим органом является методический совет лагеря, которым руководит начальник лагеря.

Дети делятся на 5 отрядов по 15 человек. Руководит командир отряда. Они присутствуют на планерках и являются связующим звеном между детьми и воспитателями.

В каждом отряде выбирается культмассовик, который помогает отряду в подготовке конкурсов и редколлегия, которые отвечают за издание газеты, конкурсов рисунков и т.п.

Курируют отряды воспитатели и инструктор по спорту. Заседания методического совета проводятся ежедневно перед отбоем: подводятся итоги за день, корректируется план на следующий день, проводятся необходимые инструктажи.

**Организация спортивно-оздоровительного процесса предполагает:**

- обеспечение сбалансированного и рационального питания;

- текущее медицинское обслуживание;

- организация закаливающих процедур и оздоровительных мероприятий, используя естественные природные условия (ходьба босиком, купание в открытом водоёме, лечебная физкультура и т.д.)

- организация мероприятий по профилактике травматизма, обучение детей правилам безопасности в походе, при купании в открытом водоёме;

- оздоравливающие комплексы гимнастики;

- спортивные эстафеты, игры, соревнования.

Итоговые мероприятия – подведение итогов летних смен, сдача отчётов, формирование «банка данных» о детях – участниках смен.

**Основные направления реализации программы**

1. Спортивно-оздоровительное направление позволяет последовательно решать ряд задач физического воспитания:

- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности участников лагеря;

- воспитание высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своём здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

- приобретение знаний в области гигиены и медицины;

- развитие основных двигательных качеств.

1. Туристско-краеведческое направление во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребёнка

- направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного, физического развития, способствует изучению своего родного края, приобретению навыков самостоятельной деятельности;

- предусматривает приобретение детьми основных знаний о своём крае, технике и тактике туризма, ориентирование на местности, ведения краеведческих наблюдений и оказания первой медицинской помощи.

1. Военно-патриотическое направление во всех его формах воспитывает гражданина патриота Родины, владеющего интеллектуальной, нравственной, правовой и политической культурой России и мира, культурой межнациональных отношений, созидателя и творца – преобразователя, способного и готового к самоорганизации и самовоспитанию умеющего адаптироваться в любой жизненной ситуации, обладающего осознанным желанием и развитым умением жить для Родины, для людей, способного и готового встать на защиту Родины.
2. Досуговое направление направлено на различные виды «огоньков» с технологией их проведения, интеллектуальных, развивающие и подвижные игры, благодаря которым дети не только забывают о скуке, но и овладевают навыками общения, учатся жить в дружном коллективе, актёрскому мастерству.

**Ресурсное обеспечение программы**

**Кадровый ресурс:**

Постоянный штат лагеря*:* начальник лагеря, воспитатели - 5, инструкторы по спорту - 2, медицинский работник - 1, повара - 3, кухонный работник – 1, сторож-2, водитель – 1.

Начальник лагеря и воспитатели назначаются приказом директора МБУ ДО Балаганский ЦДТ. Педагогический персонал осуществляется из числа педагогов МБОУ ДО Балаганский ЦДТ, учителей школ и студентов 3 курса педагогических колледжа или института, прошедших курсы повышения квалификации «Школа вожатых» на срок проведения Лагеря.

Начальник Лагеря:

- обеспечивает общее руководство деятельностью лагеря;

-разрабатывает (после согласования с организаторами лагеря) должностные обязанности работников лагеря, знакомит их с условиями труда; проводит инструктаж работников лагеря по технике безопасности, профилактике травматизма и предупреждению несчастных случаев детей;

- создает безопасные условия для проведения образовательной и оздоровительной работы, занятости детей;

- несет ответственность за организацию питания детей и финансово-хозяйственную деятельность смены лагеря.

Воспитатель:

- отвечает за организацию трудовой и досуговой деятельности детей в соответствии с планом мероприятий.

- планирует работу своего отряда;

- организует ежедневную работу детей, обеспечивает их необходимыми объемами работ;

- изучает индивидуальные особенности и интересы детей и на основе анализа помогает им включиться в личностно значимые и общественно полезные виды деятельности;

- обеспечивает соблюдение детьми режима дня лагеря, порядок и чистоту на территории лагеря и в палатках;

- следит за состоянием здоровья детей;

- организует подготовку и проведение массовых мероприятий согласно плану

мероприятий лагеря;

- обеспечивает соблюдение правил техники безопасности и противопожарной

защиты при проведении массовых мероприятий и трудовой деятельности;

- проводит инструктаж по технике безопасности с детьми;

- допускает к работе детей, прошедших инструктаж по технике безопасности;

- несет ответственность за жизнь и здоровье детей;

- разрешает конфликтные ситуации, возникающие между подростками;

- немедленно информирует начальника лагеря о происшествиях, связанных с

жизнью и здоровьем детей.

