



**УПРАВЛЕНИЕ ПО СПОРТУ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ  
АДМИНИСТРАЦИИ ТЮМЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2  
ТЮМЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

Программа принята на заседании  
педагогического совета  
МАУ ДО СШ № 2 ТМР  
Протокол № 2 от  
« 6 » марта 2025г.



**Комплексная программа  
летнего детского лагеря  
с дневным пребыванием  
«В ритме спорта»**

<b>срок реализации:</b>	1 смена: 09.06.2025 – 01.07.2025 3 смена: 31.07.2025 – 20.08.2025
<b>количество дней в смене:</b>	21 календарный день (15 рабочих дней)
<b>возраст детей:</b>	от 10 до 17 лет

**Руководитель программы:**

Плотников Дмитрий Сергеевич,  
директор

**Разработчики программы:**

Комиссарова Ольга Николаевна,  
заместитель директора,  
Курятникова Наталья Николаевна,  
инструктор-методист,  
Горчакова Ирина Владимировна,  
специалист по инструкторской  
и методической работе

р.п. Богандинский,  
Тюменский муниципальный район,  
2025 г.

## Оглавление

<b>1.</b>	<b>Паспорт программы</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>Пояснительная записка</b>	<b>6</b>
2.1	Обоснование программы, направленность, актуальность, педагогическая целесообразность, социальная значимость, новизна программы и отличительные особенности программы	6
2.2	Краткая характеристика участников программы и места проведения лагерных смен.	10
2.3	Направления работы в лагере, краткое описание. Основные формы и методы работы с детьми. Режим организации занятий	12
2.4	Понятийный словарь программы	12
2.5	Нормативно-правовое обеспечение программы	13
2.6	Социальные партнеры программы	15
2.7	Цели и задачи программы	16
2.8	Планируемые результаты и способы оценки качества реализации программ	17
<b>3.</b>	<b>Содержание программы</b>	<b>20</b>
3.1	Содержание деятельности по направлениям программы	20
3.2	Ключевая идея программы. Игровая модель взаимодействия участников смены и логика развития игрового сюжета	22
3.3	План-сетка воспитательных, досуговых, профилактических, оздоровительных мероприятий на смене	30
3.4	Режим дня летнего лагеря с дневным пребыванием детей	36
3.5	Формы работы с детьми, технологии, методы, приёмы, способы, средства, необходимые методические рекомендации. Ключевые дела программы	36
3.6	Учебно-тренировочный план и календарный план- график	37
<b>4.</b>	<b>Механизмы реализации программы</b>	<b>40</b>
4.1	Основные принципы реализации программы	40
4.2	Сроки и этапы реализации программы.	41
4.3	Модель управления программой	42
4.4	Модель внешнего взаимодействия	44
<b>5.</b>	<b>Условия реализации программы.</b>	<b>46</b>
5.1	Условия реализации программы	46
5.2	Кадровое обеспечение программы	47
5.3	Материально-техническое обеспечение	48
5.4	Финансово-экономическое обеспечение программы	49
5.5	Информационно-методическое обеспечение	50
5.6	Медицинское обеспечение	51
5.7	Обеспечение безопасности	51
<b>6.</b>	<b>Методические материалы</b>	<b>53</b>
6.1	Формы, способы и методы работы с детьми	53
<b>7.</b>	<b>Мониторинг эффективности реализации программы</b>	<b>57</b>

7.1	Перечень диагностических методик	59
7.2	Факторы риска реализации программы	61
<b>8.</b>	<b>Требования по технике безопасности детей при реализации программы</b>	<b>62</b>
<b>9.</b>	<b>Список литературы и информационных источников</b>	<b>63</b>
<b>10.</b>	<b>Приложения к программе:</b>	<b>66</b>
	<i>Приложение 1</i>	66
	<i>Приложение 2</i>	68
	<i>Приложение 3</i>	69
	<i>Приложение 4</i>	71
	<i>Приложение 5</i>	77
	<i>Приложение 6</i>	78
	<i>Приложение 7</i>	91
	<i>Приложение 8</i>	93
	<i>Приложение 9</i>	95
	<i>Приложение 10</i>	96
	<i>Приложение 11</i>	98
	<i>Приложение 12</i>	99

## 1. Паспорт программы

1.	Полное название программы	Программа летнего детского лагеря с дневным пребыванием «В ритме спорта»
2.	Вид программы	Комплексная
3.	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4.	Направления деятельности	Физкультурно-спортивное и оздоровительное; Развлекательно-познавательное; Патриотическое; Профилактическое; Трудовое
5.	Цель и задачи программы	<p>Создание благоприятных условий для укрепления здоровья детей, отдыха и удовлетворения потребностей несовершеннолетних в различных видах деятельности, сочетающих духовное и физическое развитие обучающихся спортивной школы в летний период и достижения более высоких спортивных результатов.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать сохранению и укреплению здоровья детей и подростков, формированию устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни путем включения в различные физкультурно-оздоровительные и профилактические мероприятия;</li> <li>- способствовать самореализации личности, формированию устойчивой мотивации к ведению активной творческой, познавательной и социально полезной деятельности;</li> <li>- сформировать навык межличностного общения и взаимодействия в коллективной деятельности на основе приоритета общечеловеческих ценностей;</li> <li>- развивать познавательный интерес к истории и развитию родного края, страны, народа, природе, культуре;</li> <li>- способствовать повышению спортивного мастерства посредством организации учебно-тренировочного процесса</li> </ul>
6.	Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшение физического и психического здоровья детей и подростков, оздоровление детей, приобщение к здоровому образу жизни через спортивные и оздоровительные мероприятия (понимание и осознание ценности человеческой жизни, ответственности за сохранение здоровья и ведение здорового образа жизни)</li> <li>• реализация участниками программы своих индивидуальных способностей в различных видах деятельности, раскрытие собственного познавательного и творческого потенциала</li> <li>• создание сплоченного детского коллектива</li> <li>• формирование знаний об основных краеведческих понятиях, особенностях природы, населения, хозяйства, социальной и культурной жизни, окружающей среды, материальной и духовной культуры родного края и страны; обеспечение социально – воспитательного эффекта - формирование гражданских качеств, патриотического отношения к России и своему краю</li> <li>• повышение спортивного мастерства, улучшение спортивных результатов по видам спорта</li> </ul>

7.	Целевая аудитория программы	Несовершеннолетние р.п. Богандинский, с. Червишево от 10 до 17 лет в количестве 120 человек, имеющие допуск врача для пребывания в летнем лагере
8.	Этапы и сроки реализации программы, количество смен	Подготовительный этап – январь – май 2025 года Основной этап – 1 смена: 09.06.2025-01.07.2025; 3 смена: 31.07.2025-20.08.2025 Заключительный этап – август-сентябрь
9.	Краткое содержание программы	Содержание программы направлено на развитие и укрепление здоровья детей и подростков, их самореализацию, развитие коммуникативных, познавательных и личностных качеств, сформированность патриотических ценностей, обучение нормам здорового образа жизни совершенствование и улучшение спортивных результатов, через организацию разнообразной образовательной, досуговой, профилактической и учебно-тренировочной деятельности в рамках игровой модели «Академия спорта»
10.	Название организации	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования Спортивная школа № 2 Тюменского муниципального района (МАУ ДО СШ №2 ТМР)
11.	Почтовый адрес организации	625521, р.п. Богандинский, ул. Ломоносова, дом 2б 8 (3452) 39-34-11, e-mail: <a href="mailto:dussh2tmr@obl72.ru">dussh2tmr@obl72.ru</a>
12.	Ф.И.О. руководителя организации	Плотников Дмитрий Сергеевич
13.	Авторы программы, контактные телефоны	Руководитель программы – директор МАУ ДО СШ №2 ТМР Плотников Дмитрий Сергеевич, телефон 8 (3452) 39-34-11 Разработчики программы – заместитель директора Комиссарова Ольга Николаевна, инструктор-методист Курятникова Наталья Николаевна, специалист по инструкторской и методической работе Горчакова Ирина Владимировна, телефон 8 (3452) 39-34-11, доб. 109
14.	Место реализации программы с указанием адреса	МАУ ДО СШ №2 ТМР, адрес: Тюменский район, р.п. Богандинский, ул. Ломоносова, 2б. МАОУ Богандинская СОШ №1, адрес: Тюменский район, р.п. Богандинский, ул. Юбилейная, 5б. МАОУ Червишевская СОШ, адрес: Тюменский район, с. Червишево, ул. Юбилейный квартал, 2
15.	Имеющийся опыт реализации программы	Имеется опыт реализации программ летнего детского лагеря с дневным пребыванием. Программа летнего детского лагеря с дневным пребыванием «В ритме спорта».
	Дата ее создания	Март 2024 год
16.	Финансовое обеспечение проекта	Бюджетное финансирование – 294 637,50 руб. Родительские взносы – 229 162,50 руб.
17.	Перечень организаторов реализации программы	Общее руководство осуществляет управление по спорту и молодежной политике Администрации Тюменского муниципального района.

		Непосредственная организация и проведение летнего детского лагеря с дневным пребыванием возлагается на МАУ ДО СШ №2 ТМР
18.	Особая информация и примечания	Данная программа предназначена для обучающихся МАУ ДО СШ №2 ТМР. Находясь в лагере дневного пребывания, несовершеннолетние ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Реализация программы решает проблемы занятости несовершеннолетних, родители которых не имеют возможности организовать загородный отдых в летний период

## **2. Пояснительная записка**

### **2.1 Обоснование программы, направленность, актуальность, педагогическая целесообразность, социальная значимость, новизна программы и отличительные особенности программы**

**«Спорт становится средством воспитания тогда,  
когда он – любимое дело каждого!»  
В.А. Сухомлинский**

Лето – долгожданная и любимая пора всех школьников, пора для реализации возможностей, идей и творческого потенциала ребят. У ребят увеличивается количество свободного времени, которое можно и нужно использовать для развития и приобщения к ценностям культуры, вхождения в систему социальных связей, воплощения собственных планов и удовлетворения индивидуальных интересов. Это время игр, развлечений, свободы в выборе занятий, снятия накопившегося за год напряжения, восстановления сил. Это период свободного общения детей, который целесообразно использовать для содержательного и интересного отдыха. Кроме того, лето — это благоприятное время для укрепления здоровья детей.

С наступлением летних каникул у многих родителей возникает вопрос о том, как организовать отдых их ребенка. В период летних каникул, когда родители находятся на работе, ребенок предоставлен сам себе, у него появляется масса свободного времени. Заполнить это свободное время полезными и интересными мероприятиями становится основной заботой родителей.

Летний лагерь с дневным пребыванием детей на территории проживания для многих родителей становится оптимальным решением этой проблемы, т.к. выполняет очень важную миссию досуга и воспитания детей. В лагере с дневным пребыванием детей при МАУ ДО СШ №2 ТМР, ребенок находится под присмотром квалифицированных педагогов, своевременно накормлен, занят интересными делами, а вечером и в выходные дни находится в кругу семьи.

Посещая летний лагерь, дети реализуют основные потребности, обусловленные их возрастными особенностями:

- потребность в улучшении физического состояния и сохранении здоровья;
- потребность в приобретении опыта коллективного общения;
- потребность в саморазвитии, самореализации своих способностей и возможностей.

Создание летнего лагеря с дневным пребыванием при МАУ ДО СШ №2 ТМР помогает решению ряда образовательных и социальных проблем: летний отдых

обучающихся становится познавательным, ребята приобретают возможность получения практически ориентированных навыков, связанных с избранным видом деятельности, а также получают возможность сохранить и улучшить показатели результатов спортивной деятельности.

Программа лагеря с дневным пребыванием детей «В ритме спорта» имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

**Актуальность** программы обусловлена тем, что организация летнего отдыха детей способствует восстановлению здоровья детей и подростков, удовлетворению потребностей в их нравственном и творческом развитии, получению знаний и умений жизнедеятельности, профориентации, общению и самостоятельности в разнообразных формах, включающих спорт, труд, общение, игру и другие сферы возможного самоопределения.

Указом Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. №240 в России объявлен социальный проект «Десятилетие детства». Десятилетие детства – это комплекс мероприятий, направленных на улучшение жизни всех детей и семей с детьми в России.

Он включает три направления:

1. Поддержка семей с детьми.
2. Здоровье и безопасность детей.
3. Образование и воспитание подрастающего поколения.

Согласно плану основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, утвержденному Распоряжением Правительства Российской Федерации от 6 июля 2018 года N 1375-р «Об утверждении плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства» поставлена задача увеличения охвата детей услугами организаций отдыха детей и их оздоровления, а также обеспечение качества и безопасности указанных услуг, что также подтверждает актуальность содержания и количественного охвата детей Тюменского района данной программой.

Французский писатель XX века Морис Декорба говорил: «Спорт – лекарство от плохого настроения и депрессий». С этим сложно поспорить и этот постулат становится основным правилом при организации детского летнего отдыха в спортивной школе, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени творческого, интеллектуального, психологического и физического роста каждого ребенка.

Опыт работы лагеря в летний период прошлого года показал, как положительный результат.

В сезоне летнего периода 2024 года, цель программы летнего детского лагеря, поставленная учреждением, была благополучно достигнута, обозначенные задачи были успешно решены.

Ежегодно, оценка эффективности оздоровления детей в условиях детского лагеря проводится на основании сопоставления данных двух медицинских осмотров - в начале и в конце лагерной смены. По методу Кетле было выявлено, что благодаря здоровому рациональному питанию, регулярным оздоровительным процедурам и правильному режиму дня показатели веса и роста всех детей, находящихся в лагере, соответствовали показателям нормы.

Как и в предыдущие периоды, в прошлом году при проведении входного анкетирования родителей на вопрос «Что наиболее значимо для Вас при организации работы в лагере?» около 90% родителей ответили «Интересный досуг детей». На вопрос итоговой анкеты родителей «Понравилось ли Вашему ребенку в лагере?» все (100%) родители дали положительную оценку работе лагеря и подтвердили желание отправить ребенка в лагерь дневного пребывания в следующем году.

При первичном опросе ребят «Какую игровую модель предпочитаете?», было выявлено, что самой интересной является игровая модель физкультурно-спортивной направленности.

Важно отметить, что программы летнего лагеря с дневным пребыванием детей «В ритме спорта» в 2022 и 2023 годах были положительно оценены жюри областного заочного конкурса методических материалов физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности в номинации «Программы лагерей с дневным пребыванием детей», где они дважды занимали 1 место.

При анализе работы по реализации программы лагеря было выявлено, что все запланированные мероприятия были проведены, было организовано достаточное количество выездов на культурно-познавательные и развлекательные мероприятия, что вызвало у ребят и родителей много положительных эмоций и было отражено в заключительном анкетировании.

Таким образом, можно сделать вывод, что форма организации работы лагеря с дневным пребыванием детей, методы и мероприятия программы были избраны верно и имели положительный результат. Все отдыхающие и родители отметили, что лагерные смены прошли в активном, спортивно-позитивном духе и дружеской атмосфере.

Исходя из итогов прошлого года, в 2025 году планируется так же организовать досуг детей по видам спорта (волейбол, футбол, хоккей, спортивная (греко-римская) борьба, гиревой спорт) через интеграцию физкультурно-спортивных, познавательно-развлекательных и культурно-патриотических мероприятий. Программа предусматривает сочетание учебно-тренировочных занятий с игровыми развлекательными и познавательными мероприятиями. Оптимальная организация жизнедеятельности лагеря в

сочетании с оздоровительным и развивающим потенциалом окружающей среды предоставляет возможность создания условий для оздоровления, формирования личности и развития спортсменов. Одним из важных направлений в реализации программы лагеря является вовлечение в его деятельность детей «группы риска» из социально незащищенных, малообеспеченных семей. В этом заключается **педагогическая целесообразность** программы.

Программа, благодаря ключевой модели предполагает включенность детей в различные виды деятельности, разнообразие социально значимых ролей и позиций участников этой деятельности, новизной связей и контактов, в которые вступают дети, а также созданием психологической среды, дополняющей и корректирующей семейное воспитание ребенка. Программа универсальна в том, что может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.

**Социальная значимость** программы заключается в том, что она располагает разнообразием социальных связей, благоприятной атмосферой для самопознания и самовоспитания каждого ребенка, что обусловлено рядом особенностей:

- в лагере на базе МАУ ДО СШ №2 ТМР, могут быть организованы все ведущие виды деятельности (игровая, коммуникативная, спортивная, трудовая, познавательная, эстетическая, образовательная и т.д.);

- взаимодействие детей в лагере имеет такой характер по содержанию и по форме включения ребят в различные формы деятельности, который способствует инициативе, социальной активности, самовыражению, самоутверждению и удовлетворению интересов;

- в детском лагере осуществляется постоянный анализ всего образовательного и воспитательного процесса;

- летний лагерь с дневным пребыванием детей представляет собой временную среду окружения для удовлетворения потребностей, интересов, способствует инициативе, социальной активности, самовыражению, самоутверждению и взаимообогащению, формированию новых целей и связей.

**Новизну** программы определяет то, что согласно Указу Президента РФ, 2025 год в России объявлен Годом защитника Отечества, а в Тюменской области 2025 год объявлен Годом героев. В этой связи в программу включены мероприятия, связанные с данным направлением работы, где родители и другие члены семьи воспитанников будут приобщены к мероприятиям, посвященным Году защитника Отечества и Году Героев, отраженным в содержании программы и плане мероприятий.

Кроме того, в 2025 году исполняется 80-летие Великой Победы, что также отражено в содержании мероприятий.

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

#### **Отличительные особенности программы:**

- акцент на гражданско-патриотическое воспитание. В ходе реализации программы будут проведены ряд мероприятий гражданско-патриотической направленности (*День РДДМ «Движение первых», конкурс рисунков «Мой герой», викторина «Моя Россия! Моя страна!»*). *«Поклонимся великим тем годам» - акция возложения цветов к обелиску; встреча с героями СВО, «Час мужества» в городской библиотеке с участниками Великой Отечественной войны, поход в кинотеатр*), которые способствуют формированию чувства гражданской ответственности, уважения к национальным подвигам, культурному наследию, памяти героев и истории страны, коллективизма, взаимопомощи, взаимовыручки;

- участниками лагерных смен в летний период 2025 года являются спортсмены групп спортивной подготовки (этап начальной спортивной подготовки и учебно-тренировочного этапа), что предполагает усиленный спортивный режим организации учебно-тренировочного процесса и увеличение часов учебно-тренировочных занятий по видам спорта;

- проектная деятельность. Основная идея проекта заключается в реализации мероприятий по формированию и развитию у детей гражданско-патриотических ценностей через включение в процесс активного сохранения и расширения пространства исторической памяти о Великой Отечественной войне и специальной военной операции посредством использования современных игровых, образовательных и других технологий.

## **2.2 Краткая характеристика участников программы и места проведения лагерных смен**

Лагерь с дневным пребыванием детей располагается на базе Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Спортивной школы № 2 Тюменского муниципального района (далее – МАУ ДО СШ № 2 ТМР), по адресу: Тюменский район, р.п. Богандинский, ул. Ломоносова, 2б, на базе МАОУ Богандинская СОШ №1, по адресу: р.п.Богандинский, ул. Юбилейная, 5б и на базе МАОУ Червишевская СОШ по адресу: с. Червишево, ул. Юбилейный квартал, 2.

Основной состав лагеря – это обучающиеся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки МАУ ДО СШ №2 ТМР на территориях р.п.

Богандинский и с. Червишево в возрасте 10-17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных, многодетных семей, детям-сиротам, опекаемым и детям, состоящим на различных видах профилактического учета (ВШУ, ПДН, СОП), детям из семей участников СВО. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в спортивных отрядах по 10-15 человек. Отряды формируются по видам спорта волейбол, футбол, спортивная (греко-римская) борьба, хоккей, гиревой спорт.

Продолжительность смены 21 календарный день (15 рабочих дней), количество детей на 1 смене - 35 человек (июнь-июль), на 3 смене – 85 человек (июль-август). Общее количество отдыхающих – 120 человек. Количество воспитанников из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации – 15 человек. Зачисление лиц с ОВЗ и инвалидностью, а также повторное участие в лагерной смене программой не предусмотрено.