Персонал Лагеря допускается к работе только после прохождения медицинского осмотра, учебы по сан минимуму и прошедшие инструктаж по охране жизни и здоровья детей.

**Материально-техническое оснащение:**

Туристическое оборудование (спальные мешки, матрацы, одеяло, подушки по количеству человек, палатки), спортинвентарь: (мячи, обручи, диски, копьё, граната), теннисный стол, волейбольная площадка, футбольное поле, транспорт, душ, генератор для подачи электричества, газовые плиты, кухонная и столовая посуда, помпа, продукты питания, призы, канцелярские и хозяйственные расходы, заработная плата.

Индивидуальное снаряжение участника лагеря

1. Рюкзак походный или вещевая сумка);
2. Постельное белье (пододеяльник, простынь, наволочка);

3. Сменное белье (брюки, шорты, носки, футболки, рубашки и т.п – по несколько штук);

4. Нижнее бельё (несколько смен);

5. Туалетная бумага;

6. Туалетные принадлежности: (полотенца (банное, лицевое, для рук, для ног), зубная щетка, паста, шампунь, гель для душа, вехотку, стиральный порошок или хозяйственное мыло для стирки личного белья);

7. Куртка, накидка или плащ для защиты от дождя, осеннюю шапку;

8. Комплект специальной одежды для сна;

9. Водонепроницаемая обувь;

10. Обувь для повседневного ношения в лагере (кроссовки и т.п.);

11. Спортивная форма и обувь для тренировок;

12. Головной убор;

13. Теплый свитер и штаны;

14. Купальные принадлежности;

15. Защитные средства от насекомых;

16. Документы, необходимые каждому участнику (медицинская справка по

Форме, выписка прививок, копия полиса);

**Территориальный ресурс:**

Местом проведения Лагеря является берег Одисинского залива Братского водохранилища (78 квартал) с круглосуточным проживанием участников.

**Порядок контроля и управления реализацией программы:**

Директор МБОУ ДО Балаганский ЦДТ осуществляет координацию и контроль работ по выполнению программы палаточного спортивно – оздоровительного лагеря “Олимп”, а также обеспечивает контроль над целевым расходованием средств. Специалисты центра вносят предложения по уточнению мероприятий программы.

О ходе исполнения программы МБОУ ДО Балаганский ЦДТ готовит итоговый отчет в МКУ Управление образования Балаганского района и выносит на рассмотрение предложения по повышению эффективности реализации и корректировки программ.

**Источники финансирования:**

Финансирование осуществляется за счёт средств областного и местного бюджета.

**IV. ПЕРЕЧЕНЬ УСЛУГ**

**Условия, характеристика и объём оказываемых услуг.**

**Условия проживания:**

– продолжительность отдыха и оздоровления (смены) – 14 дней;

– дети проживают в палатках, размещённых на сухом возвышенном месте. Пол палатки – дощатый настил, приподнят на высоту 15-20 см. от земли. Стены имеют не продуваемые борта на высоте 0,5 – 0,8м. от пола.

Расстояние между палатками не менее 2,5м.;

– администрация лагеря обеспечивает безопасность пребывания детей;

- обеспечение сотовой связью;

- организация санитарно-гигиенического обслуживания детей (имеются душевые кабины);

- организация лагеря обеспечивает электроснабжением Лагеря при помощи переносного электрогенератора.

**Условия питания:**

- питание детей обеспечивается в специально оборудованном месте под крышей. Кухня оборудована навесом, столами для обработки продуктов, стеллажами для хранения столовой посуды и кухонного инвентаря;

- организовано пятиразовое полноценное питание (завтрак, обед, полдник, ужин, паужин).

- продукты привозят ежедневно, только в субботу – на два дня.

**Медицинское обслуживание:**

**-** медицинское обслуживание лагеря организовано на основании договора с ОГБУЗ Балаганская ЦРБ.

- оборудование помещений медицинского пункта обеспечено необходимым медицинским инвентарём, лекарственными средствами, перевязочным материалом для оказания необходимой первой медицинской помощи.

- дежурная машина находится на территории Лагеря.

**Программа оздоровления детей включает:**

- организацию физкультурно-оздоровительных и культурно-массовых мероприятий;

- проведение ежедневных утренних зарядок;

- проведение закаливающих процедур.