Комплектование смен и места организации лагеря с дневным пребыванием детей указана в таблице №1.

*Таблица №1*

**Комплектование смен летнего лагеря с дневным пребыванием детей  
«В ритме спорта» на 2025 год**

<b>смена</b>	<b>сроки проведения</b>	<b>отряд</b>	<b>воспитатель</b>	<b>Вид спорта</b>	<b>место проведения</b>	<b>количество человек</b>
1	09.06.2025-01.07.2025	1	Андреев И.Г.	Гиревой спорт	р.п. Богандинский	10
		2	Хасанаев Р.Р.	Греко-римская борьба		10
		3	Мерц И.А.	Футбол		15
<b>итого</b>						<b>35</b>
3	31.07.2025-20.08.2025	1	Степанов А.В.	Хоккей	р.п. Богандинский	15
		2	Степанов И.А.	Хоккей		15
		3	Каргин А.Ю.	Волейбол		15
		4	Черноскутов И.С.	Хоккей		15
		5	Евграфов Е.А.	Футбол	с.Червишево	10
		6	Савельев С.А.	Футбол		15
<b>итого</b>						<b>85</b>
<b>общее количество</b>						<b>120</b>

## 2.3 Направления работы в лагере.

### Основные формы и методы работы с детьми. Режим организации занятий

Для обеспечения разнообразия жизнедеятельности детей в лагере с дневным пребыванием используются различные формы работы с воспитанниками по основным направлениям деятельности. Среди них проводятся спортивные и воспитательные мероприятия. График занятий и мероприятий представлен в таблице №2

Таблица №2

#### График проведения учебно-тренировочных занятий и воспитательных мероприятий

направление деятельности	время проведения	периодичность	формы занятия, мероприятия, используемые методы
<i>Физкультурно-спортивное и оздоровительное направление</i>	9.00 – 9.30	ежедневно	утренняя зарядка
	11.30 – 13.30		учебно-тренировочные занятия, соревнования, прием нормативов
	14.30 – 16.30		
<i>Развлекательно-познавательное направление</i> <i>Патриотическое направление</i> <i>Профилактическое направление</i> <i>Трудовое направление</i>	10.00 – 11.30	ежедневно	отрядные дела, мероприятия, игры, конкурсы, викторины, квесты, экскурсии, акции, тренинги, беседы и т.п.
	13.50 – 14.30		
	16.45 – 17.45		

## 2.4 Понятийный словарь программы

В ходе реализации игровой модели программы используется ряд специальной терминологии:

- «Академия спорта» - 1. спортивное учреждение, в котором обучаются, развиваются и воспитываются спортсмены - обучающиеся групп спортивной подготовки начального и учебно-тренировочного этапа подготовки; 2. сюжет лагерной смены, которая отражает основную (физкультурно-спортивную) направленность деятельности лагеря в течение смены;
- «Декан» - начальник лагеря;
- «Куратор» - воспитатель отряда;
- «Ассистент» - помощник вожатого;
- «Студенты» - воспитанники, помощники в организации и проведении тематических дней, мероприятий;

- «Староста» - лидер группы, подгруппы, ответственный за деятельность отряда, группы отряда в определенный период;
- «учебная группа» - отряд;
- «факультет» - отделение по виду спорта;
- «зачётная книжка» - книжка отряда, где отображаются результаты деятельности отряда;
- «сессия» - экзамен;
- «диплом» - документ об окончании;
- «соревнования» - спортивные мероприятия;
- «результат» - показатель спортсмена;
- «медаль» - награда в личном зачёте.

## **2.5 Нормативно-правовое обеспечение программы**

Данная программа разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Конституция Российской Федерации (п. 4 ст. 67).
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
4. Федеральный закон от 28.12.2024 № 543-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
5. Федеральный закон РФ от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
6. Федеральный закон от 24.06.1999 №120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
7. Федеральный закон РФ от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
8. Профессиональный стандарт от 01.09.2023г. «Руководитель организации отдыха детей и их оздоровления».
9. Указ Президента РФ от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».
10. Указ Президента РФ от 7 мая 2024 г. N 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
11. Указ Президента РФ от 16.01.2025г. № 28 «О проведении в Российской Федерации Года защитника Отечества».
12. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на

период до 2030 года, утвержденная распоряжением правительства РФ от 24.11.2020 №3081-р (с изменениями от 17.12.2024).

13. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года», утвержденная распоряжением правительства РФ от 29.05.2015 №9961-р.

14. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 6 июля 2018 года N 1375-р «Об утверждении плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства»

15. Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

16. Постановление Правительства РФ от 23 сентября 2020 года № 1527 «Об утверждении Правил организованной перевозки группы детей автобусами».

17. Письмо Минобразования РФ от 26 октября 2012 г. N 09-260 «Методические рекомендации по организации отдыха и оздоровления детей (в части создания авторских программ работы педагогических кадров)».

18. Письмо Министерства образования и науки РФ от 1 апреля 2014 г. N 09-613 «Рекомендации по примерному содержанию образовательных программ, реализуемых в организациях, осуществляющих отдых и оздоровление детей».

19. Письмо Минобразования России от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

20. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 1 марта 2021 г. № ДГ 409/06 «О перечне нормативных актов в сфере организации отдыха и оздоровления детей».

21. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

22. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.12.2020 № 44 «Об утверждении СП 2.1.3678-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказания услуг».

23. СанПин 3.3686-21 «Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней».

24. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

25. Распоряжение Правительства Тюменской области от 29.11.2024г. № 1191-рп «Об организации детской оздоровительной кампании в Тюменской области в 2025 году».

26. Распоряжение Администрации Тюменского муниципального района от 03.02.2025г № 65-ро «Об организации детской оздоровительной кампании в Тюменском муниципальном районе в 2025 году».

27. Распоряжение Администрации Тюменского муниципального района от 18.11.2021г № 964-ро «Об утверждении плана мероприятий («дорожная карта» Организация отдыха, оздоровления и занятости несовершеннолетних в Тюменском муниципальном районе 2022-2024 годы».

28. Распоряжение Администрации Богандинского СП от 10.03.2025 г. № 049 «Об организации детской оздоровительной кампании в Богандинском сельском поселении в 2025 году».

29. Устав МАУ ДО СШ № 2 ТМР.

30. Программа воспитательной работы летнего лагеря с дневным пребыванием детей «В ритме спорта».

31. Положения, приказы, инструкции и иные локальные акты учреждения, также договоры, обеспечивающие летнюю кампанию 2025 года.

32. Акт приемки лагеря.

## **2.6 Социальные партнеры программы**

Реализация программы осуществляется при помощи социального партнерства и взаимодействия.

Неразрывными партнерами реализации программы являются:

- родители воспитанников;
- общеобразовательные школы Богандинского СП, Червишевского СП;
- МАУ ДО Богандинская ДШИ «Вдохновение» ТМР;
- МАУК Центральная Библиотечная система ТМР;
- ООО «Магия вкуса»;
- Филиал ГБУЗ ТО «Областная больница №19»;
- МО МВД России «Тюменский»; МЧС;
- Администрация Богандинского СП, Червишевского СП;

- Управление по спорту и молодежной политике;
- МАУ ЦФСР ТМР;
- ГАУ ТО ЦЗН г. Тюмени и Тюменского района;
- Летние оздоровительные пришкольные лагеря;
- МАУ ТМР Центр культуры и досуга «Премьера»;
- ОО «Боевое братство» Тюменского района;
- Совет ветеранов;
- Участники СВО.

## **2.7 Цели и задачи программы**

**Цель программы** - создание благоприятных условий для укрепления здоровья детей, отдыха и удовлетворения потребностей несовершеннолетних в различных видах деятельности, сочетающих духовно-нравственное и физическое развитие обучающихся спортивной школы в летний период и достижения более высоких спортивных результатов.

Задачи:

- способствовать сохранению и укреплению здоровья детей и подростков, формированию устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни путем включения в различные физкультурно-оздоровительные и профилактические мероприятия;
- способствовать самореализации личности, формированию устойчивой мотивации к ведению активной творческой, познавательной и социально полезной деятельности;
- сформировать навык межличностного общения и взаимодействия в коллективной деятельности на основе приоритета общечеловеческих ценностей;
- развивать познавательный интерес к истории и развитию родного края, страны, народа, природе, культуре;
- способствовать повышению спортивного мастерства посредством организации учебно-тренировочного процесса.

## **2.8 Планируемые результаты и способы оценки качества реализации программы**

В следствии активного участия детей и взрослых в реализации программы у каждого возникнет чувство сопричастности к большому коллективу единомышленников. Успешное участие в мероприятиях различной направленности поспособствует повышению социальной активности, придаст уверенности в своих способностях, талантах и возможностях.

Эффективная организация питания, медицинского наблюдения и правильно организованных спортивных мероприятий способствует оздоровлению детей и своевременной корректировке проблем со здоровьем, если таковые существуют.

Результатом реализации программы летнего отдыха детей в лагере с дневным пребыванием предполагается достижение основной цели и решение поставленных задач программы и положительная динамика результатов и показателей, которые наряду со способами оценки качества реализации программы, представлены в таблице №3.

## Планируемые результаты и способы оценки качества реализации программы

<b>Задача</b>	<b>Планируемый результат</b>	<b>Критерии</b>	<b>Показатели</b>	<b>Способы оценки</b>
Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей и подростков, формированию устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни путем включения в различные физкультурно-оздоровительные и профилактические мероприятия;	улучшение физического и психического здоровья детей и подростков, оздоровление детей, приобщение к здоровому образу жизни через спортивные и оздоровительные мероприятия (понимание и осознание ценности человеческой жизни, ответственности за сохранение здоровья и ведение здорового образа жизни)	стабильное удовлетворительное состояние физического и психического здоровья детей и подростков	отсутствие заболеваемости в течение лагерной смены;	мониторинг посещаемости, утренний фильтр, выявление уровня заболеваемости;
			физиологические показатели (рост, вес и другие нормативные показатели здоровья);	оценка уровня соматического здоровья по Л.Г. Апанасенко, определение уровня соответствия массы и тела по методу Кетле (приложение 1)
			отсутствие травматизма;	учет случаев травматизма;
			соблюдение режима дня (100%);	педагогическое наблюдение, сопровождение
			сбалансированное питание (100%)	
			участие в физкультурно-спортивных мероприятиях (100%)	
Психологическое состояние детей	педагогическое наблюдение, входное и итоговое тестирование			
Способствовать самореализации личности, формированию устойчивой мотивации к ведению активной творческой, познавательной и социально полезной деятельности;	реализация участниками программы своих индивидуальных способностей в различных видах деятельности, раскрытие собственного познавательного и творческого потенциала	участие в мероприятиях программы	участие в проводимых мероприятиях (100%);	педагогическое наблюдение, сопровождение
			количество и качество проводимых мероприятий;	анализ сюжетно-ролевых игр и видов деятельности, рефлексия
			удовлетворенность отдыхом в лагере (100%);	рефлексия, анкетирование; анализ достижений, беседы
Сформировать навык межличностного общения и взаимодействия в	создание сплоченного детского коллектива	формирование сплоченного	умение выстраивать эффективную коммуникацию со сверстниками и взрослыми;	педагогическое наблюдение, рефлексия, анкетирование, анализ достижений, беседы

коллективной деятельности на основе приоритета общечеловеческих ценностей;		детского коллектива (команды)	коллективное решение поставленных задач, выполнение заданий	
			отсутствие конфликтов	
Развивать познавательный интерес к истории и развитию родного края, страны, народа, природе, культуре;	формирование знаний об основных краеведческих понятиях, особенностях природы, населения, хозяйства, социальной и культурной жизни, окружающей среды, материальной и духовной культуры родного края и страны; обеспечение социально – воспитательного эффекта - формирование гражданских качеств, патриотического отношения к России и своему краю	уровень краеведческих знаний, понятий, особенностей природы, населения, хозяйства, социальной и культурной жизни, окружающей среде, материальной и духовной культуре родного края и страны	участие в программных мероприятиях, направленных на патриотическое воспитание несовершеннолетних (100%);	педагогическое наблюдение, рефлексия, анкетирование
			знание основных краеведческих понятий, особенностей природы, населения, хозяйства, социальной и культурной жизни, окружающей среды, материальной и духовной культуры родного края и страны	
			гражданские качества, патриотическое отношение к России и своему краю	
Способствовать повышению спортивного мастерства посредством организации учебно-тренировочного процесса.	повышение спортивного мастерства, улучшение спортивных результатов по видам спорта	уровень спортивного мастерства, улучшение спортивных результатов по видам спорта	участие в тренировочном процессе;	педагогическое наблюдение, сопровождение
			приобретение специальных спортивных и технико-тактических умений и навыков по виду спорта;	
			результативность соревновательной деятельности;	анализ достижений воспитанников; протоколы соревнований
			результаты контрольных нормативов	протоколы приема нормативов (в соответствии с нормами ВФСК «ГТО»)¹ (приложение 2)

¹ Новые нормативы ГТО и требования выполнения комплекса ГТО установлены Постановлением правительства РФ от 23 марта 2023 г. №33. Согласно этому постановлению.

### 3. Содержание программы

#### 3.1 Содержание деятельности по направлениям программы

Для всестороннего развития личности детей и достижения основной цели программы и поставленных задач программа реализуется по **пяти направлениям**: физкультурно-спортивное и оздоровительное, развлекательно-познавательное, патриотическое, профилактическое и трудовое. Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в мероприятия спортивной, оздоровительной и игровой деятельности, что дает им определенную систему нравственных ценностей, а также спортивных и культурных традиций.

А. В. Луначарский утверждал: «Физическое образование ребёнка есть база для всего остального. Без правильного применения гигиены в развитии ребёнка, без правильно поставленной физкультуры и спорта мы никогда не получим здорового поколения».

Физкультурно-спортивное и оздоровительное направление деятельности способствует приобретению навыков здорового образа жизни, формирования интереса и потребности заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни, овладению приемами саморегуляции, приобщению к разумной физической активности.

Развлекательно-познавательное направление предполагает вовлечение детей в различные формы организации досуга, овладение навыками культуры общения; развитие лидерских качеств, творческих способностей, приобретение навыков общения, взаимоподдержки в условиях детского коллектива, максимальное раскрытие детского творческого потенциала, массовое участие детей в развлекательных программах.

Патриотическое направление включает в себя все мероприятия, на формирование патриотического, культурно-нравственного развития воспитанников, которые воспитывают в детях любовь к родному краю, чувство гордости за свою страну, ее историю и культуру.

Профилактическое направление способствует овладению знаниями по обеспечению безопасности жизнедеятельности, создание единой системы формирования позитивных моральных и нравственных ценностей.

Трудовое направление предполагает уважение к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на развитие самостоятельности, трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в труде, профессиональной деятельности.

Система мероприятий в рамках основных направлений программы представлена в таблице №4.

*Таблица №4*

**Система мероприятий по основным направлениям программы**

<b>Направление деятельности</b>	<b>Мероприятия по направлениям</b>
<i>Физкультурно-спортивное и оздоровительное направление</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— утренняя гимнастика (зарядка);</li> <li>— учебно-тренировочные занятия,</li> <li>— выполнение нормативов ВФСК «ГТО»,</li> <li>— спортивные игры на стадионе, спортивной площадке (футбол, волейбол, теннис, пионербол);</li> <li>— беседы о здоровом образе жизни;</li> <li>— беседы с врачом</li> <li>— эстафеты на свежем воздухе;</li> <li>— организация здорового питания;</li> <li>— соблюдение режима дня</li> </ul>
<i>Развлекательно-познавательное направление</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— общелагерные и отрядные мероприятия,</li> <li>— праздники,</li> <li>— турниры, подвижные игры;</li> <li>— конкурсы, викторины, мероприятия;</li> <li>— посещение кино, экскурсий</li> </ul>
<i>Патриотическое направление</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— патриотические акции, мероприятия, викторины, конкурсы;</li> <li>— экологические акции, мероприятия, конкурсы, викторины;</li> <li>— посещение музея, экскурсии</li> </ul>
<i>Профилактическое направление</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— проведение инструктажей;</li> <li>— мероприятия по пожарной и дорожной безопасности;</li> <li>— беседы, лекции, просмотр фильмов;</li> <li>— санитарно-просветительская работа по профилактике заболеваний</li> </ul>
<i>Трудовое направление</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— экологические акции;</li> <li>— беседы, лекции, круглый стол;</li> <li>— организованный сбор макулатуры;</li> <li>— организаций дежурств в отряде;</li> <li>— выполнение трудовых поручений</li> </ul>

Мероприятия воспитательной работы с участниками смены реализуются в соответствии с Программой воспитательной работы в организации отдыха детей и их оздоровления на базе МАУ ДО СШ №2 ТМР, которая размещена на сайте МАУ ДО СШ №2 ТМР в разделе «Виды деятельности» - вкладка «Летняя оздоровительная кампания»<sup>2</sup>.

<sup>2</sup> Сайт МАУ ДО СШ №2 ТМР, раздел «Виды деятельности», вкладка «Летняя оздоровительная кампания»  
<https://dussh2tmr.ru/services/letnyaya-ozdorovitel'naya-kompaniya/>

### 3.2 Ключевая идея программы. Игровая модель взаимодействия участников смены и логика развития игрового сюжета



Спорт - норма жизни! Спорт укрепляет здоровье, воспитывает мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и с честью выходить из непростых ситуаций. Хорошая физическая подготовка и устойчивый характер, позитивное мышление и здоровый образ жизни — это главный вклад в укрепление здоровья.

**Ключевая идея программы** называется «Академия спорта». Это основная нить жизнедеятельности летнего детского лагеря с дневным пребыванием, которая определена спортивной тематикой. Название «Академия спорта» обозначает, что мероприятия основного вида деятельности физкультурно-спортивной направленности в течение лагерной смены совмещаются, перекликаются и дополняются мероприятиями других направленностей: развлекательными, познавательными, интеллектуальными, творческими, патриотическими и профилактическими, которые отражены в плане мероприятий программы.

Общий сюжет смены – это выполнение заданий и участие в мероприятиях лагеря разных направленностей, которые распределены по дням проведения.

Здоровье - бесценный дар природы, источник счастья. Любой человек, независимо от того взрослый или ребенок, мечтает быть здоровым и сильным, но не все знают, что для этого необходимо. Наша задача помочь подрастающему поколению осознать, что самое главное в жизни человека – его здоровье. Поэтому особое внимание в лагере будет уделяться спорту. Лозунг программы - «Чтоб здоровым, сильным быть, нужно спорт любить»!

#### **Игровая модель программы**

Игровая модель лагеря исходит из соотношения двух показателей: возрастного состава обучающихся (несовершеннолетние подросткового возраста от 10 лет и старше) и программы обучения (участники смены – обучающиеся по дополнительным программам спортивной подготовки). В связи с этим лагерь создан по подобию реальной образовательной деятельности высшего учебного заведения спортивной направленности – Академии спорта. Будучи студентами вымышленной академии, дети, пребывающие в детском лагере с дневным пребыванием, приобретают способности самостоятельно принимать решения и добросовестно выполнять выбранное дело, учатся быть лидерами, быть ответственными и находить новые возможности

самореализации и самосовершенствования. По подобию учебного заведения, в «академии спорта» имеются «факультеты» - отделения по видам спорта. На «факультетах» организуется образовательный процесс по видам спорта. Каждый отряд планирует свою работу с учётом направленности дня, общелагерного плана и внутриотрядного.

Помимо отдельных мероприятий программы по факультетам, проводятся общелагерные мероприятия.

15 календарных дней смены разбиты на 3 этапа (курса). Каждый курс, продолжительностью 5 календарных дней, имеет тематическую направленность и состоит из теоретических и практических занятий. Дети, пребывающие в детском лагере с дневным пребыванием, в начале смены зачисляются на первый курс Академии спорта в учебные группы (отряды).