1. **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:**

Содержание программы отобрано в соответствии с условиями проведения палаточного лагеря, с учетом индивидуальных и возрастных психолого-физиологических особенностей участников лагеря и ориентировано не только на усвоение обучающимися определенной суммы знаний, но и на развитие личности, ее познавательных и созидательных способностей.

Работа состоит их сочетающихся форм групповой и индивидуальной деятельности участников отрядов в полевых условиях.

**Просветительско-консультативная работа**

**медицинского персонала.**

Цель: оздоровление - важнейший принцип системы физического воспитания.

Задачи:

- соблюдение режима дня;

- закаливание;

- витаминизация.

Здоровье не означает просто отсутствие болезней: это нечто положительное, жизнерадостное, охотное выполнение обязанностей, которые жизнь возлагает на человека. Принцип оздоровительной направленности медики в лагере организовывают через физическое воспитание, которое выполняет профилактическую и развивающую функцию:

- совершенствовать функциональные возможности организма, повышая его работоспособность и сопротивляемость неблагоприятным воздействиям;

- компенсировать недостаток двигательной активности, возникающей в условиях современной жизни.

Планируя режим дня в Лагере, предусматривается оптимальное чередование различных видов деятельности: труд и отдых, режим сна и питания, купание и солнечные ванны, прогулки и походы.

Оздоровительная ходьба – самый доступный вид физических упражнений. При ходьбе тренируются мышцы сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Путём ходьбы можно снять напряжение, успокоить нервную систему.

Оздоровительный бег – оказывает всестороннее воздействие на все функции организма, на дыхательную и сердечную деятельность, на костно-мышечный аппарат и психику.

Плавание – оздоровительное значение плавания состоит в том, что оно является одним из эффективных средств закаливания человека, повышающего сопротивление организма воздействию температурных колебаний и простудных заболеваний. Занятия плаванием устраняют нарушение осанки, плоскостопия.

Гармонично развиваются все группы мышц, плечевого пояса, рук, груди, живота, спины, ног.

Солнечные ванны – солнечные лучи сильно влияют на все органы и ткани, прежде всего на центральную нервную систему.

Обычная оздоровительная работа в течение учебного года не даёт широкомасштабного эффекта. В лагере медицинские работники прививают и регулируют длительность и интенсивность процедур закаливания, личной гигиены ребенка, режима дня, приёма пищи и т.д.

**Учебно – тренировочная работа.**

**Цель:** систематичность и последовательность спортивной тренировки, развития качеств, усвоение умений, навыков и возможностей.

**Задачи:**

- физиологическое развитие в процессе тренировки;

- влияние силы и выносливости на скорость движений;

- результативность и тактические принципы спортивной тренировки.

Задача тренировок в лагере «Олимп» - это максимальное развитие двигательных качеств, что даёт возможность ребёнку проявить на соревнованиях максимальную силу и выносливость.

Меры, способствующие правильному формированию личности подростка и развитию всех качеств, заложены в дидактических принципах тренировок:

- сознательность и активность;

- наглядность;

- систематичность и последовательность;

- индивидуализация.

Инструкторы по спорту Лагеря проводят тренировки и принимают зачеты по видам спорта Олимпийских игр Древней Греции, что вызывает огромный интерес у детей. А так же, после тренировок, проводятся соревнования между отрядами по футболу, волейболу, пионерболу. Кроме этого, ежедневно проводятся спортивные мероприятия между отрядами младшего возраста и между отрядами старшего возраста.

**Воспитательная работа.**

Цель: воспитание гармонично развитой личности.

Задачи:

- нравственное воспитание;

- воспитание патриотизма;

- формирование волевых качеств: целеустремлённость, настойчивость, решительность;

- культурно-массовые мероприятия.

Одной из важнейших задач воспитания является воспитание готовности умения и желания жить и работать в коллективе, сочетать свои интересы и стремления с общественными, приспособление детей к экстремальным условиям (круглосуточное двухнедельное проживание в палатках на природе). Один из самых надёжных показателей организованности лагеря «Олимп» является сила общественного мнения, не мирящегося ни с какими уклонениями от установленных норм поведения и взаимоотношений.

Любовь и бережное отношение к природе воспитывается через проведение воспитательных досуговых мероприятий, через круглосуточное общение с природой.