Каждому воспитаннику смены предоставляется возможность проявить свои таланты и способности, приобрести новые увлечения, знакомства, повысить свои физические и интеллектуальные способности. Приобретая статус студента, обучающиеся становятся участниками образовательного процесса под руководством декана и кураторов Академии. После посвящения в студенты, на каждую учебную группу выдаётся зачетная книжка, в которой будут учитываться результаты освоения пройденного материала и оцениваться качество выполнения заданий каждым обучающимся учебной группы. По окончании курса студенты сдают сессию, в конце 3-го курса защищают выпускную квалификационную работу (приложение 3) и получают дипломы об окончании спортивной академии. Посредством обучения в академии формируются и совершенствуются спортивные знания, умения и навыки.

Все спортивные результаты отрядов после прохождения соревнования и участия в мероприятиях будут отражаться в зачётных книжках. В конце курса учебная группа (отряд), которая набрала наибольшее количество баллов, получает красный диплом. Остальные выпускники получают дипломы синего цвета.

Учебная группа (отряд) в лагере создает свою систему жизнедеятельности, утверждает символику, оформляет отрядный уголок, где отражается жизнь отряда по итогам дня. Отряд имеет свой неповторимый имидж, который выражается в названии, эмблеме, девизе, законах и традициях отрядной жизни, игровых отрядных условностях, в особых приветствиях, поощрениях, прощаниях, пожеланиях успеха, оформлении отрядного уголка.

Руководство управлением жизнедеятельности лагеря возлагается на Декана (начальника лагеря). На уровне учебной группы руководство возлагается на Куратора (воспитателей) и Ассистентов (помощников вожатых).

В честь Года защитника Отечества, объявленного Указом Президента РФ от 16.01.2025г. № 28 «О проведении в Российской Федерации Года защитника Отечества», и в честь Года Героев, объявленного Губернатором Тюменской области в ходе своего послания депутатам областной Думы, в лагере запланированы общелагерные и отрядные мероприятия.

План основных лагерных мероприятий представлен в таблице №5. Описание основных лагерных мероприятий представлено в приложении 4

**Таблица №5**

**План мероприятий лагерной смены «Академия спорта»**

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Краткое содержание</b>	<b>Планируемый результат</b>
1	Игры на сплочение коллектива в лагере	Игры на знакомство: «5 важных вещей», «Тутти-фрутти»; игры-конкурсы: «Алфавит», «Ловкач»; игры на выявление лидера «Подводная лодка»; подвижные игры.	Игры на сплочение развивают доброжелательность, интерес и умение строить доверительные отношения друг с другом
2	Конкурсная программа «Неразлучные друзья – спорт, друг и я»	Игры и задания на сплочение коллектива, в которых каждый проявит свою ловкость, сноровку, быстроту, гибкость, а самое главное командный дух. Впереди у ребят великие победы и новые рекорды! Но, для того чтобы установить новые рекорды, необходимо усердно тренироваться, активно участвовать в спортивной жизни, ведь только лучшие из лучших попадают на пьедестал почета.	Пропаганда здорового образа жизни, сплочение детского коллектива в лагере; создание дружеской, доверительной обстановки
3	1. Викторина «Я здоровье сберегу-сам себе я помогу»  2. ЦКиД «Премьера» просмотр фильма	Просмотр видео презентации "Я за ЗОЖ". В процессе мероприятия ребята составят таблицу «Здоровый образ жизни», вспомнят и узнают новые пословицы, поговорки, народные мудрости о здоровье, поговорят о здоровом питании, о правилах личной гигиены.	направлена на формирование здорового образа жизни молодого поколения  Просмотр фильма и его анализ позволяет снять эмоциональное напряжение, а также обучает навыкам

		Так же отгадают загадки и проявят двигательную активность в процессе данного мероприятия. Поговорят о режиме дня и что такое «вредные привычки.»	релаксации и умению спонтанно выражать свои чувства.
4	Экскурсия на завод «Стеклотех»	Ознакомиться с технологической цепочкой. Увидеть цех приготовления шихты, горы стеклобоя, вагоны с материалами, функционирующий мостовой кран и сырьё в белоснежных биг-бэгах. Посетить цех производства стеклотары. Увидеть чугунные формы для выдува бутылок, огромные печи, раскалённую стекломассу, похожую на лаву, стеклоформирующие машины и транспортные ленты, по которым едет готовая продукция. Познакомиться со специалистами предприятия. Узнать об уникальных профессиях завода и даже примерить специальный огнеупорный костюм для ремонта печей. Увидеть процесс контроля качества стеклотары. Понаблюдать за упаковкой бутылок. Заглянуть в центральную заводскую лабораторию. Познакомиться с микроскопами, материалами и лампами-колористами.	Производственные экскурсии помогают уяснить сущность профессии, познакомиться с научными основами производственного процесса, составить представление о современном производстве.
5	Конкурс рисунков «ГТО глазами детей»	раскрытие творческих способностей и воображения детей	возможность выразить свои впечатления в рисунке
6	Игровой практикум «Правила движения достойны уважения!»	В игровой форме систематизировать знания детей о правилах дорожного движения. Игра представляет собой соревнование между отрядами. Задача детей: пройти игровые этапы согласно маршрутному листу и набрать максимальное количество баллов.	Повторение и закрепление знания детей о правилах дорожного движения с целью профилактики детского дорожного травматизма.

7	<p>1. Интеллектуальная игра «Квиз»</p> <p>2. Подвижная игра «Перестрелка»</p>	<p>В ходе игры участники отвечают на вопросы «Безопасность в интернете».</p> <p>Играющие делятся на две равные команды, каждая из которых произвольно располагается в своём городе на одной половине площадки (от средней линии до коридора). В ходе игры нельзя заходить на половину противника. Задача каждой команды - получив мяч, попасть им в противника, не заходя за среднюю черту. Противник увёртывается от мяча и, в свою очередь, пытается осалить мячом игрока противоположной команды. Осаленные мячом идут за линию плена на противоположную сторону (в коридор). Пленный находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросив мяч без касания стены или земли). Поймав мяч, пленный перебрасывает его в свою команду, а сам перебегает из коридора на свою половину поля.</p>	<p>Игра помогает мотивировать школьников как не попасть в беду, пропагандировать его и способствовать умственному, нравственному, эмоциональному и физическому развитию;</p> <p>развитие в ребенке физических качеств: скорости, выносливости, ловкости, силы</p>
8	Шахматно-шашечный турнир	Соревнование в самообладании, логике, а также в умении просчитывать ходы противника.	<p>Популяризация интеллектуальных видов спорта. Игра в шашки и шахматы тренирует логическое мышление и память, наблюдательность, находчивость, смекалку.</p>
9	Спортивный конкурс «Быстрее, выше, сильнее»	<p>Участники выполняют задания на станциях:</p> <p>«Прыжки через длинную скакалку», «Стадион», «Полоса препятствий», «Знайка», «Бросок мяча в кольцо». «Перенеси мяч».</p>	укрепление здоровья детей, развитие и повышение их двигательной активности, формирование умения работать в коллективе.
10	Минутка гигиены «Солнце, воздух и	Формировать интерес к здоровому образу жизни и	направлена на формирование здорового

	вода – наши верные друзья»	ценностное отношение к собственному здоровью	образа жизни молодого поколения.
11	Подвижные игры на воздухе «Скакалка и я – дружная семья»	Участники будут состязаться в меткости, ловкости, смекалке, быстроте!	приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни через совместные спортивные мероприятия;
12	«Час мужества» в городской библиотеке с участником военных действий (ВОВ, СВО, Войны в Афганистане, Чеченском конфликте)	Данное мероприятие поможет расширить представления о подвигах защитников Отечества.	познавательный час в библиотеке является активацией познавательной деятельности детей, приобщение к чтению молодое поколение
13	Флэшмоб «Здоровье в движении»	Мероприятие, направленное на профилактику асоциальных явлений и пропаганду здорового образа жизни	воспитание сознательного отношения к укреплению своего здоровья.
14	Военно-патриотическая игра «Зарница»	Данная игра направлена на формирование духовно-нравственных ценностей, а также военно-патриотическое воспитание молодежи, развитие навыков начальной военной подготовки и чувства товарищества и ответственности.	всестороннее развитие личности учащихся, а также приобретение и закрепление навыков начальной военной подготовки.
15	Выпускной вечер. Подведение итогов работы лагеря, вручение диплома	Мероприятия для выражения благодарности за участие в лагерной смене, общение, коммуникацию друзьям, воспитателю, помощникам вожатых.	оценка качества, изучение степени комфортного состояния детей в лагере

Примечание: В плане могут быть внесены изменения в связи с погодными условиями, мероприятиями сторонних организаций и ведомств, территориальных учреждений и лагерей (Спартакиада пришкольных лагерей Богандинского СП и Тюменского района) и т. д.

### **Система мотивации и стимулирования**

За выполнение заданий и участие в лагерных мероприятиях учебным группам в зачётные книжки (приложение 5) прописываются баллы: за 1 место - 3 балла, 2 место - 2 балла, 3 место - 1 балл. За каждое проведенное внутри отряда мероприятие к количеству баллов добавляется 1 бонусный балл. В конце курса определяется отряд-победитель.

Призерам внутри отрядных мероприятий вручается медаль. Результаты отрядного зачета командного учета размещаются в зачётных книжках, которые расположены в отрядных уголках.

Подведение итогов дня осуществляется ежедневно в конце дня на общем собрании лагеря. При подведении итогов суммируются баллы выполнения творческих и познавательных мероприятий и лучшие спортивные результаты за весь период смены и итоговую квалификационную работу.

Программа предусматривает материальные и моральные формы поощрения воспитанников.

#### *Моральные формы поощрения:*

- ✓ похвала индивидуальная и публичная;
- ✓ поздравления в своем отряде, на общем построении, на информационном стенде;
- ✓ выдвижение для участия в соревнованиях, конкурсах.

На выпускном вечере подводится общий итог всего курса и определяется «Самая спортивная группа», а также личные победители в номинациях «Самый активный спортсмен», «Самый творческий спортсмен», «Самый позитивный спортсмен», «Самый культурный спортсмен». По желанию кураторов возможно введение дополнительной номинации для поощрения участников отрядного движения.

Основная цель игровой модели: вовлечь, замотивировать, проверить и испытать участников программы в различных видах деятельности.

Реализация программных мероприятий планируется как через организацию индивидуальной, парной, групповой и коллективной деятельности.

Ряд мероприятий носит групповой характер – эстафеты, командные виды спорта, квесты, творческие задания и т.п. На данные мероприятия предусматривается деление на группы с назначением лидера каждой группы. Такие мероприятия, как утренние зарядки, беседы, акции, флэшмобы, просмотр видеофильмов и т.п. предусматривают коллективную

деятельность отрядов для достижения общекомандного результата. Прием нормативов, посещение медицинского работника, индивидуальные виды спорта, анкетирование и другие подобные мероприятия предполагают деятельность каждого воспитанника в отдельности.

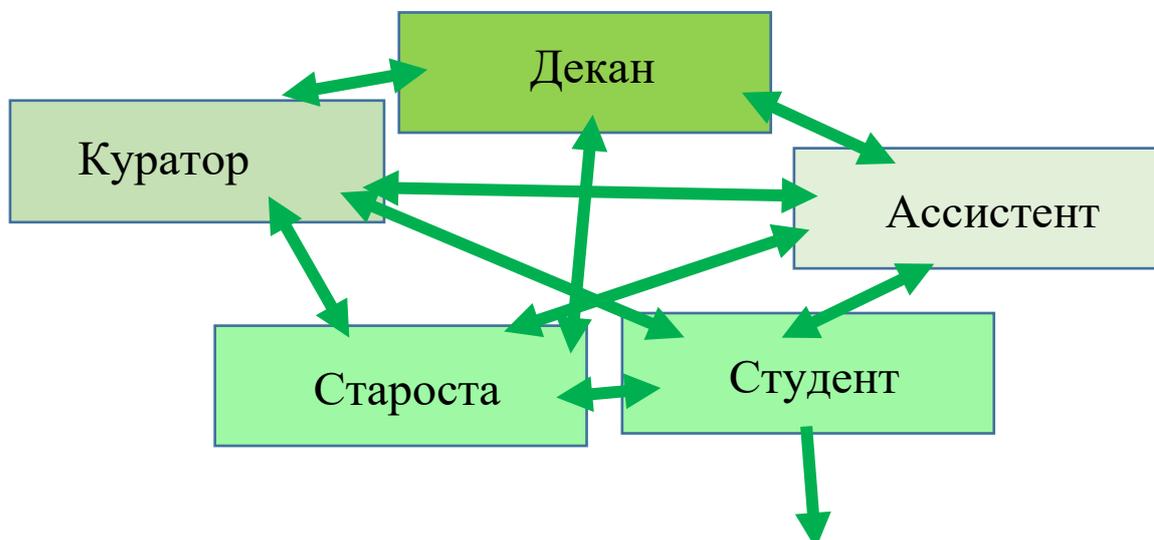
Соуправление реализацией мероприятий программы на уровне лагеря, отрядов и отдельных групп возлагается на куратора и ассистента, на старост - студентов из числа воспитанников с учетом пожеланий или лидирующих качеств детей. Старосты могут быть назначены как на один день, так и несколько раз.

Назначение старосты несет определенную значимость в педагогическом процессе. Такой педагогический подход, который заключается в предоставлении ограниченных полномочий подросткам для формирования у них чувства ответственности и значимости в определенном коллективе, формировании у них лидерских качеств и адекватных гражданских взглядов, мотивов и формы поведения.

Структура соуправления и взаимодействия при реализации программы показана в схеме 1.

Схема №1

**Система соуправления и взаимодействия реализации программы летнего лагеря с дневным пребыванием детей**



<b>Физкультурно-спортивное и оздоровительное направление</b>	избирается Деканом или Куратором с учетом спортивных показателей, лидерских качеств, физических способностей	назначается ежедневно для содействия, соуправления и помощи в организации, реализации и подведении итогов программных мероприятий судье
<b>Развлекательно-познавательное направление</b>	избирается Деканом или Куратором с учетом творческих, познавательных, умственных способностей, лидерских качеств	
<b>Патриотическое направление</b>	избирается Деканом или Куратором с учетом показателей ответственности,	

<b>Профилактическое направление</b>	серьезности исполнительности, лидерских качеств	и помощнику судьи
<b>Трудовое направление</b>	избирается Деканом или Куратором с учетом физических способностей	

### 3.3 План-сетка воспитательных, досуговых, профилактических, оздоровительных мероприятий на смене

Программные мероприятия распределены в соответствии с планом-сеткой, представленным в таблице №6.

*Таблица №6*

#### План-сетка мероприятий лагерной смены «Академия спорта» (1 смена)

№ п/п	Дата	внутриотрядные мероприятия	общелагерные мероприятия
1 день	09.06.2025 <b>«День открытых дверей»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Приём детей в лагерь, знакомство с распорядком и режимом работы лагеря, правилами жизни в лагере. 3. Оформление отрядных уголков: название отряда, девиз, эмблема	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Анкетирование 3. Минутка здоровья «Мой вес и мой рост». 4. Игры на сплочение коллектива в лагере
2 день	10.06.2025 <b>«Посвящение в студенты»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Акция «Безопасные каникулы!» (инструктаж по ТБ, ППД). 3. ЗОЖ: «Тепловые и солнечные удары. Симптомы, первая помощь»	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Торжественное открытие лагеря 3. «Один дома не воин». Проведение обучающей эвакуации детей. 4. Конкурсная программа «Неразлучные друзья-спорт, друг и я»
3 день	11.06.2025 <b>«Курс РДМ»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Викторина «Моя Россия! Моя страна!»	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. Встреча с активистами Движения Первых – открытый диалог «Путь к успеху» 3. Зарница (военно-патриотическая игра)

4 день	16.06.2025 <b>«Курс экологии»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Викторина «Я здоровье сберегу-сам себе я помогу»	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Эстафета «Повелитель огня» (встреча с сотрудниками МЧС) 3. «Мы потомки героев» экскурсия в музейную комнату.
5 день	17.06.2025 <b>Сессия</b> «Твой выбор – твоё будущее»	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Шахматно-шашечный турнир	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Экскурсия на завод «Стеклотех» 3. Беседа-игра «Профессия и Я» 4. Подвижные игры «Перестрелка»
6 день	18.06.2025 <b>«Курс ГТО»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Беседа «Правила поведения на водоемах». 3. Конкурс рисунков «ГТО глазами детей»	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Сдача норм ВФСК «ГТО» 3. Поход в МАУ ТМР Центр культуры и досуга «Премьера»
7 день	19.06.2025 <b>«Курс по ОБЖ»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Решение кроссвордов, ребусов	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. «Занятие-практикум по оказанию первой медицинской помощи» 3. Спортивный конкурс «Быстрее, выше, сильнее»
8 день	20.06.2025 <b>«Курс История России»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Правила поведения по дороге в библиотеку и в библиотеке. 3. Конкурс рисунков «Мой герой»	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. «Час мужества» в городской библиотеке с участником военных действий (ВОВ, СВО, Войны в Афганистане, Чеченском конфликте) 3. «Поклонимся великим тем годам». Акция возложения цветов к обелиску. 4. Шествие бессмертного полка 5. Акция «Свеча памяти»
9 день	23.06.2025 <b>«Курс по профилактике»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Турнир по дартсу	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. Беседа инспектора ПДН «Профилактика противоправных действий» 3. Подвижные игры на воздухе - "Скакалка и я - дружная семья»

10 день	24.06.2025 <b>Сессия</b> «Я - патриот»	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Акция «Самый чистый отряд». 3. Турнир по волейболу	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. Игровой практикум «Правила движения достойны уважения!». Встреча с инспектором ГИБДД. 3. Изготовление брошюры «Соблюдай ПДД»
11 день	25.06.2025 <b>«Курс семейных ценностей»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Минутка гигиены и здоровья «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». 3. Турнир по футболу	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. Фотоквест «Лови момент». 3. Стенгазета «Счастливые моменты дня» 4. Экскурсия в клуб «Умелицы». Мастер класс по изготовлению окопных свечей
12 день	26.06.2024 <b>«Курс волонтерства»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Акция «Чистая территория». 3. «Познай себя» Беседа на тему «Доверие, что это?» коллективные игры на доверие.	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. Спартакиада пришкольных лагерей 3. Познавательная игра "Быть волонтером - это здорово!" 4. КТД «День добрых дел» (три Д) 5. Встреча с героями специальной военной операции
13 день	27.06.2025 <b>«Курс спортивных игр»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Беседа «Мой спортивный друг – велосипед» 3. Акция «Бумбатл» (Кто больше соберет из отрядов макулатуры)	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Спортивная эстафета «Движение – это мы» 3. Защита проектной деятельности «Звезда Героя»
14 день	30.06.2025 <b>Сессия</b> «Личный успех»	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Соревнования по армрестлингу.	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. Флешмоб «Здоровье в движении» 3. Интеллектуальная игра «Квиз» 4. Защита квалификационной работы
15 день	01.07.2025 <b>«Окончание Академии спорта»</b>	1. Зарядка Энергия утра!» 2. Анкетирование «До новых встреч» 3. Игра «Чемодан в дорогу» (участники помогают друг другу собрать «Чемодан» из пожеланий)	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. Выпускной вечер. 3. Подведение итогов работы лагеря, вручение дипломов.