**План реализации программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Дата, день недели | Мероприятия |
| 1 | 01.07.2023  суббота,  День Покровителя неба, грома и молнии - бога Зевса | 1. Заезд;  2. Экскурсия по лагерю;  3. Организационный период: знакомство, обсуждение правил и принципов жизни в лагере; операция «Уют»; изготовление отрядных уголков.  4. Линейка: построение, торжественное открытие смены  5. Входная диагностика.  6. Праздник «Вечер знакомств»  7. Инструктаж по ТБ и ПБ, |
| 2 | 02.07.2023  воскресенье,  день бога солнца - Аполлона | 1. Прыжки /в длину/;  2. Метание диска;  3. Тренировка по футболу;  4. Спортивные программа «Олимпийские игры»;  5. Игра - викторина «Олимпийские игры Греции» |
| 3 | 03.07.2023  понедельник,  день Покровительницы брака - богини Геры | 1. Метание копья;  2. Бег: диавлос /160 м/.  3. Тренировка по футболу;  4. Спортивные программы «Веселые старты»»;  5. Поле чудес «Занимательные изобретения»  6. Конкурс сценок «Свадьбы народов мира» |
| 4 | 04.07.2023  вторник,  день бога вероломной войны - Ареса | 1. Метание гранаты;  2. Бег: диавлос /100 м./;  3. Соревнования по футболу;  4. Спортивные программы «Звони на 01!»  5. Воспитательное мероприятие «Герои нашего района»  6. Конкурс «Смотр военной песни и строя» |
| 5 | 05.07.2023  среда,  День богини семейного очага -Гестии | 1. Прыжки в высоту;  2. Челночный бег;  3. Тренировка по волейболу;  4. Поиск клада по станциям;  5. Познавательно-развлекательные мероприятия: Поле чудес «Народные обычаи» |
| 6 | 06.07.2023  Четверг,  День бога растительности и виноделия Диониса | 1. Двойной бег с препятствиями;  2. Отжимание  3. Тренировка по волейболу  4. Спортивная эстафета «Зов джунглей»  5. Своя игра «Растения нашего края»  6. Конкурс: «Мисс Дриада и мистер Сатир» |
| 7 | 07.07.2023  пятница,  День Повелитель морей и покровитель рыбаков - бога Посейдона | 1. Бег 500м;  2. Прыжки на скакалке;  3. Соревнования по волейболу  4. Спортивные программы: Водная эстафета  5. Праздник Нептуна  6. Конкурс костюмов и рисунков «Морские чудища» |
| 8 | 08.07.2023  суббота,  День богини красоты и любви - Афродиты | 1. Двойной бег с препятствиями;  2. Бег в воде;  3. Тренировка по пионерболу  4. Спортивная эстафета «Мы – за юмор!»  5.Познавательно-развлекательные мероприятие: «Любовь с первого взгляда» |
| 9 | 09.07.20213  воскресенье,  День Вестника богов и проводника душ в подземный мир – бога Гермеса | 1. Подтягивание на перекладине;  2. Состязание поэтов и музыкантов;  3. Тренировка по пионерболу  4. Спортивное мероприятие «Если хочешь быть здоров»;  5. Шуточная конкурсная программа «Лучше нам от смеха лопнуть, чем от скуки умереть!».  6. Конкурс персонажей «Бал нечистей» |
| 10 | 10.07.2023  понедельник,  День богини войны на Олимпе - Афины | 1. Разборка и сборка автомата;  2. День самоуправления;  3. Соревнования по пионерболу;  4. Спортивная эстафета «Мальчишки, вперед!»  5. Военная игра «Зарница»; |
| 11 | 11.07.2023  Вторник,  день богини процветания и всего живого на земле Деметры | 1. Метание ядра;  2. Состязание всадников;  3. Соревнования по теннису;  4. Спортивное мероприятие «Лесные соревнования»;  5. Своя игра «Растения нашего края»; |
| 12 | 12.07.2023  среда,  День богини охоты и плодородия Артемиды | 1.Стрельба из пневматической винтовки;  2. Бег колесниц;  3. Соревнование по туристическому забегу;  4. Поле чудес «Охота и рыбалка»;  5. Конкурс рисунков «Артемиде посвящается» |
| 13 | 13.07.2023  четверг,  День бога огня и кузнечного ремесла - Гефеста | 1. Соревнование на катамаране;  2. Соревнование по шашкам;  3. Выявление «Олимпиоников»;  4. Проведение «Ералаша»;  5. Королевская ночь «Как здорово, что все мы здесь…» |
| 14 | 14.07.2023  пятница | 1.Торжественное закрытие смены.  2.Творческий отчёт отрядов.  3.Торжественная линейка, посвящённая закрытию лагеря.  4. Выходная диагностика |

1. **Методическое обеспечение программы**

Заинтересованному отношению детей и подростков к деятельности в период летней смены, развитию познавательных, творческих способностей, формированию социально важных качеств, сплочённого детского коллектива способствуют методы и приёмы, используемые педагогами при организации учебно-воспитательной деятельности:

- постановка увлекательной цели;

- создания атмосферы содружества;

- поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа детей и подростков с выполнением различных заданий);

- наглядный (иллюстрационный материал);

- словесный (как ведущий – беседы, разъяснения, инструктаж);

- практический (закрепление полученных знаний в практической деятельности)

- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения (воспитывающая ситуация, приучение, упражнения);

- методы контроля;

- конкурсы, викторины и т.п.

- методы зрительного и двигательного восприятия и т.д

**Механизм оценки результативности смены**

Методы определения результативности программы: наблюдение, беседа, опрос, анализ продуктов деятельности и анкетирование.

|  |  |
| --- | --- |
| Дети | Результаты творческой (образовательной) деятельности.  Характеристика состояния здоровья (отсутствие заболеваний и травм).  Комфортное психологическое состояние, способствующее полноценному отдыху, что выражается в их желании посещать лагерь в следующем году.  Выполнение профильной программы. |
| Воспитатели, спортинструкторы | Уровень профессиональной подготовки  Личностные отношения между педагогом и ребенком |
| Родители | Анкетирование |

**ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:**

1. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися (Текст)/под общ. ред. М.М. Бостанджогло. – Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ДОД «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения Федерации». – М.: Изд-во «Канцлер», 2015, - 24 с.
2. <https://2turov.schools.by/pages/metodicheskie-rekomendatsii-po-organizatsii-raboty-letnih-ozdorovitelnyh-lagerej-ekologo-biologicheskogo-profilja-i-palatochnyh-lagerej>
3. <https://womanadvice.ru/bogi-olimpa>
4. **«Книга вожатого. Лучшие сценарии для летнего лагеря»/** сост.В.Руденко  Серия: Школа развития. –  «Феникс», 2015, – 224 с.
5. Михаил Рожков, Борис Куприянов, Ирина Фришман. Организация и методика проведения игр с подростками. Взрослые игры для детей.  Cерия: Воспитание и дополнительное образование детей. – «Владос», 2001, – 216 с
6. http://summercamp.ru/ - сайт «Лагерь от А до Я»
7. <http://kladraz.ru/scenari/dlja-letnego-otdyha>
8. <http://tour-vestnik.ru/chto-takoye-detskiy-ozdorovitelnyy-lager>
9. <http://doocaltai.ru/turizm/palatki/методические%20рекомндации%20по%20организации%20деятельности%20палаточных%20лагерей%202016.doc>

Приложение 1

к программе палаточного спортивно-оздоровительного лагеря «Олимп»