## План-сетка мероприятий лагерной смены «Академия спорта» (3 смена)

№ п/п	Дата	внутриотрядные мероприятия	общелагерные мероприятия
1 день	31.07.2025 <b>«День открытых дверей»</b>	1.Зарядка «Энергия утра!» 2. Приём детей в лагерь, знакомство с распорядком и режимом работы лагеря, правилами жизни в лагере. 3. Оформление отрядных уголков: название отряда, девиз, эмблема	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Анкетирование 3. Минутка здоровья «Мой вес и мой рост». 4. Игры на сплочение коллектива в лагере
2 день	01.08.2025 <b>«Посвящение в студенты»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Акция «Безопасные каникулы!» (инструктаж по ТБ, ППД). 3. ЗОЖ: «Тепловые и солнечные удары. Симптомы, первая помощь»	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Торжественное открытие лагеря 3. «Один дома не воин». Проведение обучающей эвакуации детей. 4. Конкурсная программа «Неразлучные друзья-спорт, друг и я»
3 день	04.08.2025 <b>«Курс РДДМ»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Викторина «Моя Россия! Моя страна!»	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна 2. Встреча с активистами Движения Первых – открытый диалог «Путь к успеху» 3. Зарница (военно-патриотическая игра)
4 день	05.08.2025 <b>«Курс экологии»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Викторина «Я здоровье сберегу-сам себе я помогу»	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Эстафета «Повелитель огня» (встреча с сотрудниками МЧС) 3. «Мы потомки героев» экскурсия в музейную комнату.
5 день	06.08.2025 <b>Сессия</b> «Твой выбор – твоё будущее»	1.Зарядка «Энергия утра!» 2. Шахматно-шашечный турнир	1. Церемония подъёма государственного флага, исполнение гимна. 2. Экскурсия на завод «Стеклотех» 3. Беседа-игра «Профессия и Я» 4. Подвижные игры «Перестрелка»

6 день	07.08.2025 <b>«Курс ГТО»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Беседа «Правила поведения на водоемах». 3. Конкурс рисунков «ГТО глазами детей»	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна. 2. Сдача норм ВФСК «ГТО» 3. Поход в МАУ ТМР Центр культуры и досуга «Премьера»
7 день	08.08.2025 <b>«Курс по ОБЖ»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Решение кроссвордов, ребусов	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна 2. «Занятие-практикум по оказанию первой медицинской помощи» 3. Спортивный конкурс «Быстрее, выше, сильнее»
8 день	11.08.2025 <b>«Курс История России»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Правила поведения по дороге в библиотеку и в библиотеке. 3. Конкурс рисунков «Мой герой»	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна. 2. «Час мужества» в городской библиотеке с участником военных действий (ВОВ, СВО, Войны в Афганистане, Чеченском конфликте) 3. «Поклонимся великим тем годам». Акция возложения цветов к обелиску. 4. Шествие бессмертного полка 5. Акция «Свеча памяти»
9 день	12.08.2025 <b>«Курс по профилактике»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Турнир по дартсу	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна 2. Беседа инспектора ПДН «Профилактика противоправных действий» 3. Подвижные игры на воздухе - "Скакалка и я - дружная семья»
10 день	13.08.2025 <b>Сессия</b> <b>«Я - патриот»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Акция «Самый чистый отряд». 3. Турнир по волейболу	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна 2. Игровой практикум «Правила движения достойны уважения!». Встреча с инспектором ГИБДД. 3. Изготовление брошюры «Соблюдай ПДД»
11 день	14.08.2025 <b>«Курс семейных ценностей»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Минутка гигиены и здоровья «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». 3. Турнир по футболу	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна 2. Фотоквест «Лови момент». 3. Стенгазета «Счастливые моменты дня»

			4. Экскурсия в клуб «Умелицы». Мастер класс по изготовлению окопных свечей
12 день	15.08.2024 <b>«Курс волонтерства»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Акция «Чистая территория». 3. «Познай себя» Беседа на тему «Доверие, что это?» коллективные игры на доверие.	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна 2. Спартакиада пришкольных лагерей 3. Познавательная игра "Быть волонтером - это здорово!" 4. КТД «День добрых дел» (три Д) 5. Встреча с героями специальной военной операции
13 день	18.08.2025 <b>«Курс спортивных игр»</b>	1.Зарядка «Энергия утра!» 2. Беседа «Мой спортивный друг – велосипед» 3. Акция «Бумбатл» (Кто больше соберет из отрядов макулатуры)	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна. 2. Спортивная эстафета «Движение – это мы» 3. Защита проектной деятельности «Звезда Героя»
14 день	19.08.2025 <b>Сессия «Личный успех»</b>	1. Зарядка «Энергия утра!» 2. Соревнования по армрестлингу.	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна 2. Флешмоб «Здоровье в движении» 3. Интеллектуальная игра «Квиз» 4. Защита квалификационной работы
15 день	20.08.2025 <b>«Окончание Академии спорта»</b>	1. Зарядка Энергия утра!» 2. Анкетирование «До новых встреч» 3. Игра «Чемодан в дорогу» (участники помогают друг другу собрать «Чемодан» из пожеланий))	1. Церемония подъема государственного флага, исполнение гимна 2.Выпускной вечер. 3.Подведение итогов работы лагеря, вручение дипломов.

## **ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ**

**(по мере организации):**

1. Транспортные выезды за территорию лагеря (поездки в музей, кинотеатр, экскурсии и пр.);
2. Посещение учреждений и организаций на территории СП (производственные экскурсии, библиотека, совместные мероприятия в пришкольных лагерях и пр.);
3. Прогулки в лес (экологические и естественно-научные экскурсии и пр.);
4. Участие в Спартакиаде летних лагерей с дневным пребыванием детей;
5. Участие в СММ и КММ, посвященных 80-летию Великой победы.

### 3.4 Режим дня летнего лагеря с дневным пребывание детей

Учебно-тренировочные занятия и воспитательные мероприятия в течение всей лагерной смены реализуются в соответствии с режимом дня.

08.30-09.00	-	Прием детей
09.00-09.30	-	Зарядка
09.30-09.40	-	Минутка здоровья
09.40-10.00	-	Завтрак
10.00-11.30	-	Отрядные и лагерные мероприятия
11.30-13.30	-	Учебно-тренировочное занятие (СП).
13.40.-14.00	-	Обед
14.00-14.30	-	Отрядные и лагерные мероприятия
14.30-16.30	-	Учебно-тренировочное занятие (СП).
16.30-16.50	-	Полдник
16.50-17.45	-	Отрядные дела
17.45-18.00	-	Общий сбор (подведение итогов дня, рефлексия, уход домой).

### 3.5 Формы работы с детьми, технологии, методы, приёмы, способы, средства, необходимые методические рекомендации. Ключевые дела программы

Содержание программы реализуется посредством различных форм, приемов и методов организации деятельности воспитанников.

Ключевые формы деятельности – отрядные и лагерные мероприятия. Отрядные мероприятия проводятся внутри коллектива одного отряда, лагерные подразумевают деятельность нескольких отрядов совместно (одно общее дело) или параллельно в соревновательном плане.

Основными видами деятельности в течение дня являются физкультурно-спортивные мероприятия, информационно-познавательные, культурно-эстетические, социально-ориентированные, игровые, организационные мероприятия, в ходе проведения которых участники процесса погружаются и реализуют свои творческие, социальные, спортивные и другие способности:

При организации деятельности лагеря используются такие приемы и методы работы

1) Коллективная деятельность	Линейки, подвижные и спортивные игры, конкурсы, развлекательные программы, выставки, трудовые дела, квесты, экскурсии, киносеансы, эстафеты, викторины
2) Индивидуальная работа	Конкурсы индивидуальной работы (рисунков, чтецов и т.п.), сдача нормативов ГТО, единоличные и индивидуальные соревнования
3) Демонстративно-иллюстративный метод	Показ, демонстрация, просмотр фильмов и роликов
4) Частично-поисковый метод	Конкурсы, викторины, квесты, экскурсии
5) Словесный метод	Беседа, диспут, сообщение, доклад, рассказ
6) Игровой метод	Интеллектуальные, подвижные, спортивные, деловые, ролевые игры

### 3.6 Учебно-тренировочный план и календарный учебный график

Познавательный и развивающий потенциал программы реализуются через учебный материал. Общее количество учебных часов составляет 68 часов. Учебно-тренировочные занятия проходят 2 раза в день по 2 часа из расчета 1 час – 60 минут (согласно Федеральным стандартам спортивной подготовки по видам спорта). Утренняя зарядка составляет 30 минут. Примерное распределение учебного материала для воспитанников на период лагеря с дневным пребыванием представлено в таблицах №8.

Таблица №8

**Примерное распределение учебного материала в лагере с дневным пребыванием для обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (за 1 и 3 лагерную смену)**

		<b>Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки</b>		
<b>I</b>	<b>Дисциплина</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Итого</b>
1	ОФП	2	28	<b>30</b>
2	СФП	2	14	<b>16</b>
3	ВФСК «ГТО»		4	<b>4</b>
4	Технико-тактическая подготовка (ТТП)	2	16	<b>18</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>6</b>	<b>62</b>	<b>68</b>
<b>II</b>	<b>Внеучебная деятельность</b>	<b>15</b>	<b>59</b>	<b>74</b>
	<b>Общее количество часов</b>	<b>21</b>	<b>121</b>	<b>142</b>

Содержание учебного материала распределено на 5 основных раздела, 4 из которых соответствуют физкультурно-спортивной направленности. Содержание, формы и основы теории по каждому модулю учебного плана представлены в таблице №9

**Таблица №9**

**Содержание разделов учебного плана**

<b>№ п/п</b>	<b>Модуль программы</b>	<b>содержание деятельности</b>	<b>форма занятий</b>	<b>содержание теоретического материала</b>	<b>форма контроля</b>
1	ОФП	Выполнение упражнений на развитие силы, скорости, гибкости, выносливости, ловкости.	индивидуальное, групповое, практикум	инструктаж по технике безопасности и профилактика травматизма. Влияние занятий на строение и функции организма спортсмена. Гигиена, закаливание, питание, и режим спортсмена.	педагогическое наблюдение
2	СФП	Выполнение упражнений на развитие силы, гибкости, ловкости, скорости с учетом вида спорта.	индивидуальное, групповое, практикум	Инструктаж по технике безопасности и профилактика травматизма. Влияние физических нагрузок на организм. Нагрузка и отдых.	педагогическое наблюдение
3	ВФСК «ГТО»	Подготовка и выполнение нормативов ВФСК «ГТО».	индивидуальное, групповое, практикум	объяснение правил выполнения упражнений	педагогическое наблюдение; прием нормативов ВФСК ГТО
4	Тактико-техническая подготовка	Обучение, выполнение тактических и технических приемов.	индивидуальное, групповое, практикум	влияние физических нагрузок на организм. Нагрузка и отдых. Техничко-тактические приемы по видам спорта.	педагогическое наблюдение
5	Внеучебная деятельность	участие в мероприятиях развлекательно - познавательной	индивидуальное, групповое, практикум	материал творческого, познавательного профилактического	викторины, конкурсы, смотры, квесты, выезды и др.

		, патриотическо й и профилактичес кого направления.		и патриотического плана	
--	--	---	--	----------------------------	--

Содержание раздела внеучебной деятельности представлено в план-сетке данной программы и включает в себя мероприятия развлекательно-познавательной, культурно-нравственной, патриотической, профилактической и трудовой направленности.

Содержание календарного учебного графика в разрезе двух смен представлено в таблице №10

**Таблица №10**

**Календарный учебный график**

<b>1.</b>	<b>Срок реализации программы:</b>	1 и 3 лагерные смены
<b>2.</b>	<b>Продолжительность смены:</b>	21 календарный день (15 рабочих дней)
<b>3.</b>	<b>Дата начала смены:</b>	09.06.2025; 31.07.2025
<b>4.</b>	<b>Дата окончания смены:</b>	01.07.2025; 20.08.2025
<b>5.</b>	<b>Количество часов за один период:</b>	142 часов;
<b>6.</b>	<b>Общее количество часов по программе:</b>	284 часов;
<b>7.</b>	<b>Продолжительность учебно-тренировочных занятия:</b>	1 час - 60 минут (по ФССП)
<b>8.</b>	<b>Режим учебно-тренировочных занятий:</b>	2 раза в день по 2 часа; 0,5 часа – утренняя зарядка
<b>9.</b>	<b>Аттестация:</b>	не предусматривается

## 4. Механизмы реализации программы

### 4.1 Основные принципы реализации программы

Концепцию и пути реализации программы определяют следующие принципы:

1. *Принцип гуманизма* проявляется в уважительных отношениях между педагогами и детьми, терпимости к мнению детей, доброте и внимательном отношении к ним, которые создают психологический комфорт для растущей личности, чтобы дети чувствовали себя защищёнными, нужными, значимыми.

2. *Принцип безусловной безопасности* основан на обеспечении всесторонней безопасности и защиты ребенка и его прав.

3. *Принцип комплексности* оздоровления и воспитания ребёнка реализуются при чётком распределении времени на организацию оздоровительной и воспитательной работы. Оценка эффективности пребывания детей должна быть комплексной, учитывающей все группы поставленных задач.

4. *Принцип творчества и успеха*, при которой индивидуальная и коллективная творческая деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности участника смены и уникальность отряда.

5. *Принцип индивидуального подхода* предполагает учет индивидуальных интересов, склонностей, способностей, возможностей, психофизиологических особенностей детей и подростков при обеспечении их досуга и обеспечивает комфортное состояние каждого участника программы.

6. *Принцип систематичности и целенаправленности* предполагает осуществление оздоровительно-образовательной деятельности на основе планомерного и последовательного сочетания, непрерывности и взаимозависимости в работе всех направлений, призванных обеспечивать оздоровление, развитие и воспитание детей и подростков.

7. *Принцип доверия и поддержки* предполагает веру в ребенка, доверие ему, поддержку его устремлений к самореализации и самоутверждению которые должны прийти на смену излишней требовательности и чрезмерного контроля. Не внешние воздействия, а внутренняя мотивация детерминирует успех обучения и воспитания ребенка.

8. *Принцип психолого-педагогической компетентности* – принцип, предполагающий необходимый уровень психолого-педагогической и методической подготовленности работников к решению определенных программой целей и задач.

## 4.2 Сроки и этапы реализации программы

Реализация программы предусматривает три этапа. Этапы реализации программы представлены в таблице № 11.

Таблица №11

### Этапы реализации программы

№	Содержание	Сроки реализации
<b>Подготовительный этап (организационно-подготовительный)</b>		
1	Определение кадрового состава смены	январь
2	Подготовка педагогов к работе в лагере, участие в семинаре - совещании	январь - май
3	Выбор идеи, тематики, игровой модели, сюжета смены	январь
4	Разработка и утверждение программы	февраль - март
5	Оценка имеющихся и определение требующихся на каждой смене материально- технических и финансово-экономических ресурсов	февраль -март
6	Выбор форм и методов организации деятельности на смене и проведения диагностики. Составление плана-сетки.	февраль - март
7	Доработка, корректировка программы	март
8	Разработка мероприятий, написание сценариев, доработка плана-сетки смены, подготовка оформления, атрибутики	апрель
9	Формирование пакета нормативно-правовых документов, локальных актов	март-май
10	Создание системы социального взаимодействия, заключение договоров о сотрудничестве	апрель-май
11	Работа с родителями. Набор детей на смену	апрель-май
12	Подготовка материально-технической базы, в т.ч. помещений для работы в лагере	май
<b>Основной этап (реализация программы)</b>		
1	Реализация программы смены, корректировка, системный контроль за её реализацией	09 июня – 01 июля 31 июля - 20 августа
<b>Заключительный этап (анализ, определение перспектив)</b>		
1	Анализ результатов реализации программы на основе аналитических отчетов педагогов	сентябрь
2	Анализ мнений, предложений детей и родителей по результатам анкетирования	сентябрь
3	Обобщение и распространение педагогического опыта, размещение на сайте учреждения, в интернете	сентябрь

### Основные темы и формы работы с коллективом

Краткосрочное обучение начальников лагеря с дневным пребыванием детей в АНО ОДООЦ «Ребятчья республика» по программе повышения квалификации руководителей и специалистов, организующих отдых и оздоровления по темам: «Походы к повышению эффективности деятельности по организации отдыха и оздоровления детей на современном

этапе» (2025г) и «Клиентоцентричность: построение модели в сфере организации отдыха детей и их оздоровления» (2024г).

Совещание при директоре: «Нормативно-правовая база организации отдыха, оздоровления и занятости несовершеннолетних в летний период».

Инструктивное совещание: «Техника безопасности при проведении мероприятий. Инструктаж по технике безопасности».

Практикум: «Ресурсная педагогика и работа в условиях детского разнообразия».

Семинар: «Психологическая подготовка к соревновательному периоду».

Практикум с элементами тренинга: «Психология общения, разрешение конфликтных ситуаций».

Практикум: «Оказание первой доврачебной помощи. Предупреждение детского травматизма».

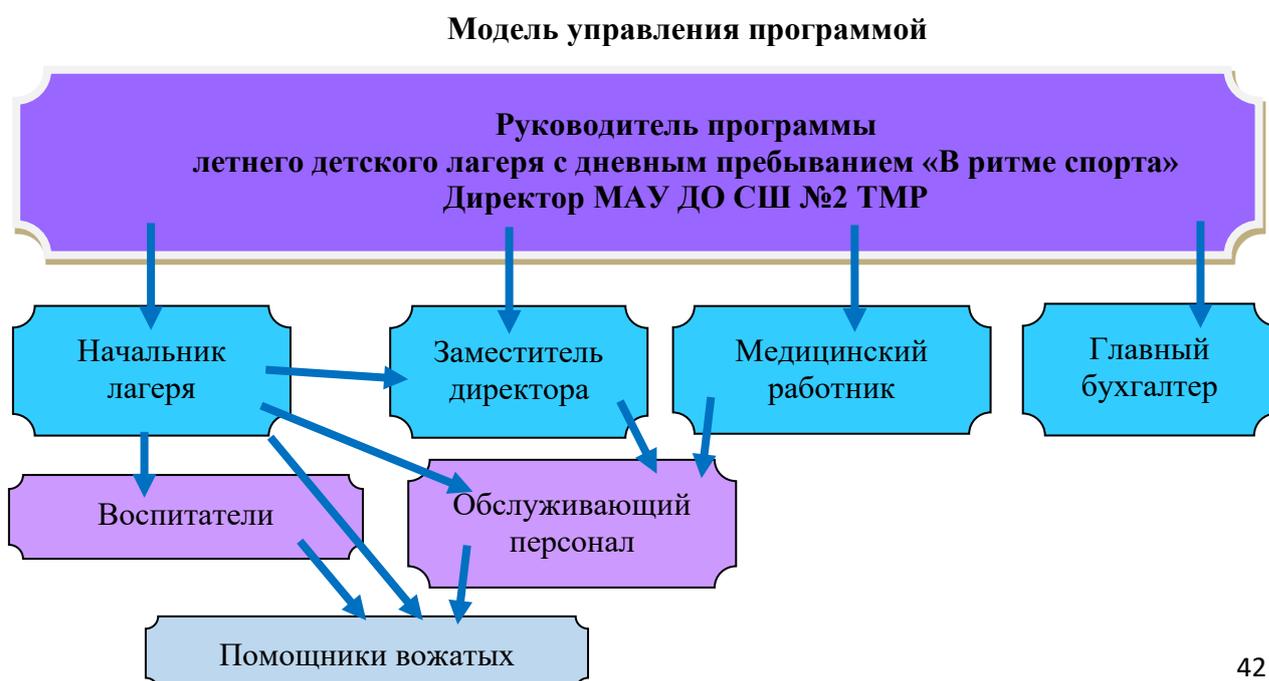
Совещание при директоре: «Итоги проведения летней оздоровительной кампании, реализации программы».

Таким образом, предусмотрена работа по повышению психолого-педагогической компетентности педагогического состава детского летнего лагеря, охватывающая разные формы работы и актуальную тематику.

### 4.3 Модель управления программой

При реализации программы предусмотрено целенаправленное и органическое взаимодействие всех включенных в реализацию программы субъектов. Модель управления программой представлена в схеме №2

Схема № 2



Директор учреждения - контроль всех процессов работы в летний период, утверждает режим работы, правила внутреннего распорядка по всем формам занятости, осуществляет внутреннюю приемку учреждения к летней кампании, обеспечивает соблюдение правил и норм охраны труда, технику безопасности.

Начальник лагеря - осуществляет общее руководство всеми направлениями деятельности лагеря в соответствии с его Положением и законодательством Российской Федерации. Совместно с педагогическим коллективом лагеря определяет стратегию, цели и задачи работы лагеря, принимает решения о программном планировании его работы. Планирует, координирует и контролирует работу педагогических и других работников лагеря. Поощряет и стимулирует творческую инициативу сотрудников лагеря, поддерживает благоприятный морально-психологический климат в коллективе. Взаимодействует с заместителем директора по хозяйственной части и медицинским работником.