**Глоссарий**

1. **Зевс** – самый главный бог Олимпа. Он был покровителем неба, грома и молнии. Его женой была Гера, но, несмотря на это, он не раз изменял ей. Изображали его мужчиной в возрасте с седой бородой и шевелюрой. Главными атрибутами Зевса был щит и двойной топор. Его священной птицей считался орел. Греки верили, что он обладает силами предсказывать будущее.
2. **Аполлон** – бог солнца на Олимпе. Часто проявлял независимость, за что был наказан Зевсом. Изображали его красивым молодым человеком. В руках у него находился лук или лира. Это символизировало то, что он был отличным музыкантом и стрелком
3. **Гера** – самая могущественна богиня. Считали ее покровительницей брака, а еще она охраняла женщин во время родов. Изображали ее красивой женщиной с павлином или кукушкой, поскольку именно эти птицы были ее самыми любимыми. В культе Геры сохранился тотемизм, поэтому некоторые представляли ее с головой лошади.
4. **Арес –** бог вероломной войны. Его родителями считали Зевса и Геру. Представляли его молодым мужчиной. Атрибутами Ареса считали копье и горящий факел. Рядом с богом всегда находились собаки и коршун.
5. **Гестия** – богиня семейного очага и жертвенного огня. После жутких событий в жизни Диониса и по его возвращении на Олимп, она с радостью отдает ему свое право на правление в числе двенадцати олимпийских богов, а сама отправляется к людям.
6. **Дионис** – бог растительности и виноделия. Он избавлял людей от разных проблем и забот. Изображали его обнаженным юношей с венком из плюща на голове. В руках он держал посох.
7. **Посейдон –** брат Зевса. Повелевал он морем и покровительствовал рыбакам. Этот древний бог Олимпа имел внешность как у Зевса. Его атрибутом был трезубец, символизирующий связь между настоящим, прошлым и будущим. Когда он им взмахивает, море начинает бушевать, а когда простирает, то оно успокаивается. По морю он передвигается на колеснице, запряженной белыми лошадьми с золотыми гривами.
8. **Афродита –** богиня красоты и любви. Изображали ее в длинных одеждах, а в руках у нее находится цветок или какой-то плод. Согласно мифам родилась она из пены морской. Все боги Олимпа были влюблены в Афродиту, но женой она стала Гефесту.
9. **Гермес –** вестник богов и проводник душ в подземный мир. Он был самым хитрым и изобретательным среди всех жителей Олимпа. Изображали его по-разному, то мужчиной, то молодым парнем, но несменными атрибутами были шляпа с крыльями на висках и жезл, который обвивают две змеи.
10. **Афина** – богиня войны на Олимпе. Она подарила грекам оливу. Изображали ее в доспехах и с копьем в руках. Афину считали воплощением мудрости и силы Зевса, приходившимся ей отцом.
11. **Деметра** – богиня процветания и всего живого на земле. С ней ассоциируется приход весны. Изображали ее по-разному, к примеру, на некоторых картинах и статуях она представлена скорбящей по своей дочери. Представляли ее также на колеснице. На голове Деметры находилась «градская корона». В некоторых случаях изображение богини представлялось столбом или деревом. Атрибуты этой богини Олимпа: колосья, корзина с плодами, серп, рог изобилия и мак.
12. **Артемида** – богиня охоты. Изображали ее с луком и копьем. В сопровождении нимф она практически все свое время проводила в лесах. Считали Артемиду также богиней плодородия.
13. **Гефест** – бог огня и кузнечного ремесла. Изображали его мускулистым бородатым мужчиной, который при этом прихрамывал. В образе Гефеста олицетворяли огонь, который дышит из недр земли. Именно поэтому называли его еще Вулканом. Артемида – богиня охоты. Изображали ее с луком и копьем. В сопровождении нимф она практически все свое время проводила в лесах. Считали Артемиду также богиней плодородия.

Приложение 2

к программе палаточного спортивно-оздоровительного лагеря «Олимп»

**РАСПОРЯДОК ДНЯ**

9-00 – 9-15 - Подъём, уборка спальных мест.

9-15 – 9-30 - Утренняя гимнастика.

9-30 – 9-45 - Водные процедуры.

9-45 – 10-15 - Утренняя трапеза.

10-15 – 10-30 – Построение.

10-30 – 12-30 - Выполнение профильной программы.

12-30 – 13-30 – Подготовка к конкурсным мероприятиям, свободное время

13-30 – 14-00 - Дневная трапеза.

14-00 – 16-00 - Дневной отдых.

16-00 – 16-15 – Полдник.

16-15 – 17-00 – Оздоравливающие процедуры.

17-00 – 19-00 - Спортивные мероприятия.

19-00 – 19-30 – Ужин.

19-30 – 21-00 - Праздники, викторины, конкурсы.

21-00 - 22-00 - Свободное время.

22-00 – 22-15 - Паужин.

22-15 – 23-00 – Дискотека.

23-00 – 23-15 – Вечерние процедуры

23-15 – 9-00 - Сон.

Приложение 3

к программе палаточного спортивно-оздоровительного лагеря «Олимп»

**А Н К Е Т А**

1. **Доволен(-а) ли ты проведением своего свободного времени?**

А) да, доволен(-а),

В) не совсем

С) нет, не доволен.

1. **Как ты проводишь свое свободное время?**

А) смотрю телевизор, видео,

Б) слушаю музыку,

В) гуляю с друзьями,

Г) хожу на дискотеку,

Д) занимаюсь спортом,

Е) хожу в кино, театр, на концерты или выставки,

Ж) играю в компьютерные игры,

З) “путешествую” в Интернете,

И) читаю,

К) ничего не делаю, отдыхаю, сплю,

Л) другой вариант (напиши).

1. **Как ты относишься к спорту?**

А) постоянно тренируюсь, участвую в соревнованиях (напиши виды спорта),

Б) занимаюсь в свободное время, но постоянно не тренируюсь (напиши виды спорта),

В) спортом интересуюсь только как зритель, болельщик,

Г) спорт меня не увлекает.