Заместитель директора - ответственный за работу обслуживающего персонала, обеспечивающего порядок на территории лагеря с дневным пребыванием детей.

Воспитатель – планирует и организует жизнедеятельность воспитанников и осуществляет их воспитание, использует разнообразные приемы, методы и средства воспитания, обеспечивает выполнение детьми санитарно-гигиенических норм. Контролирует соблюдение ими опрятного внешнего вида, чистоты одежды. Обеспечивает соблюдение детьми дисциплины и порядка в соответствии с установленным режимом. Планирует и организует тренировочный процесс; организует совместно с вожатым участие отряда во всех общих культурно-массовых, спортивно-оздоровительных мероприятиях. Ведет в установленном порядке документацию и отчетность. Обеспечивает безопасное проведение воспитательного процесса, строгое соблюдение правил техники безопасности, санитарных и противопожарных правил. Осуществляет контроль за выполнением режима дня и графика мероприятий.

Помощник вожатого (временно трудоустроенный несовершеннолетний) - оказывает помощь в проведении мероприятий в рамках лагеря дневного пребывания, создает благоприятные условия, позволяющие детям реализовать свои интересы и потребности, интересно и с пользой для их развития проводить свободное время. Оказывает помощь воспитателю в работе лагеря, в организации и проведении мероприятий лагеря. Выполняет режим дня лагеря, план работы, текущие распоряжения воспитателя, руководителя лагеря, соблюдает правила внутреннего распорядка, соблюдает правила техники безопасности, противопожарной безопасности.

Обслуживающий персонал - осуществляют влажную уборку, проветривание помещений, пропускной режим и поддерживают благоприятные санитарно-эпидемиологические условия в учреждении.

Главный бухгалтер – ответственный за финансовую часть реализации программы.

Медицинский работник – следит за состоянием здоровья воспитанников и прохождением сотрудниками профилактических осмотров и обследований, обеспечивает лагерь необходимой документацией по охране жизни и здоровья детей. Контролирует санитарно-гигиеническое состояние помещений и территории оздоровительного лагеря. Обеспечивает организацию оздоровительных мероприятий и осуществляет контроль за соблюдением требований СанПиН при их проведении. Организует проведение мероприятий по профилактике заболеваемости, травматизма и антидопинговых мероприятий. Осуществляет допуск к трудовой деятельности воспитанников только после прохождения медицинских осмотров и отсутствии противопоказаний. Ведёт необходимую медицинскую документацию. Оказывает первую помощь детям в случае острого заболевания или травмы. Осуществляет практическое обучение персонала оказанию первой (доврачебной) медицинской помощи.

#### **4.4 Модель внешнего взаимодействия**

Для реализации данной программы МАУ ДО СШ № 2 ТМР тесно взаимодействует с организациями и учреждениями различных ведомств. Структура взаимодействия с социальными и другими партнерами при реализации программы летнего лагеря с дневным пребыванием детей отражена в схеме №3

**Модель социального взаимодействия**



## **5. Условия реализации программы**

### **5.1 Условия реализации программы**

Для успешной реализации программы необходимо выполнение ряда условий.

*Организационные условия:*

- ✓ обеспечение наполняемости групп согласно установленной численности детей поотрядно;
- ✓ соблюдение возрастного контингента;
- ✓ отсутствие медицинских противопоказаний у воспитанников;

*Временно-пространственные:*

- ✓ соблюдение временных ограничений этапов реализации программы: подготовительный, основной, заключительный;
- ✓ определение и организация территориального места реализации программы;

*Психолого-педагогические условия:*

- ✓ преемственность содержания и форм организации летнего лагеря с дневным пребыванием с учетом специфики возрастного психофизического развития воспитанников через сотрудничество, совместную деятельность, дискуссию, тренинги, групповую игру, освоение культуры, рефлексия, педагогическое общение, а также информационно-методическое обеспечение.

*Материально-технические условия:*

- ✓ обеспеченность материально-технической базой и условиями для реализации программных мероприятий.

*Кадрово-методические:*

- ✓ наличие программы летнего лагеря с дневным пребыванием;
- ✓ обеспечение обучения кадровых участников программы.

*Санитарно-гигиенические условия:*

- ✓ соблюдение требований водоснабжения, канализации, освещения, воздушно-теплого режима и санитарных правил.

*Социально-бытовые условия:*

- ✓ соблюдение пожарной безопасности, электробезопасности;
- ✓ охрана труда.

Для того, чтобы данные условия были соблюдены, необходимо принять ряд мер по обеспечению реализации программы.

## 5.2 Кадровое обеспечение программы

Реализация программы возможна при оптимальном кадровом обеспечении. Состав участников реализации программы представлен в таблице №12

*Таблица №12*

### Кадровое обеспечение программы

Форма работы	Должность	Количество
Летний детский лагерь с дневным пребыванием «В ритме спорта»	Начальник лагеря	2
	Воспитатель	9
	Помощник вожатого	9
	Медицинский работник	4
	Бухгалтер	1
	Заместитель директора	1
	Обслуживающий персонал	7
итого:		33

Одной из основных задач организационного и методического обеспечения деятельности программы является профессиональная подготовка специалистов. Функциональные обязанности основных работников лагеря представлены в таблице № 13.

*Таблица №13*

### Функциональные обязанности

Должность	Функциональные обязанности
<b>Начальник лагеря</b>	Начальник лагеря назначается директором МАУ ДО СШ № 2 ТМР: -осуществляет общее руководство всеми направлениями деятельности лагеря в соответствии с его Положением и законодательством Российской Федерации; - совместно с педагогическим коллективом лагеря определяет стратегию, цели и задачи работы лагеря, принимает решения о программном планировании его работы; - планирует, координирует и контролирует работу педагогических и других работников лагеря; -поощряет и стимулирует творческую инициативу сотрудников лагеря, поддерживает благоприятный морально-психологический климат в коллективе; - организует работу по созданию и обеспечению условий проведения образовательного процесса в соответствии с действующим законодательством о труде, межотраслевыми и ведомственными нормативными документами, и иными локальными актами по охране труда и Уставом учреждения; - проводит профилактическую работу по предупреждению травматизма и снижению заболеваемости работников и обучающихся;

	- соблюдает этические нормы поведения в лагере, в быту, в общественных местах, соответствующие общественному положению педагога
<b>Воспитатель</b>	<p>Назначается директором учреждения или начальником лагеря:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирует и организует жизнедеятельность воспитанников и осуществляет их воспитание;</li> <li>- использует разнообразные приемы, методы и средства воспитания;</li> <li>- обеспечивает выполнение детьми санитарно-гигиенических норм;</li> <li>- контролирует соблюдение ими опрятного внешнего вида, чистоты одежды;</li> <li>- обеспечивает соблюдение детьми дисциплины и порядка в соответствии с установленным режимом;</li> <li>- планирует и организует тренировочный процесс; организует совместно с вожатым участие отряда во всех общих культурно-массовых, спортивно - оздоровительных мероприятиях;</li> <li>- соблюдает права и свободы воспитанников;</li> <li>- ведет в установленном порядке документацию и отчетность;</li> <li>- обеспечивает безопасное проведение воспитательного процесса, строгое соблюдение правил техники безопасности, санитарных и противопожарных правил;</li> <li>- вносит предложения по улучшению и оздоровлению условий проведения воспитательного процесса, а также доводит до сведения руководства обо всех недостатках в обеспечении воспитательного процесса, снижающих жизнедеятельность и работоспособность организма воспитанников;</li> <li>-осуществляет контроль за выполнением режима дня и графика мероприятий</li> </ul>
<b>Помощник вожатого</b>	<p>В качестве вожатых в лагерь на летний период планируется привлечение старшеклассников от 14 до 17 лет посредством трудоустройства:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создает благоприятные условия, позволяющие детям реализовать свои интересы и потребности, интересно и с пользой для их развития проводить свободное время;</li> <li>-оказывает помощь воспитателю в работе лагеря, в организации и проведении мероприятий лагеря;</li> <li>-выполняет режим дня лагеря, план работы;</li> <li>-выполняет текущие распоряжения воспитателя, руководителя лагеря;</li> <li>- соблюдает правила внутреннего распорядка;</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности, противопожарной безопасности</li> </ul>

Подготовка кадров к работе в лагере осуществляется через организацию и проведение семинаров-совещаний по организации летнего отдыха, обучение и аттестацию вожатых.

### 5.3 Материально-техническое обеспечение

Лагерь размещается в двухэтажном отдельно стоящем здании. Подходы к зданию имеют асфальтовое покрытие.

Для организации досуга несовершеннолетних имеются: спортивный зал, зал спортивной борьбы, тренажерный зал, учебный кабинет (шахматный класс). На территории

выделены футбольное поле, беговые дорожки, трибуны, площадка для подготовки выполнения ВФСК «ГТО». Подходы к зданию имеют асфальтовое покрытие. Кроме того, имеется необходимое оборудование для занятий по различным видам спорта. Материально-техническое обеспечение представлено в таблице № 14

*Таблица №14*

**Материально-техническое обеспечение**

№	Наименование ресурсов	Количество
<b>I.</b>	<b>Помещения</b>	
1	Спортивный зал	1
2	Тренажерный зал	1
3	Зал спортивной борьбы	1
4	Учебный кабинет	4
<b>II.</b>	<b>Оборудование, инвентарь</b>	
1	Компьютер (в т.ч.ноутбук)	2
2	Цветной принтер	1
3	Цифровой фотоаппарат	1
4	Канцелярские товары и расходные материалы	
5	Мультимедийное оборудование (проектор и телевизор)	1
6	Спортивный инвентарь (скакалки, мячи, обручи и т.д.)	
<b>III.</b>	<b>Медицинский кабинет</b>	1
1	Медицинская аптечка	3
<b>IV.</b>	<b>Транспорт</b>	
1	Автобус	2

**5.4 Финансово-экономическое обеспечение программы**

Финансирование осуществляется за счет средств бюджета и родительских средств.

Планируемый расчет данных цифр представлен в таблице № 15

*Таблице №15*

**Финансовое обеспечение программы**

Наименование мероприятия	Исполнитель	Финансовые затраты (рублей)				Показатели результативности		
		Бюджет	Родительские средства	Привлеченные средства	итого	Наименование показателя	Единица измерения	Целевое значение
Лагерь дневно-го пребывания	МАУ ДО СШ №2 ТМР	294637,50	229162,50	-	523800	кол-во участников программы	Чел.	120 (из них 15 дети категории «тяжелая жизненная ситуация» )

Сметы расходов при реализации программы на 120 человек на летний период 2025 года, представленной в таблице № 16:

**Таблица №16**

**Смета расходов**

<b>№ п/п</b>	<b>Статьи расходов</b>	<b>Сумма, руб.</b>
1.	Заработная плата с налогами	1 375 755,2
2.	Организация питания в лагере с дневным пребыванием состоит из:	523 800
	- родительская плата	229 162,50
	- бюджет	294 637,50
	<b>Итого:</b>	<b>1 899 555,24</b>

Потребность в бюджетных финансовых средствах на весь период реализации программы в ценах 2024 года составляет **1 670 392,74 руб.**

**5.5 Информационно-методическое обеспечение**

Методическое сопровождение включает в себя:

1. Наличие программы летнего детского лагеря с дневным пребыванием.
2. Должностные инструкции всех участников процесса.
3. Наличие методической литературы и специальной литературы о видах спорта, спортивных и подвижных играх, формах досуга, представленных в программе, наглядных материалов, презентаций.
4. Изучение мастер-классов по программам летних лагерей перед началом летней кампании с кадровым составом.
5. Проведение установочного семинара для всех работающих в течение лагерной смены.
6. Подбор методических разработок в соответствии с планом работы.
7. Разработка системы отслеживания результатов и подведения итогов.
8. Инструкции по ТБ и ОТ, журналы регистрации инструктажа (приложение б).
9. Табель посещаемости.
10. Отражение хода летней работы в средствах массовой информации.

Информационное сопровождение организации лагеря с дневным пребыванием осуществляется через размещение информации:

- на информационном стенде (информационные листовки, стенгазеты, рисунки)
- на интернет-ресурсах: сайт СШ № 2 ТМР, группы В контакте и «Одноклассники» «Здоровым быть модно» (новости, фото-, сопровождение).

Эффективность информационного сопровождения заключается в том, что оно является одним из инструментов для передачи информации целевой аудитории, основным каналом для информирования населения. Планируется ежедневное размещение информации о деятельности летнего лагеря, освещение наиболее ярких моментов. Материалы для информационного освещения будут подготавливать воспитанники летнего лагеря совместно с вожатыми, под руководством воспитателя и начальника лагеря.

## **5.6 Медицинское обеспечение**

Основополагающими идеями в работе с детьми в летний период является сохранение и укрепление здоровья детей, поэтому в программу включены следующие мероприятия:

- осмотр детей медицинским работником в начале и конце смены, ежедневный контроль за состоянием здоровья детей;
- еженедельные «Пятиминутки здоровья»;
- ежедневная утренняя гимнастика, пробежки, спортивные часы;
- соблюдение режима проветривания отрядных помещений и режима питья детей;
- принятие солнечных и воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере, на спортивной площадке);
- участие в организации учебно-тренировочного процесса;
- участие в организации спортивно-массовых мероприятий и подвижных игр;
- антидопинговые мероприятия;
- мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни.

Данные мероприятия осуществляются медицинским работником на основании лицензии МАУ ДО СШ №2 ТМР № ЛО-72-01-002787 от 18 мая 2018 года.

## **5.7 Обеспечение безопасности**

В целях обеспечения безопасности в лагере дневного пребывания детей проводятся профилактические мероприятия и мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций и охране жизни детей в летний период, а именно проведение инструктажей по ТБ и ОТ с участниками программы. Первичные инструктажи по ТБ и ОТ фиксируются в журналах регистрации инструктажей. В учреждении ведется журнал ежедневного осмотра здания и прилегающей территории.

Спортивный объект огражден, въезд (вход) на территорию осуществляется через шлагбаум. Охрана спортивного объекта осуществляется ООО «ЧОП Аккорд», оборудована

охранно-пожарной сигнализацией, сотовой, телефонной связью, тревожной кнопкой (Вневедомственная охрана – ФГКУ «УВО ВНГ России по Тюменской области»).

## 6. Методические материалы

### 6.1 Формы и методы работы с детьми

При организации работы с детьми используются различные традиционные и современные методы и формы работы, которые представлены в таблице №17

Таблица №17

#### Основные методы и формы работы:

метод	содержание	форма
словесный и информационно-рецептивный метод	устное изложение материала	беседы, рассказы, викторины и т.д.
наглядный метод	демонстрация обсуждаемого материала	показ иллюстраций, предметная и практическая демонстрация
практический и репродуктивный	практическое выполнение задания	выполнение новых и отработка известных упражнений, практических заданий
игровой метод и метод коллективно-творческой деятельности	получение результата по итогам определенных коллективных действий	подвижные и настольные игры, соревнования, эстафеты
проблемный и поисковый метод	получение знаний путем решения поставленных задач	квесты, экскурсии, прогулки
индивидуальный	осуществление деятельности по одиночке	анкетирование, выполнение заданий и упражнений
групповой	осуществление деятельности посредством работы в группах, командах	соревнования, игры, эстафеты, викторины, конкурсы
интегрированный	включение в образовательный процесс материала из других сфер деятельности	выполнение заданий и упражнений, игры, эстафеты, викторины, конкурсы
проектная деятельность	исследовательская и творческая деятельность, в результате которой появляется готовый продукт	беседа, экскурсия, викторины, оформление стенда

Формы, используемые при реализации программы, способствуют решению задач и основной цели программы. Познавательные беседы, словесные и настольно-печатные игры проводятся с целью ознакомления детей с новым материалом и закрепления имеющихся знаний. Подвижные игры проводятся для смены деятельности на занятиях, для сплочения коллектива и активизации деятельности. Целевые прогулки, экскурсии проводятся с целью ознакомления с окружающим миром. Вопросы проблемного и исследовательского характера используются для развития мышления, умения рассуждать, высказывать свои мысли, делать выводы, вести наблюдения. Викторины проводятся с целью закрепления

пройденного материала. Проведение праздников проводятся с целью закрепления материала и создания положительных эмоций у детей. Работа с семьей проводится с целью привлечения родителей к совместной деятельности: участие в викторинах, развлечениях, соревнованиях, экскурсиях.

В центре внимания современного образования стоит процесс познания, ориентирующий обучающего на самостоятельный поиск, исследование, открытие, деятельность. Для реализации индивидуальных особенностей развития и обучения детей в программе предусмотрено создание интегрированной модели образовательного пространства - индивидуального образовательного маршрута для одаренных детей.

**Цель** индивидуальных образовательных маршрутов - обеспечить формирование и реализацию потребности обучающегося в самоактуализации, саморазвитии.

**Основные задачи ИОМ одарённого обучающегося:**

- выявление одарённых детей и создание системы работы с детьми;
- отбор средств обучения, способствующих физическому развитию, самостоятельности мышления, инициативности и научно-исследовательских навыков, творчества в учебно-тренировочной деятельности;
- использование дифференциации на основе индивидуальных особенностей детей;
- научное, методическое и информационное сопровождение процесса развития одарённых детей;
- организация разнообразной деятельности в образовательном процессе;
- социальная и психологическая поддержка одарённых детей.

План работы с одарёнными детьми по индивидуальному образовательному маршруту представлен в таблице №18

*Таблица №18*

**План работы с одарёнными детьми по ИОМ**

Этапы работы	Содержание работы		Сроки
	Обучающиеся, поступившие на отделение по виду спорта	Обучающиеся с успешным опытом по виду спорта	
I этап - Подготовительный	Диагностика возможностей и способностей: анкетирование обучающегося; входное тестирование теоретических знаний по		1-3 день

	виду спорта; приём нормативов по ОФП (с учётом характеристик вида спорта); беседа с родителями.		
	Постановка цели, задач и планируемых результатов работы.		
II этап – Основной	Разработка учебно-тематического планирования. Проведение мероприятий согласно учебно-тематическому планированию. Индивидуальные занятия, дополнительные задания. Применение различных форм и приёмов работы (игра, эвристическая беседа, экскурсия, наблюдение, практическое занятие, тренинг, эксперимент, мозговой штурм, исследование, поисковая деятельность). Анализ и корректировка учебно-тематического планирования.		3-13 день
III – этап Заключительный	Тестирование теоретических знаний по виду спорта.		14 день
	Приём нормативов по виду спорта (специальные технические и тактические приёмы по виду спорта стартового уровня)	Приём нормативов по виду спорта (специальные технические и тактические приёмы по виду спорта базового или продвинутого уровня)	

### Планируемые результаты в обучении по ИОМ:

- успешное усвоение спортивной дисциплины в объёме, предусмотренном учебным планом;
- совершенствование спортивных навыков по виду спорта;
- овладение навыками самостоятельной работы;
- развитие навыка самоконтроля и самооценки.

Реализация индивидуальных образовательных маршрутов обеспечена методическими, дидактическими и технологическими материалами и материально-технической базой учреждения.

МАУ ДО СШ№2 ТМР с 2013 года тесно взаимодействует с профессорско-преподавательским составом Института физической культуры Тюменского государственного университета. Организуются семинары, семинары-практикумы, лектории по различным направлениям работы, в том числе применения инновационных технологий при проведении физкультурно-спортивной работы, приемам и методам организации физкультурно-спортивных мероприятий, в том числе и в каникулярный

период, здоровье формирующие технологии в работе с подрастающим поколением, а также вопросы реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Также МАУ ДО СШ№2 ТМР взаимодействует со специалистами ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО» в рамках подготовки специалистов учреждения по вопросам качественных предоставлений услуг, в том числе и в каникулярный период и осуществлению самоконтроля в своей профессиональной деятельности.