1. **Как ты относишься к искусству?**

А) посещаю/окончил(-а) специальную школу, студию, кружок (напиши какую),

Б) занимаюсь самостоятельно определенным видом искусства (напиши каким),

В) искусство интересует меня только как зрителя/слушателя,

Г) искусство меня мало интересует.

1. **Как ты оцениваешь свое здоровье?**

А) чувствую себя совершенно здоровым,

Б) здоровье в целом хорошее, но хотелось бы быть более крепким,

В) здоровье иногда “хромает”, хотя болезненным себя не ощущаю,

Г) к сожалению, здоровьем похвалиться не могу, более довольно часто.

1. **Какие телепередачи ты предпочитаешь смотреть?**

А) информационные программы,

Б) развлекательные и музыкальные программы,

В) спортивные передачи,

Г) отечественные художественные фильмы,

Д) зарубежные художественные фильмы,

Е) молодежные программы,

Ж) мне нравится телереклама,

З) другое (напиши).

**7. Если бы тебе предложили отдохнуть в лагере, чтобы ты предпочел(-а) (выбери 3 варианта ответа)?**

А) подружиться с ребятами, найти друзей,

Б) приобрести новые знания, умения,

В) научиться влиять на людей, самостоятельно организовывать различные дела,

Г) укрепить свое здоровье, улучшить физическую подготовку,

Д) выявить свои возможности, лучше узнать и понять себя,

Е) просто отдохнуть и весело провести время.

1. **Напиши свою фамилию, имя, отчество.**
2. **Укажи школу, и класс, в котором ты учишься.**
3. **Сколько тебе лет (напиши)?**

Приложение 4

к программе палаточного спортивно-оздоровительного лагеря «Олимп»

**Методическая разработка**

**Спортивно-развлекательного мероприятия «Звони на 01!»**

**Отряды:** 1-2 (младший школьный возраст)

**Возраст:** 7- 13 лет

**Время проведения:** 11:00-14:00

**Дата:** 03.07.2023

**Руководство проведением спортивно-развлекательного мероприятия:** спортинструкторы, воспитатели отрядов.

**Награждение:** Занятые места выставляются в экран соревнований.

**Цель:** формирование навыков пожарной безопасности и здорового образа жизни у детей.

**Задачи:**

- закрепление правил пожарной безопасности на природе и в быту;

- совершенствование навыков здорового образа жизни;

- воспитание дружелюбия, взаимопомощи, толерантности в коллективе.

**Личностные результаты:**

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

**Метапредметные результаты**

- ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

*Предметно-информационная оставляющая образованности:*

Знать причины пожароопасных ситуаций дома и на природе;

Знать правила пожарной безопасности;

Знать телефон вызова пожарной охраны.

*Деятельностно-коммуникативная составляющая образованности:*

Уметь правильно вызвать  по телефону пожарную охрану;

Уметь предвидеть пожароопасные ситуации дома и на природе;

Уметь правильно и безопасно выходить из задымленного помещения;

Уметь правильно использовать первичные средства пожаротушения;

*Ценностно-ориентационная составляющая образованности*:

Уметь правильно принимать правильных решений в пожароопасной ситуации;

Бережно относиться к окружающей природе.

**Материалы и оборудование:**

Скакалки, стулья, спички, телефоны, пластиковые бутылки/, тазы с водой, полотенца, конусы, покрывала, салфетки.

**Ход мероприятия**

1. *Орг. Момент. Построение отрядов.*

- Начинаем наше шуточное соревнование «Звони на 01!». Сейчас мы с вами не только вспомним правила пожарной безопасности на природе и в быту, но и выясним, кто станет победителем в этом, скорее шуточном, состязании.

 Ростом спичка-невеличка,

Не смотрите, что мала!

Эта маленькая спичка

Может сделать много зла!

Крепко помните, друзья,

Что с огнем шутить нельзя!

1. *Основная часть. Проведение эстафеты.*

**Задание 1**

- Все знают правило № 1: Если вы заметили пожар, то нужно… (Позвонить по телефону) Куда? Как правильно говорить по телефону с сотрудниками МЧС?

- Молодцы!

Я номер первый в этом списке,

Краснеет кузов, с блеском диски.

Пожарным был, стал МЧС.

Зовут меня, коль вспыхнет лес,

Или дома в плену из дыма.

Всё в этом мире поправимо.

Пожар заметил? Гарь идёт? -

Звони скорей. Мы мчим вперёд.

Задание: добежать до стула, взять «телефон», крикнуть «Пожар!», обежать стул, вернуться к отряду и передать эстафету другому.