Обеспечение научно-методической литературой:

1. Кудашов Г.Н. Программа лагерной смены: Технология разработки и оформления. - Тюмень, 2015
2. Как работать в лагере. - С-Петербург, 2001.
3. Камакин О.Н. Спутник вожатого. Методическое пособие для вожатых, заместителям по воспитательной работе. – ООО «Педагогические технологии», 2011
4. Морева О.В. Как составлять программу? Статья в методическом пособии. ТюмГУ, 2015
5. Манжелей И.В. Инновации в физическом воспитании. Учебное пособие. – Тюмень, ТюмГУ, 2010
6. Обмен идеями. Методический сборник из опыта работы. Тюмень, «Ребятчья республика», 2023
7. Практика организации летнего отдыха детей. - Екатеринбург, 1998.
8. Сыроева М. Е. Организация летнего отдыха детей. - М., 1999.
9. Скоро смена! Методический сборник из опыта работы АНО «ОДООЦ» «Ребятчья республика». - Тюмень, «Ребятчья республика», 2015
10. Сборники программ оздоровительно-образовательных смен для детей из опыта работы АНО «ОДООЦ» «Ребятчья республика». - Тюмень, «Ребятчья республика», 2013-2019
11. Эффект ребячки. Сборник программ детских смен. 2 книга. Тюмень, «Ребятчья республика», 2023г

В рамках проектной деятельности будет организована работа по изготовлению информационного стенда о Героях родных сельских поселений. В ходе данной работы ребята будут осуществлять такие формы деятельности как постановка целей и задач, сбор материала, распределение обязанностей, составление плана работы, диагностика, оформление результатов проекта, анализ и самоанализ, презентация. Основная идея проекта заключается в реализации мероприятий по формированию и развитию у детей гражданско-патриотических ценностей через включение в процесс активного сохранения и расширения пространства исторической памяти о Великой Отечественной войне и

специальной военной операции посредством использования современных игровых, образовательных и других технологий.

В результате дети и подростки узнают много нового о событиях, людях и технике Великой Отечественной войны и специальной военной операции; приобретут разведывательные навыки. По итогам участники проекта, увековечат память своих близких, сделают свою звезду (из бумаги), в которой будут обозначены – Фамилия, Имя родственника или близкого солдата, годы жизни, информацию о подвигах и на каком фронте вели боевые действия.

- Оформление «Звезды Героя» на стенде.
- Защита проекта «Звезда Героя»
- Общее фото.

Подробное описание проекта представлено в приложении 7.

## 7. Мониторинг эффективности реализации программы

С целью оценки эффективности данной программы с участниками лагеря проводится постоянный мониторинг, диагностика.

В ходе реализации программы используются следующие методы отслеживания ее результативности:

- анкетирование – проводится в начале и в конце смены;
- мониторинг, рефлексия, диагностика – осуществляется ежедневно в течение лагерной смены.

Целью анкетирования является выявление пожеланий родителей по организации деятельности детского лагеря, определение интересов, мотивов пребывания детей в лагере (организационный период), выявление ожиданий детей от пребывания в лагере и соответствия результатов ожиданиям (конец смены). Первичное анкетирование с целью выявления интересов детей и подростков, мотивов их пребывания в лагере проводится в первые 2 дня лагерной смены – время адаптации.

Задача педагога – помочь ребенку раскрыться, показать свои лучшие качества, установить адекватные для лагеря отношения, спланировать деятельность, наладить отношения. Этот период характеризуется:

- неустойчивым общественным мнением;
- адаптацией детей к специфике временного детского коллектива;
- демонстрацией взрослыми стандартных норм поведения;
- оказанием помощи ребенку в раскрытии потребностей и талантов.

Основной период (3-13 день) – это время созидательных действий, личностных самореализаций, многоплановой смены социальных позиций. Мониторинговой диагностике в основной период подвергаются:

- степень деятельностной активности детей;
- реализация деятельностных потребностей детей;
- выявление формальных и неформальных лидеров;
- выявление степени сформированности временного детского коллектива, установление коммуникативного потенциала отряда;
- выявление сформировавшихся микрогрупп и наличие условий для реализации принципа объединения детей в микрогруппы (по интересам, подчинение к сильному лидеру и т. д.).

Последние дни смены направлены на подведение итогов. Отслеживается степень реализации и задач смены. Этот период, как правило, характеризуется:

- выявленностью общих интересов;
- необходимостью усиления контроля за безопасностью детей;
- повышенным вниманием участников воспитательного процесса к эмоциональному фону.

Помимо анкетирования используются упражнения для выяснения ожиданий, уровня адаптации в детском коллективе: «Я в круге»; проводится рейтинг отрядных и общелагерных мероприятий. Результат этой диагностики – один из критериев эффективности работы педагогического состава.

Диагностическая работа, рефлексия и мониторинг осуществляется с целью определения уровня адаптации детей к условиям отдыха в лагере за смену, удовлетворенности детей отдыхом.

Ежедневное отслеживание настроения детей, удовлетворенности проведенными мероприятиями отражается на «Экране настроения».

Контроль и оценка реализации программы проводится на уровне всех участников программы.

Система контроля за ходом реализации программы представлена в таблице № 19

**Таблица №19**

**Система контроля процесса реализации программы**

№ п/п	Мероприятие	Срок проведения	Ответственные
1.	Анкетирование родителей на выявление пожеланий по организации деятельности детского лагеря	Апрель, Май	Начальник лагеря
2.	Анкетирование детей в организационный период с целью выявления их интересов, мотивов пребывания в лагере	1-2 день смены	Воспитатель
3.	Ежедневное отслеживание настроения детей, удовлетворенности проведенными мероприятиями	В течение смены	Воспитатель
4.	Мониторинг адаптации детей к условиям отдыха в лагере за смену	В течение смены	Воспитатель
5.	Анкетирование детей в конце смены, позволяющее выявить оправдание ожиданий	Последний день смены	Начальник лагеря, Воспитатель

**Анализ результатов** и форма подведения итогов реализации программы:

- размещение на сайте учреждения и в группе социальных сетей «Дневника лагеря».

- обобщение и распространение опыта по организации летней оздоровительной работы в отчете о реализации программы летнего лагеря с дневным пребыванием детей «В ритме спорта» с отражением следующих пунктов:

- ✓ Комплексная оценка эффективности оздоровления детей.
- ✓ Анализ мониторинга адаптации и анкетирования детей и родителей.
- ✓ Турнирная таблица участия в мероприятиях.
- ✓ Результаты оценки программы.
- ✓ Выступление на педагогическом совете

По результатам поэтапного мониторинга реализации программы в нее своевременно вносятся необходимые изменения, дополнения и корректировка.

По конечным итогам анализа реализации программы положительные результаты будут применены и использованы в программе летнего лагеря в следующем году, замечания, недоработки будут подвергнуты изменениям и дополнениям.

### **7.1 Перечень диагностических методик**

1. Методика комплексной бальной оценки уровня здоровья по Г.Л. Апанасенко (приложение 1);
2. Формула индекс массы тела (ИМТ), разработанная А. Кетле (приложение 1);
3. Защитная квалификационная работа «Академии спорта» (приложение 3);
4. Анкетирование детей (входное, итоговое) и диагностика «Я в круге» (приложение 8);
5. Лист отрядного настроения «Экран настроения» (приложение 9);
6. Опросник М. И. Рожкова на выявление уровня социальной активности, социальной адаптированности, социальной автономности и нравственной воспитанности (приложение 10);
7. Психогеометрический тест С. Деллингера относится к числу графических, в результате выбора геометрической формы можно получить представление об основных поведенческих формах, присущих ребёнку (приложение 11);
8. Анкета для родителей (на входе и на выходе) (приложение 12).

Мониторинг реализации программы планирует проведение анализа работы лагерной смены, по результатам которого будут внесены изменения и дополнения в программу следующего года.

## 7.2 Факторы риска реализации программы

Данная программа учитывает и предусматривает возможные факторы, которые в случае возникновения могут препятствовать реализации программы и снизить её результативность. Факторы риска реализации программы представлены в таблице № 20

*Таблица №20*

### Факторы риска реализации программы

<b>Фактор риска</b>	<b>Способы устранения</b>
<i>Природно-климатические условия</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Вариативность мероприятий на случай плохих и низких метеоусловий погоды и невозможности их проведения на улице (разработанный вариант проведения в закрытых помещениях, замена другими мероприятиями)</li></ul>
<i>Клещевая опасность</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Обработка учреждения препаратами.</li></ul>
<i>Эмоциональная неуравновешенность участников смены.</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Индивидуальная работа воспитателя с детьми;</li><li>• Работа с родителями;</li><li>• Отрядные мероприятия, направленные на расслабление и восстановление повышенной активности - релакс-паузы, минуты отдыха, психологической разгрузки.</li></ul>
<i>Снижение активности участников смены</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Отрядные мероприятия, направленные на стимулирование активной деятельности участников смены;</li><li>• Мотивация детей со стороны вожатого, воспитателя, руководителя смены;</li><li>• Создание для подростков возможности выбора интересного досуга;</li><li>• Смена и чередование видов деятельности.</li></ul>
<i>Усталость педагогического коллектива</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Четкое распределение обязанностей, объединение коллективных усилий в сложных ситуациях.</li></ul>
<i>Травматизм</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Инструктаж по ТБ. Исключение травмоопасных ситуаций;</li><li>• Ответственность и бдительность за здоровье и жизнь детей.</li></ul>

## **8. Требования по технике безопасности детей при реализации программы**

Методические рекомендации по организации профилактических мероприятий в лагере с дневным пребыванием по обеспечению безопасности деятельности воспитанников предназначены в помощь администрации, педагогическим работникам, ответственным за профилактику детского травматизма. Данные рекомендации отражены в основных инструкциях по технике безопасности (Приложение 6):

- по охране труда и мерам безопасности воспитанников при занятиях спортивными играми в лагере дневного пребывания на базе МАУ ДО СШ № 2 ТМР;
- для воспитанников по охране труда и мерам безопасности при занятиях на открытых спортивных площадках в лагере дневного пребывания;
- по мерам безопасности для воспитанников при занятиях в спортивном зале в лагере дневного пребывания на базе МАУ ДО СШ № 2 ТМР;
- по охране труда при проведении спортивных мероприятий;
- по охране труда при проведении массовых мероприятий;
- техники безопасного поведения на экскурсиях;
- по технике безопасности для воспитанников на учебно-тренировочных занятиях по видам спорта.

В данных рекомендациях изложены основополагающие составляющие в создании условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников в летнем лагере дневного пребывания детей и создание комплексной системы работы по профилактике детского травматизма.

## 9. Список литературы и информационных источников

1. Апанасенко, Г. Л. Физическое развитие детей и подростков: учебник / Г. Л. Апанасенко. - Киев: Здоровье, 2019. - 188 с. с.
2. Безруких, М. М., Макеева, А. Г., Филиппова, Т. А. Две недели в лагере здоровья / Методическое пособие. — М.: Абрис, 2019. — 80 с.
3. Бесова М.А. Веселые игры для дружного отряда. Праздники в загородном лагере / . - М.: Академия развития, 2021. - 160 с.
4. Борисова М.М, Илюшина Н.Н, Павлова Н.П., Щербакова Т.Н, Козлова А.А. Педагогика детского оздоровительного лагеря, 2020. – 216 с.
5. Вайндорф-Сысоева М.Е. Организация летнего отдыха детей и подростков 2-е издание исправленное и дополненное. Учебное пособие, Москва, «Юрайт» 2019. – 166 с.
6. Вайндорф-Сысоева М.Е. «Дневник вожатого. Программно-методическое пособие для вожатых детских оздоровительных лагерей.» – М.: «Центр гуманной литературы», 2020.- 172 с.
7. Волохов А.В., Фришман И.И., Методическое пособие - Внимание каникулы!», М.: – 2019.
8. Григорьев О.А., Стеблецов Е.А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере. Учебное пособие для СПО, 2020. - 262 с.
9. Зуева, И. А. Организация физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы в летнем лагере: учебник. Троск. - Ростов-на-Д.: Феникс, 2019. - 128 с.
10. Илюшина Н. Педагогика детского оздоровительного лагеря практикум, Уч.пособие, издательство «Инфра-М», 2018. – 258 с.
11. КИПАРИС-9. Советы бывалого вожатого (теория, методика, практика). Учебно-практическое пособие для организаторов летнего отдыха детей. / Юзефовичус Т.А. - М.: Педагогическое общество России, 2018.
12. Кудашов Г.Н. Программа лагерной смены: Технология разработки и оформления. - Тюмень, 2015.
13. 8. Лобачева С.И. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. М.: ВАКО, 2018.
14. Манжелей И.В. Педагогика физического воспитания. Учебное пособие для балакавриата и магистратуры, 2020. – 182 с.
15. Методическое пособие для организаторов детского отдыха и оздоровления, методистов и отрядных вожатых детских оздоровительных лагерей. 4-е издание, переработанное. Анапа, ДСОЛ «Кавказ», 2018.
16. Методическое пособие по организации летнего отдыха детей г. Ханты-Мансийск – 2018.

17. Нещерет Л.Г. Хочу быть лидером! Выпуск 4. - Н. Новгород: изд-во ООО «Педагогические технологии», 2018.
18. Обмен идеями. Методический сборник из опыта работы. Тюмень, «Ребятчья республика», 2023.
19. Попова И.Н. Методики оценки деятельности детских оздоровительных лагерей, Русское слово, 2018. – 80 с.
20. Степанова, Т. М. Игры и развлечения в летнем лагере / Т.М. Степанова. - М.: Красико-Принт, 2018. - 176 с.
21. Трепетунова Л.И. и др. Летний оздоровительный лагерь: массовые мероприятия. – Волгоград: Учитель – 2018.
22. Формула успеха: сборник сценариев, игровых программ для вожатого/ Под ред. Е.В. Масловой, О.Н. Знаменщиковой. – Омск, 2008. – 200 с.
23. Эффект ребячки. Сборник программ детских смен. 2 книга. Тюмень, «Ребятчья республика», 2023.

*Список литературы, рекомендованный для детей и родителей*

1. Анисимова М.С. Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста. Изд. Детство-Пресс, 2017. – 256 с.
2. Гиппеерейтер Ю.Б. Счастливый ребенок: новые вопросы и новые ответы. Изд. АСТ. 2016. – 336 с.
3. Долбин А. Дети солнца. Воспоминания о детсаде и пионерлагере 1946-1954 гг. Изд. Интернациональный Союз писателей, 2020.
4. Зверева Н. Правила общения с детьми: 12 «нельзя», 12 «можно», 12 «надо» - М.: Альпина Диджитал, 2016. - 522 с.
5. Тарарина Е. Услышь родителей своих. Как взрослым детям общаться со взрослыми родителями. Изд. Вариант, 2019. – 122 с.
6. Типпинг Колин К. Радикальное Прощение: родители и дети. почему так важно простить своих близких и как сделать это правильно. Изд. София, 2020. – 224 с.
7. Плеханова Е.С., Матвеев А.П. Физическая культура: учебное пособие. 2018. – 160 с.
8. Ремиш Н. Просто о важном. 2020. – 162 с.

*Литература, рекомендуемая для подготовки педагогов*

1. Апанасенко, Г. Л. Физическое развитие детей и подростков: учебник / Г. Л. Апанасенко. - Киев: Здоровье, 2005. - 188 с. с.

2. Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие КноРус. – 2021.
3. Бишаева, А.А., Малков В.В. Физическая культура: учебное пособие / А.А. Бишаева, В.В. Малков. Изд. КноРус. – 2018.
4. Довжик Л.М., Бочавер К. Психология спортивной травмы. Изд. Спорт. 2020 – 264 с.
5. Зуева, И. А. Организация физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы в летнем лагере: учебник. Троск. - Ростов-на-Д.: Феникс, 2017. - 128 с.
6. Ильяин Е.П. Психология спорта. 2018. – 352 с.
7. Иссурин В.Б., Лях В.И. Научные и методические основы подготовки квалифицированных спортсменов. Изд. Спорт. 2019. – 176 с.
8. Манжелей И.В. Инновации в физическом воспитании. Учебное пособие. – Тюмень, ТюмГУ, 2010
9. Обмен идеями. Методический сборник из опыта работы. Тюмень, «Ребятчья республика», 2023.
10. Сафонов В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха. Изд. Спорт. 2019. – 288 с.
11. Сидоренко Е.В. Технология тренерской работы. Изд. Синергия. 2020. - 340 с.
12. Соколовская С.В. Психология физической культуры и спорта. Учебное пособие. Изд. Лань, 2020. – 144 с.
13. Тихвинский, С. Б. Роль физического воспитания в здоровье подростка: учебник / С. Б. Тихвинский. - СПб.: Педагогика, 2012. - 138 с.
14. Хасанова Ю. Я тренирую детей. Настольная книга детского тренера. 2019. – 110 с.

*Список электронных ресурсов*

- Министерство спорта Российской Федерации - <https://minsport.gov.ru/>
- Официальный сайт центра подготовки спортивного резерва и студенческих сборных команд - <https://osdusshor.ru/>
- Ребусы «Олимпийские виды спорта» - <https://www.igraza.ru/rebus-olimp.html>
- Интересные игры для лагеря (для детей и подростков) - <https://www.rastut-goda.ru/questions-of-pedagogy/8516-igry-dlya-lagerya.html>
- Культура. РФ. Портал культурного наследия, традиций народов России - <https://www.culture.ru/>
- Развитие детского отдыха - <https://детскийотдых.пф/page/1650273073286-vozpitanie-v-lagere>
- Тематические программы для городских лагере - <https://brightwe.ru/programs>

**Методика комплексной бальной оценки уровня здоровья по Г.Л. Апанасенко** - первичные данные, на основе которых проводится оценка: рост, вес, жизненная емкость легких, пульс, динамометрия кисти, уровень систолического давления и время восстановления пульса после пробы (20 приседаний за 30 сек.).

Каждому результату, полученному при соответствующих измерениях, будет присваиваться балл. В конце всех измерений полученные баллы необходимо сложить и получить общий балл своего здоровья. По таблице необходимо выяснить какому уровню здоровья соответствуют полученные показатели.

**Экспресс-оценка уровня физического здоровья  
(по Г.Л. Апанасенко, 1988)**

Показатели	Функциональные уровни					Физиол. показатели в покое
	1 низкий	2 ниже среднего	3 средний	4 выше среднего	5 высокий	
Масса тела / Рост тела, (г/см)						
М	501	451-500	401-450	375-400	375	Рост- Вес-
Ж	451	401-450	375-400	351-374	350	
Баллы	-2	-1	0	-	-	
ЖЕЛ (мл/кг) Масса тела						
М	50	51-55	56-60	61-65	66	-
Ж	40	41-45	46-50	51-57	57	-
Баллы	0	1	2	4	5	-
ЧСС×АДсист 100						
М	111	95-110	85-94	70-84	69	ЧСС- АД-
Ж	111	95-110	85-94	70-84	69	
Баллы	-2	0	2	3	4	
Время восст-я ЧСС после 20 приседаний за 30 сек (мин, с.)						Время восст-я –
М						
Ж	3	2-3	1.30-1.59	1.00-1.29	59	
Баллы	3	2-3	1.30-1.59	1.00-1.29	59	
	-2	1	3	5	7	
Динамометрия кисти / Масса тела (%) ×100						Сила кисти
М	60	61-65	66-70	71-80	81	
Ж	40	41-50	51-55	56-60	61	
Баллы	0	1	2	3	4	
Общая оценка уровня здоровья (сумма баллов)	4	5-9	10-13	14-15	17-21	Сумма баллов-

**Индекс массы тела (далее ИМТ)** - это параметр, отражающий степень соответствия веса и роста человека. Позволяет объективно оценить, имеются ли у него лишние килограммы, страдает ли он истощением, или же у него всё в норме. Чаще всего используется в двух случаях.

Официально используется формула ИМТ, разработанная Адольфом Кетле - социологом и статистиком из Бельгии. Она учитывает только два параметра - рост и вес, что не делает её идеальной для выявления лишних или недостающих до нормы килограммов.