**Задание 2**

Мы в лесу костёр зажгли,   
Посидели и пошли.   
А огонь не затушили,   
«Сам погаснет» - мы решили.   
Ветром пламя разметало,   
И вокруг, как в печке стало.   
До небес огонь поднялся   
И за нами вслед погнался.   
Гибнет лес, пропали звери -   
Всех несчастий не измерить!

- Давайте вспомним – какие правила по пожарной безопасности должны соблюдать в лесу?

- А теперь давайте представим, что вы в лесу увидели маленький очаг возгорания, что нужно сделать, чтобы его затушить? (затоптать ногами).

**Задание:** *(на полпути лежит помятая пластиковая бутылка 2 л – «очаг возгорания»)* Добежать до «очага», «затоптать» его, добежать до конуса и, обежав его, вернуться обратно.

**Задание 3**

У костра играли дети.

Куртка вспыхнула на Пете.

Заметался он с испугу,

Но помог Никита другу:

Петю на бок повалил

И водой его облил…

Забросать землёй пришлось,

Чтобы пламя унялось.

- Если у кого-то загорелась одежда, как надо вести себя?

Задание: *(Напротив отряда, с противоположной стороны, лежит воспитатель (ребенок и т.п)*  Добежать до человека, накрыть покрывалом, обежать конус и вернуться обратно, передав эстафету другому.

**Задание 4**

Что за дым над головой?

Что за гром над мостовой?

Дом пылает за углом.

Что за мрак стоит кругом?

Ставит лестницы команда,

От огня спасает дом.

- Дым тоже опасен, так же как и огонь. Почему?

Если вы попали в дымовую завесу, как надо себя вести? Почему?

(Нужно закрыть нос и рот влажным платком или шарфом, лечь на пол и ползком пробираться к выходу – внизу дыма меньше).

**Задание:** намочить в воде салфетку, прикрыть ей нос и рот и на четвереньках доползти до конуса и бегом обратно.

**Задание 5**

Если прибор невзначай заискрился,   
Греть перестал или вдруг задымился,   
То побыстрее его выключай!   
Только потом до конца выясняй,   
Что же случилось и как же с ним быть,   
Можно ли этот прибор починить.   
Будет включённым прибор оставаться –   
Очень опасно к нему прикасаться:   
Или получишь тока удар,   
Или от искры начнётся пожар.   
Так что ты времени зря не теряй   
И из розетки прибор выключай!   
Выдернул вилку? –   
Тогда всё в порядке,   
Смело теперь устраняй недостатки!

- Как правильно потушить электрический прибор, если он загорелся?

**Задание:** *(На стуле сидит воспитатель – «телевизор». Часть скакалки и веревки под воспитателем - «шнур с вилкой». Рядом таз с водой и полотенцем).* Добежать до воспитателя – «телевизора», выдернуть шнур, мокрым полотенцем накрыть воспитателя и вернуться обратно.

**Задание 6**

Ребята, вам твердят не зря!

Играть со спичками нельзя!

Огонь опасен, к сожалению,

Для всех людей без исключения!

- Где нужно хранить спички, если в доме маленький ребенок?

**Задание:** На стуле рассыпаны спички, коробок находится у воспитателя отряда. Надо добежать до стула, взять спичку, положить ее в коробок и вернуться обратно.

1. **Подведение итогов.**

Есть у нас огнетушитель   
Самый главный наш спаситель.   
Черно-красный, небольшой   
Со спасательной трубой.   
Если, вдруг, огонь случится   
Он на помощь нам примчится.   
Быстро вы чеку сорвите   
И на ручку надавите.   
И волшебная струя   
Вмиг спасет вас от огня.   
А еще есть щит пожарный   
Он с лопатой, и с багром.   
Может и ребенок каждый   
Ориентироваться в нем.   
Знаем, как с огнем бороться   
И не струсим в трудный час.   
Но, пожалуй, что надежней,   
«01» звонить подчас.

- Давайте вспомним основные правила поведения при пожаре.

*Объявление результатов.*

**Интернет-ресурсы:**

[**https://nsportal.ru/detskii-sad/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/2019/11/09/stihi-dlya-detey-o-pravilah-pozharnoy**](https://nsportal.ru/detskii-sad/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/2019/11/09/stihi-dlya-detey-o-pravilah-pozharnoy)

[**https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2021/03/05/pravila-pozharnoy-bezopasnosti-dlya-shkolnikov**](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2021/03/05/pravila-pozharnoy-bezopasnosti-dlya-shkolnikov)