**Индекс Кетле (кг/м<sup>2</sup>) = вес (кг) : рост<sup>2</sup> (м<sup>2</sup>)**

Например: вес = 102 кг, рост = 1,68 м.

Индекс Кетле = 102 : (1,68 x 1,68) = 36

**Как интерпретировать значения индекса Кетле:**

- **16 и менее** – выраженный дефицит массы тела,
- **16 - 18,5** – недостаточная масса тела (дефицит),
- **18,5 - 25** – норма,
- **25 - 30** – избыточная масса тела (предожирение),
- **30 - 35** – ожирение I степени,
- **35 - 40** – ожирение II степени,
- **40 и более** – ожирение III степени

**ПРОТОКОЛ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

Вид спорта: \_\_\_\_\_ Тренер-преподаватель: \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_

№ п/п	Ф.И.О. обучающегося	нормативы											результат (зачет, незачет)	
1.														
2.														
3.														
4.														

Итоги: Сдали нормативы \_\_\_\_\_ человек  
 Не сдали нормативы \_\_\_\_\_ человек  
 % выполнения нормативов \_\_\_\_\_  
 Нормативы принял: Тренер \_\_\_\_\_

### **Защитная квалификационная работа «Академии спорта»**

Программа **защитной квалификационной работы** включает спортивную программу.

Основу программы составляют виды испытаний (тесты) комплекса ГТО.

Задача – правильно выполнить необходимое количество повторений за максимально короткое время. Допускается выполнение необходимого количества повторений в несколько подходов.

**Спортивная программа включает в себя: «Гонка ГТО, классика».**

Участник выполняет испытания поочередно.

***a. «Челночный бег»***

Участнику необходимо выполнить **челночный бег 3 x 10 м.**

Выполнив испытание, перебегает на следующий пункт.

***b. «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»***

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние **не меньше 160 см.**

**Общее число повторений – 3.**

После последнего прыжка участник перебегает на следующий пункт дистанции Гонки ГТО и приступает к преодолению третьего испытания.

***3. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»***

Необходимо выполнить **10 повторений.**

Выполнив нужное количество повторений, участник перебегает до следующего снаряда и приступает к преодолению испытания четвертого пункта дистанции.

***4. «Поднимание туловища из положения лежа на спине»***

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине **- 20 повторений.**

Выполнив нужное количество повторений, участник перебегает на следующий пункт дистанции.

***5. «Жим гантелями вверх с плеч в положении сидя».***

Жим гантелями 4 кг. вверх с плеч в положении сидя – **10 повторений.**

Выполнив нужное количество повторений, участник оббегает фишку или иной элемент и бегом возвращается к линии старта. Забег считается завершенным, когда участник гонки возвращается на стартовую позицию.

По всей дистанции с участниками продвигается судья, который оценивает правильность выполнения испытания и количество правильно выполненных повторений. На каждом пункте находится секретарь, который записывает в протокол количество правильно выполненных повторений и штрафные секунды за нарушения у каждого участника.

Участники не должны нарушать маршрут движения (сокращать маршрут). Количество повторений, указанное на каждом этапе, является обязательным для выполнения всеми участниками. Все участники должны избегать действий или поведения, способных помешать на дистанции другим участникам.

#### **Штрафы:**

- фальстарт участника команды + 5 сек.;
- участник не сделал нужное количество повторений, перейдя к следующему пункту +10 сек. за каждое неделанное повторение.

### **Основные мероприятия лагерной смены «Академия спорта»**

#### **Викторина на тему: «Я здоровье сберегу-сам себе я помогу»**

Цель: систематизация и обобщение знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Задачи:

- формировать представление о здоровье как одной из основных ценностей;
- расширять знания о профилактике простудных заболеваний;
- воспитывать понятия о здоровом образе жизни;
- развивать интерес к познанию себя, своих возможностей и способностей.

1. Составь пословицы о здоровье.
2. «Ответь на вопросы»
3. «Кроссворд»
4. «Режим дня».
5. Дидактическая игра «Чудесный мешочек»
6. «Отгадай загадки и будешь ты в порядке».
7. «Доскажи фразу».
8. Просмотр видео про здоровье.

#### **Спортивные эстафеты «Движение - это мы»**

Цель: Сохранение и укрепление здоровья с использованием различных подвижных детских игр и спортивных эстафет.

Задачи:

1. Приобщение детей к здоровому образу жизни.
2. Развитие лидерских качеств личности ребенка.
3. Развитие физических качеств: силы, ловкости, быстроты, выносливости.

В игровой программе «Вперед к рекордам» много игр и состязаний, в которых каждый проявит свою ловкость, сноровку, быстроту, гибкость, а самое главное командный дух.

##### **1. «Околпачили»**

Для игры надо склеить картонный колпак высотой примерно полтора метра, изготовить две стойки высотой 1 метр и две тонкие палочки длиной 1 метр. Взяв в каждую руку по палочке, играющий должен с их помощью снять колпак со стойки, не уронив, донести его и надеть на другую.

##### **2. «Собери шары».**

По полю разбрасываются шарики. Участникам раздаются пластмассовые совки. По сигналу участники должны собрать в ведро шарики с помощью совков. Каждый участник собирает по одному шару в ведро и передает эстафету следующему участнику из команды. У кого больше оказалось в ведре шариков, тот и выиграл.

##### **3. «Мяч в воздухе»**

Команда подбрасывает мяч в воздух, перебрасывая от участника к участнику. Чья команда дольше продержит мяч в воздухе, та и побеждает.

##### **4. «Прокати»**

Каждой команде достается по обручу. Участники команды должны прокатить обруч от старта до финиша. Если обруч упал, то эстафета начинается заново.

##### **5. «Бег в мешках»**

Каждой команде достается по большому тряпичному мешку. Каждый участник команды пробегает дистанцию в мешках. Чья команда быстрее выполнит данную эстафету, та и побеждает.

##### **6. «Гонки».**

Игроки трех команд выстраиваются в колонны, садятся на корточки и кладут руки на плечи впереди сидящего игрока. По сигналу начинают движение вперед к финишу, стараясь не разорвать цепочку и двигаясь гусиным шагом. Побеждает самая быстрая команда.

#### 7. «Перетягивание каната».

На этом заканчивается наше состязание. Желаем вам мы горы перейти, преодолеть все трудные преграды, дружить со спортом и скорей расти и каждому установить свой личный рекорд.

### **Спортивный конкурс «Быстрее, выше, сильнее»**

Цель: пропаганда здорового образа жизни, развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой, воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

Ребята делятся на несколько команд с равным количеством участников. Команды соревнуются в спортивных играх и конкурсах.

#### 1. «Битва за пищу»

На против команды на расстоянии 6-8 метров стоит стул и 3 тарелки с водой и виноградом. Участнику нужно добежать до стула, съесть виноградину. Съесть и передать эстафету следующему игроку в команде. Сложность в том, что руки игрока будут завязаны.

#### 2. Эстафета с кеглями

По сигналу ведущего первый участник команды, взяв в руки теннисный мячик, бежит вперед до финишной отметки. Там он бросает мяч по впереди стоящим кеглям (5 штук, расстояние между ними 30 - 40 см). Далее он бежит вперед за мячиком и, подобрав его, возвращается к своей команде, передавая эстафету следующему участнику. В этом конкурсе каждой команде прибавляются очки за сбитые кегли (по одному очку за каждую).

#### 3. Бег «на трех ногах»

От каждой команды выделяются по два представителя. Пары становятся у линии старта. Левая нога одного участника приматывается или привязывается к правой ноге другого. По сигналу ведущего связанные пары устремляются к финишу наперегонки.

#### 4. «Белочка, несущая орех»

Приготовьте для каждой команды по 5—7 обручей, в зависимости от длины дистанции, и по одному волейбольному мячу (ореху). Обручи расположите на земле так, чтобы из одного можно было допрыгнуть до следующего. Причем они могут лежать не на прямой линии. Задача «белочки» — пронести орех, прыгая с «дерева» на «дерево» (из обруча в обруч), до финишной отметки и обратно. Можно усложнить задачу, давая по 2—3 мяча.

#### 5. Эстафета с воздушным шаром

Участники команды стартуют парами, удерживая лбами воздушный шар, добегают до финишной отметки и возвращаются к месту старта, передавая шар следующей паре. Следует иметь в запасе несколько надутых шаров.

### **Конкурсная программа «Неразлучные друзья-спорт, друг и я»**

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

Совершенствовать физические качества (сила, быстрота, гибкость, ловкость, выносливость), укрепление здоровья, воспитание быстрого мышления, развитие реакции на быстро движущийся предмет. Совершенствование творческих способностей в зависимости от быстро изменяющихся соревновательных действий.

*Содержание:* командам в которой участвует по 8 человек (5 девочек и 3 мальчика) нужно преодолеть все спортивные «этапы» показать выдержку, смекалку, чувство коллективизма. За правильное решение задания команда получает 5 баллов. Если команда не справилась с заданием - 3 балла. По результатам игры командам выставляются оценки и вручаются

награды - памятные дипломы. Каждая команда придумывает название, девиз, рисует эмблему под которыми выступает.

### **Интеллектуальная игра «Квиз»**

**Квиз** — это интеллектуально-развлекательная игра, в которой участникам предлагают ответить на ряд вопросов из различных областей знаний.

**Суть игры:** ведущий задаёт вопросы командам, а команды на специальных бланках отвечают. Участники соревнуются на сообразительность, логику, эрудицию, смекалку и даже на интуицию.

### **Викторина «Моя Россия! Моя страна!»**

#### **1 конкурс – Викторина**

Эстафета – делятся на 4 команды. Под каждую четверку задается вопрос. Ребята подбегают к столу и стараются найти ответ. Каждый правильный ответ – 1 балл.

#### **2 конкурс – Гимн России.**

Ребятам дается текст гимна России. Необходимо проставить пропущенные слова в тексте. Первая команда зарабатывает 3 балла, вторая – 2 балла, третья – 1 балл.

#### **3 конкурс - «Пословица к слову молвится».**

Вытаскиваются карточки из 2-х слов, по которым надо восстановить пословицу. Каждая правильная пословица – 1 балл

### **Подвижная игра «Перестрелка»**

Играющие делятся на две равные команды, каждая из которых произвольно располагается в своём городе на одной половине площадки (от средней линии до коридора). В ходе игры нельзя заходить на половину противника. Задача каждой команды - получив мяч, попасть им в противника, не заходя за среднюю черту. Противник увёртывается от мяча и, в свою очередь, пытается осалить мячом игрока противоположной команды. Осаленные мячом идут за линию плена на противоположную сторону (в коридор). Пленный находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросив мяч без касания стены или земли). Поймав мяч, пленный перебрасывает его в свою команду, а сам перебегает из коридора на свою половину поля.

Подведение итогов

команды	конкурсы			итог
	1	2	3	

### Примерные вопросы теста «Экология и я»

1. Глобальные экологические проблемы вызваны в первую очередь:
  - а) высокими темпами прогресса +
  - б) космическими факторами
  - в) геологическими процессами
2. Основными природными факторами, влияющими на численность человеческих популяций, являются:
  - а) особенности климата
  - б) пищевые ресурсы и болезни +
  - в) особенности рельефа местности
3. Рациональное природопользование подразумевает:
  - а) добычу и переработку полезных ископаемых
  - б) мероприятия, обеспечивающие промышленную и хозяйственную деятельность человека
  - в) деятельность, направленную на научно обоснованное использование, воспроизводство и охрану природных ресурсов +
4. Полезные ископаемые недр планеты относятся к:
  - а) невозобновляемым природным ресурсам +
  - б) неисчерпаемым природным ресурсам
  - в) возобновляемым природным ресурсам
5. Вырубка лесных массивов приводит к:
  - а) уменьшению испарения
  - б) увеличению видового разнообразия птиц
  - в) нарушению кислородного режима +
6. Недостаток питьевой воды вызван, в первую очередь:
  - а) засолением почв
  - б) загрязнением водоемов +
  - в) уменьшением объема грунтовых вод
7. Разрушение озонового слоя ведет к увеличению заболеваний:
  - а) органов дыхания
  - б) кожи +
  - в) желудочно-кишечного тракта
8. При разрушении люминесцентных ламп выделяются опасные для здоровья ионы:
  - а) ртути +
  - б) кальция
  - в) кобальта
9. Самыми распространенными заболеваниями, которые возникают в результате ухудшения экологической обстановки, являются:
  - а) болезни пищеварительного тракта
  - б) сердечно-сосудистые и онкологические заболевания +
  - в) болезни опорно-двигательной системы
10. Вещества, вызывающие раковые заболевания, называют:
  - а) канцерогенными +
  - б) пирогенными
  - в) биогенными
11. Наибольшее количество веществ, загрязняющих биосферу, приходится на:
  - а) сельское хозяйство
  - б) транспортные средства
  - в) предприятия химической и угольной промышленности +
12. К магнитным бурям особенно чувствительны люди с нарушениями:
  - а) работы выделительной системы
  - б) работы желудка и кишечника
  - в) нервной и сердечно — сосудистой систем +
13. Уменьшение толщины озонового слоя даже на 1% может вызвать у людей увеличение уровня заболеваемости:
  - а) органов выделения
  - б) раком кожи +
  - в) органов дыхания
14. Основными болезнями, определявшими демографическую ситуацию в период Средневековья, были:
  - а) грипп и пищевые отравления
  - б) заболевания кожи и суставов
  - в) чума, холера и оспа +

15. Опасность употребления в пищу бледной поганки и некоторых других грибов состоит в следующем:  
а) они привлекательны внешне и обладают приятным запахом  
б) симптомы отравления наступают через несколько часов, иногда дней, когда действие токсинов уже не обратимо +  
в) они всегда растут на видном месте и хорошо заметны

16. К наиболее опасным можно отнести пищевое отравление:  
а) бледной поганкой, просроченными рыбными консервами +  
б) ягодами и плодами  
в) овощами

17. С точки зрения экологичности не приемлемы для употребления в пищу продукты, выращенные:  
а) в теплицах и парниках за городом  
б) в черте крупного промышленного города +  
в) на дачах (вдали от городов)

18. Нитраты поступают в организм человека вместе с:  
а) фруктами  
б) плодами и семенами  
в) овощами +

19. Курение наиболее опасно для таких органов, как:  
а) печень и почки  
б) легкие +  
в) сердце

20. Лесные экосистемы южной тайги весной становятся особенно опасными из – за большого количества некоторых представителей беспозвоночных – переносчиков и носителей вируса, который вызывает:  
а) лептоспироз  
б) ботулизм  
в) клещевой энцефалит +

21. Санатории по возможности строят в сосновых борах, которые имеют явное преимущество перед другими лесами:  
а) в них светлее и воздух лучше прогревается  
б) в них чище воздух, больше фитонцидов, меньше микробов +  
в) в них меньше ядовитых растений и грибов

22. Чтобы повысить выносливость организма, нужно:  
а) физически тренироваться и закаливаться, использовать лечебное воздействие гипоксии +  
б) употреблять больше витаминов и

соблюдать режим дня  
в) совершать невозможное

23. Человек относится к царству:  
а) растений  
б) вирусов  
в) животных +

24. Стратегическое предназначение экологии человека:  
а) обеспечить всеобщее экологическое образование и воспитание  
б) обеспечивать гармонизацию взаимодействия людей между собой и внешней средой, с целью достижения устойчивого развития +

## Примерные кричалки

Наезжать на нас не надо,  
Потому что мы торнадо!

За горами за лесами,  
Против неба на земле,  
В летнем лагере веселом  
Отдыхают все, все, все.

На зарядку выходи! И быстрее всех беги.  
Все ребята говорят: физзарядка — друг ребят!  
Чтобы день твой был в порядке,  
Начинай его с зарядки!

Максимум спорта, максимум смеха!  
Так мы быстрее добьёмся успеха.  
Если другой отряд впереди,  
Мы ему скажем: Ну, погоди!

Побеждать — наша судьба,  
Победим вас как всегда.

Несмотря на все проколы  
Наша жизнь полна приколов!

Мы стену толстую пробьём,  
И в миг к победе мы придём,  
С тобой шагаем мы вперёд,  
Удача каждого здесь ждёт.

Мы ребята золотые,  
Очень бодрый мы народ,

Озорные, заводные,  
Мы идём всегда вперёд.

Кто шагает дружно в ряд?  
Это первый наш отряд.  
Смелые, умелые, под солнцем загорелые.  
Мы шагаем дружно в ногу,  
Уступите нам дорогу!

Нас вперед зовут дороги  
Наш девиз «Всегда вперед».  
Наши лучшие предлоги:  
Через, сквозь и поперек.

Наш вожатый лучший самый!  
Он играет вместе с нами!  
Вместе с нами он поет!  
Позитив нам задает!

Тихо дождь стучит по лужам.  
Важен кто для нас и нужен?  
Это вожатый наш умный и смелый,  
С сильными мускулами и загорелый!  
Всем на него хотим быть похожи!  
И поведением и смуглою кожей!

Кто режим не даст нарушить,  
Кто уложит быстро спать,  
Кто себя заставит слушать,  
С кем примерным нужно стать?  
Очень к вам внимательны  
Наши добрые вожатые.

Куда идем, ребята?  
На стадион играть!  
А все команды в сборе иль надо посчитать?  
Собрались все давно уж, пора идти нам в путь!  
Тогда за мной, спортсмены, и мячик не забудь!

Нужен гол! Нужно два!  
Вы не на прогулке!  
Двигайте ножками!  
Шевелите ручками!

Наш соперник просто монстр  
Уважаем их не зря!  
Парни, бейте мяч потише  
Не убейте вратаря!

И футбол, и волейбол,  
И баскетбольный матч  
Нас стороной не обойдут:  
Приносим мы удачу!

# ЗАЧЁТНАЯ КНИЖКА

## УЧАСТИЕ В МЕРОПРИЯТИЯХ

№ п/п	Дата	Наименование мероприятия	Результат	Баллы	Итог	Подпись
1						
2						
3						
4						
5						

## **ИНСТРУКЦИЯ**

### **по охране труда и мерам безопасности воспитанников при занятиях спортивными играми в лагере дневного пребывания на базе МАУ ДО СШ № 2 ТМР**

#### **1. Общие требования безопасности.**

1.1. К занятиям спортивными играми допускаются лица от 7 лет, имеющие медицинский допуск (справку) и прошедшие инструктаж по охране труда.

1.2. Опасные факторы:

- травмы, при выполнении бросков мяча, прыжков без разминки;
- травмы, при выполнении технических действий защиты и нападения спортсменами разного возраста и физико-технической подготовки.

1.3. Спортзал должен быть обеспечен огнетушителем и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

#### **2. Требования безопасности перед началом занятий.**

2.1. Надеть спортивную форму. Запрещается играть с кольцами, браслетом на руках, серьгами и др. Ногти должны быть коротко подстрижены. Очки должны быть на резинке и иметь роговую оправу.

2.2. Войти в спортзал по разрешению тренера-преподавателя и только с тренером-преподавателем.

2.3. Проверить надежность установки, крепления и целостность оборудования (щитов, ворот, перекладин, стоек и др.).

2.4. Пол должен быть сухим и чистым. Запрещается натирать пол мастикой.

2.5. Все острые и выступающие предметы в зале должны быть закрыты матами или ограждены.

#### **3. Требования безопасности во время занятий.**

3.1. Строго соблюдать дисциплину.

3.2. Не выполнять упражнений без заданий тренера-преподавателя.

3.3. Во время занятия по свистку тренера-преподавателя все должны прекратить движение.

3.4. При выполнении упражнений потоком (один за другим) во время разминки и в другие моменты соблюдать достаточные интервалы, во избежание столкновений.

3.5. По окончании выполнения упражнений потоком вернуться на свое место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

3.6. Перемещаясь спиной, смотреть через плечо

**ИНСТРУКЦИЯ**  
**для воспитанников по охране труда и мерам безопасности**  
**при занятиях на открытых спортивных площадках в лагере дневного пребывания**  
**на базе МАУ ДО СШ № 2 ТМР**

**1. Общие требования безопасности**

Состояние спортивной площадки должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

Нестандартное оборудование должно быть надежно закреплено и находиться в исправном состоянии.

*К занятиям допускаются воспитанники:*

- прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к тренировочным занятиям;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.

**Воспитанник должен:**

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- быть внимательным при перемещениях по стадиону;
- знать и выполнять настоящую инструкцию;

За несоблюдение мер безопасности воспитанник может быть не допущен или отстранен от участия в тренировочном процессе.

**2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь; снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висюльки сережки и т. д.);

2.2. Убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;

2.3. Организованно выйти с тренером-преподавателем через центральный выход здания или запасный выход спортзала на место проведения занятий;

2.4. Под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

2.5. Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;

2.6. Под руководством тренера-преподавателя инвентарь, необходимый для проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях;

2.7. По распоряжению тренера-преподавателя убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т. д.;

2.8. По команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

**3. Требования безопасности во время проведения занятий**

3.1. Внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять;

3.2. Брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера-преподавателя;

3.3. Выполнять упражнения только на исправном оборудовании;

3.4. При выполнении упражнений потоком соблюдать необходимые интервал и дистанцию;

3.5. Быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке: не мешать

другим, не ставить подножек, избегать столкновений;

3.6. Не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

#### **4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

4.1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;

4.2. С помощью тренера-преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

4.3. При возникновении пожара немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия;

4.4. По распоряжению тренера-преподавателя поставить в известность администрацию центра и сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 01.

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1. Под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

5.2. Организованно покинуть место проведения занятия;

5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

5.4. Вымыть с мылом руки.

## **ИНСТРУКЦИЯ**

### **по мерам безопасности для воспитанников при занятиях в спортивном зале в лагере дневного пребывания на базе МАУ ДО СШ № 2 ТМР**

#### **1. Общие требования безопасности**

Занятия в спортзале проводятся только с исправным спортивным инвентарем и оборудованием.

Спортивный зал должен быть оборудован средствами пожаротушения (огнетушитель) и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом, для оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.

*К занятиям допускаются воспитанники:*

- прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к тренировочным занятиям;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

***Воспитанник должен:***

- иметь коротко стриженные ногти;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения инструктора - методиста;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности воспитанников может быть не допущен или отстранен от участия в тренировочном процессе.

#### **2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;

2.2. Снять с себя предметы, представляющие опасность для других воспитанников (часы, висячие сережки и т. д.).

2.3. Убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы.

2.4. Под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий.

2.5. Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии.

2.6. По команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

### **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Внимательно слушать объяснение упражнения и аккуратно выполнять задания.

3.2. Брать спортивный инвентарь с разрешения тренера-преподавателя и использовать оборудование по его назначению, не виснуть на баскетбольных фермах и кольцах.

3.3. Выполнять упражнения на исправных снарядах с разрешения тренера-преподавателя, а сложные технические элементы — со страховкой.

3.4. При выполнении упражнений потоком соблюдать достаточный интервал и дистанцию;

3.5. При перемещениях по залу избегать столкновений.

3.6. Не покидать место проведения занятия без разрешения тренера-преподавателя.

### **4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

4.1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя.

4.2. С помощью тренера-преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь».

4.3. При возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации.

4.4. По распоряжению тренера-преподавателя поставить в известность администрацию центра и сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 01.

### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1. Под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения.

5.2. Организованно покинуть место проведения занятия.

5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.4. Вымыть с мылом руки.

## **ИНСТРУКЦИЯ**

### **по охране труда при проведении спортивных мероприятий**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К спортивным мероприятиям допускаются участники, прошедшие инструктаж по охране труда.

1.2. Участники спортивных мероприятий обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. Спортивные мероприятия необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих сезону и погоде.

1.4. При проведении спортивных мероприятий должна быть медаптечка, укомплектованная необходимым медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.5. О каждом несчастном случае с участниками спортивных мероприятий, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования мероприятие прекратить и сообщить об этом администрации.

1.6. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкций по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности.

#### **2. Требования безопасности перед началом мероприятия.**

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде.

2.2. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.

2.3. Провести разминку.

### **3. Требования безопасности во время мероприятия.**

3.1. Начинать мероприятие и заканчивать их только по команде организатора спортивного мероприятия.

3.2. Не нарушать правила проведения мероприятия, строго выполнять все команды, подаваемые организатором.

3.3. Избегать столкновения с другими участниками мероприятия, не допускать толчков и ударов по рукам и ногам.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

4.1. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить мероприятие и сообщить об этом администрации. Спортивное мероприятие продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных мероприятиях и сообщить администрации.

4.3. При получении травмы участником мероприятия и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

### **5. Требования безопасности по окончании спортивного мероприятия.**

5.1. Проверить по списку наличие всех участников мероприятия.

5.2. Убрать в отведенное место инвентарь и оборудование.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь, тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

## **ИНСТРУКЦИЯ**

### **по охране труда при проведении массовых мероприятий**

#### **1. Общие требования безопасности.**

1.1. К проведению массовых мероприятий допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие инструктаж по охране труда и медицинский осмотр.

1.2. К участию в массовых мероприятиях допускаются дети, прошедшие инструктаж по охране труда.

1.3. Площадка, где проводятся массовые мероприятия, должна быть обеспечена медицинской аптечкой, для оказания первой помощи при травмах.

1.4. О каждом несчастном случае с участниками массового мероприятия немедленно сообщить руководителю мероприятия и администрации учреждения, принять меры по оказанию до врачебной помощи.

1.5. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка.

#### **2. Требования безопасности перед проведением массового мероприятия.**

2.1. Приказом директора назначить ответственных лиц за проведение массового мероприятия. Приказ довести до ответственных лиц под роспись.

2.2. Провести целевой инструктаж по охране труда назначенных ответственных лиц с записью в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.

2.3. Провести инструктаж по охране труда участников массового мероприятия с записью в журнале установленной формы.

2.4. Тщательно проверить используемый инвентарь и оборудование для проведения мероприятия.

### **3. Требования безопасности во время проведения массового мероприятия.**

3.1. На площадке, где проводится массовое мероприятие, должны неотлучно находиться назначенные ответственные лица.

3.2. Строго выполнять все указания руководителя при проведении массового мероприятия, самостоятельно не предпринимать никаких действий.

3.3. При проведении массового мероприятия запрещается применение открытого огня и других веществ, могущих вызвать загорание.

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

4.1. При получении участником массового мероприятия травмы оказать до врачебную помощь.

4.2. При возникновении неисправности инвентаря и оборудования прекратить мероприятие и сообщить об этом администрации. Массовое мероприятие продолжать только после устранения неисправности или замене инвентаря и оборудования.

### **5. Требования безопасности по окончании массового мероприятия.**

5.1. Убрать в отведенное место инвентарь и оборудование.

## **ПРАВИЛА**

### **техники безопасного поведения на экскурсиях**

#### ***На экскурсиях необходимо соблюдать следующие правила безопасности:***

1. соблюдать общепринятые правила поведения: вести себя спокойно, сдержанно, громко не разговаривать;

2. соблюдать дисциплину, четко выполнять все указания экскурсовода и руководителя группы;

3. без разрешения ничего не трогать;

4. соблюдать установленный и объявленный распорядок экскурсии, а также время, отпущенное для осмотра конкретного объекта посещения;

5. отлучаться от группы только с разрешения экскурсовода и руководителя группы;

6. приобретать и употреблять продукты питания только после согласования с руководителем группы;

7. внимательно слушать экскурсовода.

#### ***Во время автобусной экскурсии:***

1. посадка в автобус производится только по команде руководителя группы четко на указанные им места;

2. бережно обращаться с имеющимся оборудованием салона автобуса;

3. Ручная кладь должна быть расположена в специально отведенном месте (под сиденьем, на верхней полке и др.). Запрещается располагать сумки или иные вещи в проходах. В целях безопасности проход должен быть свободным.

4. перед началом движения автобуса каждый пассажир должен пристегнуться ремнями безопасности и не расстегивать их до полной остановки автобуса или разрешения сопровождающего лица (экскурсовода);

5. запрещается вставать со своих мест и ходить по салону во время его движения;

6. запрещается открывать окна без разрешения водителя;

7. запрещается отвлекать водителя во время движения. На все вопросы ответит экскурсовод или старший группы.

8. запрещается выставлять какие-либо части тела, а также выбрасывать мусор в открытые окна автобуса;

9. во время движения автобуса запрещается распивать любые напитки и принимать пищу;

10. В случае появления признаков укачивания или тошноты необходимо сразу сообщить сопровождающему лицу или экскурсоводу;

11. во время остановки автобуса не вставать с мест до полной остановки автобуса и особого распоряжения руководителя группы. Выходить из автобуса можно только после экскурсовода и руководителя группы.

12. покидая своё место во время стоянки, спинку кресла необходимо вернуть в первоначальное положение;

13. при выходе из автобуса не следует толпиться, выходить аккуратно по одному человеку;

14. выход из автобуса производится через переднюю дверь. После выхода из автобуса необходимо собраться в указанном месте и следовать указаниям экскурсовода (сопровождающего лица);

15. при возвращении в автобус необходимо занимать те места, на которых сидели до выхода из него;

16. в автобусе запрещается оставлять мусор, грызть семечки, оставлять пустые бутылки, фантики, очистки от фруктов;

17. во время экстренного торможения необходимо упереться ногами и руками во впереди стоящее кресло;

18. в случае аварии чётко выполнять инструкции водителя и руководителя группы.

#### ***Во время пешеходной экскурсии:***

1. во время движения по улице необходимо идти компактной группой, не мешая другим пешеходам;

2. проезжую часть улицы необходимо переходить только в установленных для этого местах с соблюдением дорожного движения и по команде руководителя группы или экскурсовода.

#### ***Техника безопасности на экскурсионных объектах:***

1. при посещении смотровых площадок не выходить за установленные ограждения;

2. при посещении производственных помещений держаться группой. Не подходить к движущимся и вращающимся механизмам. Беречь глаза от пыли. С территории предприятий ничего не выносить;

3. быть осторожным, беречь глаза от мелкой каменной крошки и пальцы рук;

4. не разрешается отходить от маршрута (тропы, дорожки), подходить к электропроводам, неогороженным краям оврагов, обрывов и т.д.

#### ***Общие меры предосторожности:***

1. не оставляйте вещи без присмотра во время посещения экскурсионных объектов;

2. для защиты от солнца используйте головные уборы и солнцезащитные очки;

3. если Вы почувствовали себя плохо, необходимо немедленно сообщить об этом руководителю группы или экскурсоводу;

4. обращайтесь внимание на состояние здоровья и поведение участников экскурсии, немедленно сообщайте руководителю группы или экскурсоводу о первых признаках нездоровья или отсутствия участника экскурсии;

5. если Вы отстали от группы, немедленно свяжитесь с руководителем группы или другим участником мероприятия. Если не удастся связаться, обратитесь в государственное учреждение: музей, полицию, ближайшее образовательное учреждение.

## **ИНСТРУКЦИЯ**

### **по технике безопасности для воспитанников на учебно-тренировочных занятиях по гиревому спорту МАУ ДО СШ №2 ТМР**

## **1. Общие требования**

1.1 К занятиям гиревого спорта допускаются воспитанники, прошедшие инструктаж по технике безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по виду спорта "Гиревой спорт", медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2 При проведении занятий по гиревому спорту воспитанники обязаны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3 Опасность возникновения травм:

- прямая угроза травмы - гиря может выскользнуть из слабых не натренированных пальцев и ударить в какую-либо часть тела, даже 8 или 16 кг веса при падении с высоты поднятой руки представляют серьезную опасность для тела человека;

- при занятиях с гирей, как и при любых других занятиях можно получить травму сердца – т.е. попросту загнать себя;

- занятия с гирей, как и с другими силовыми тренажерами, таят в себе опасность травм, полученных от несоблюдения правильности выполнения упражнений и общих правил обращения со спортивным снаряжением, т. е. избыточных напряжений в коленных суставах и поясничном отделе позвоночника.

1.4 В процессе занятий воспитанники обязаны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий, правильность выполнения упражнений и правила личной гигиены.

1.5 При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

1.6 При получении травмы обучающийся обязан немедленно поставить об этом в известность тренера-преподавателя, который сообщает об этом администрации.

1.7 У преподавателя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.8 Воспитанники должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре.

1.9 Воспитанники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности при проведении занятий по гиревому спорту, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1 Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2 Проходить инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по гиревому спорту.

## **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1 Приступать к основной нагрузке только после разминки.

3.2 Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера-преподавателя.

3.3 Запрещаться заниматься с гирями в отсутствие тренера-преподавателя.

3.4 Протирать дугу гири сухой тряпкой.

3.5 Выполнять упражнения с гирями только на специальном помосте.

3.6 Запрещаются громкие крики, возгласы, чтобы не отвлекать занимающегося от выполнения упражнения с гирями, не раздражать криком занимающихся.

3.7 Соблюдать дистанцию при выполнении упражнений, чтобы сорванная гиря не

травмировала окружающих.

3.8 Не выполнять упражнения с гирями влажными ладонями, при наличии мозолей на них.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1 При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.2 При получении воспитанником травмы немедленно оказать ему первую помощь, сообщить о случившемся администрации и родителям; при необходимости доставить пострадавшего в ближайшую больницу.

4.3 При поломке или порче спортивного оборудования немедленно прекратить выполнение упражнения и сообщить об этом преподавателю

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1 Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.

5.2 Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3 Тщательно вымыть лицо и руки мылом.

### **ИНСТРУКЦИЯ**

#### **по технике безопасности для воспитанников на учебно-тренировочных занятиях по греко-римской борьбе МАУ ДО СШ №2 ТМР**

##### **1. Общие требования**

1.1 К занятиям допускаются спортсмены, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда и технике безопасности, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2 Занимающиеся должны бережно относиться к спортивному инвентарю, оборудованию залов и других помещений, поддерживать чистоту и порядок в раздевалках и подсобных помещениях.

1.3 Занимающиеся должны уважительно относиться ко всем членам группы, тренерам, работающим в зале.

1.4 В спортивном зале должны быть огнетушители.

##### **2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1 Входить в зал только с разрешения тренера-преподавателя.

2.2 Приходить на занятия за 10–15 минут до начала, чтобы успеть переодеться.

2.3 Перед началом занятий надеть спортивную форму и настроиться на занятие.

2.4 Руки (запястья, предплечья) и ноги (стопы, голени) перед занятием обязательно надо вымыть с мылом и вытереть насухо.

2.5 Раны, царапины необходимо тщательно обработать и обязательно наложить повязку (бинт, лейкопластырь и т. п.).

2.6 Длинные волосы должны быть убраны и завязаны любыми мягкими лентами, использование заколок запрещено.

2.7 Провести разминку.

##### **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1 Необходимо настроиться на занятие, сосредоточиться.

3.2 Занимающиеся должны выполнять движения, заранее обусловленные тренером-преподавателем.

3.3 Во избежание столкновений с другими занимающимися необходимо соблюдать безопасное расстояние между парами.

3.4 Не разрешается выставлять руки для упора о ковёр при падении.

3.5 Не допускается применение запрещённых приёмов.

3.6 Нельзя допускать излишней сгонки веса, это может нанести ущерб здоровью.

3.7 Нельзя тренироваться с партнёром, разнящимся в весе более чем на одну весовую категорию.

3.8 Занятия осуществляются только под руководством тренера-преподавателя.

3.9 Споры, силовое противостояние, а также самостоятельный инструктаж начинающих недопустимы.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1 При появлении во время занятий боли в суставах рук, ног, боли в спине, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.2 При возникновении пожара в спортивном зале не впадать в панику, следовать инструкциям тренера-преподавателя, который немедленно приступит к эвакуации всех занимающихся из зала.

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1 Организованно покинуть место проведения занятия.

5.2 Переодеться, снять спортивную форму.

5.3 После каждого тренировочного занятия необходимо принять горячий душ.

## **ИНСТРУКЦИЯ**

### **по технике безопасности для воспитанников на учебно-тренировочных занятиях по волейболу МАУ ДО СШ №2 ТМР**

#### **1. Общие требования**

1.1 К занятиям допускаются спортсмены, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда и технике безопасности, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2 Занимающиеся должны бережно относиться к спортивному инвентарю, оборудованию залов и других помещений, поддерживать чистоту и порядок в раздевалках и подсобных помещениях.

1.3 Занимающиеся должны уважительно относиться ко всем членам группы, тренерам, работающим в зале.

1.4 В спортивном зале должны быть огнетушители.

#### **2. Перед началом занятий**

2.1 Переодеться в спортивную форму и удобную обувь с нескользящей подошвой.

2.2 Снять с себя все украшения (часы, кольца, серьги и т. д.), ногти на руках должны быть острижены.

2.3 Убрать из карманов спортивной формы посторонние предметы.

2.4 Брать спортивный инвентарь только с разрешения тренера-преподавателя.

2.5 Не использовать спортивный инвентарь и оборудование не по назначению.

#### **3. Во время занятий**

3.1 При выполнении беговых упражнений исключать резкое изменение движения и резкую остановку.

3.2 Соблюдать дистанцию и интервал, быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений.

3.3 По окончании выполнения упражнений вернуться друг за другом на свои места для повторного или следующего задания с правой или левой стороны.

- 3.4 Во время передачи мяча после подбрасывания мяча над собой отбивать его кончиками пальцев.
- 3.5 При приёме следить за полётом мяча, принимать его над головой встречным движением рук на кончики пальцев, а сильно летящий мяч — двумя руками снизу на предплечья.
- 3.6 Во время передачи через сетку не трогать её руками и не заступать за линию.
- 3.7 Во время подачи перед тем, как подать мяч, нужно убедиться, что партнёр готов к приёму мяча.
- 3.8 Выполнять и прекращать игровые действия по свистку учителя.
- 3.9 Передавать мяч другой команде только через сетку.

#### **4. В аварийных ситуациях**

- 4.1 При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и оповестить об этом тренера-преподавателя.
- 4.2 С помощью тренера-преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости вызвать «скорую помощь».
- 4.3 Поставить в известность администрацию МАУ ДО СШ №2 ТМР.

#### **5. По окончании занятий**

- 5.1 Под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь.
- 5.2 Организованно покинуть место проведения занятия.
- 5.3 Переодеться в раздевалке, вымыть руки с мылом.
- 5.4 О всех недостатках, отмеченных во время занятия-игры, сообщить тренеру-преподавателю.

### **ИНСТРУКЦИЯ**

#### **по технике безопасности для воспитанников на учебно-тренировочных занятиях по футболу МАУ ДО СШ №2 ТМР**

#### **1. Общие требования безопасности**

- 1.1 К занятиям по футболу допускаются воспитанники, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
- 1.2 Опасность возникновения травм:
  - при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
  - при нахождении в зоне удара;
  - при наличии посторонних предметов на поле;
  - при слабо укрепленных воротах;
  - при игре без надлежащей формы (щитки, бутсы и т.д.)
- 1.3 У тренера-преподавателя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
- 1.4 Воспитанники должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.

#### **2. Требования безопасности перед началом занятий**

- 2.1 Надеть спортивную футбольную форму и специальную обувь.
- 2.2 Тщательно проверить отсутствие на поле посторонних предметов.
- 2.3 Провести физическую разминку.
- 2.4 Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в футбол.

#### **3. Требования безопасности во время занятий**

- 3.1 Во время занятий на поле не должно быть посторонних лиц.
- 3.2 При выполнении прыжков, столкновениях и падениях футболист должен уметь применять приёмы само страховки.
- 3.3 Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы.
- 3.4 Знать правила игры.

#### **4. Требования безопасности по окончании занятий**

- 4.1 Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
- 4.2 Снять спортивную форму и спортивную обувь.
- 4.3 Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
- 4.4 О всех недостатках, отмеченных во время занятия-игры, сообщить тренеру-преподавателю.

#### **5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

- 5.1 При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об это тренеру-преподавателю.
- 5.2 При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру-преподавателю.
- 5.3 Все воспитанники должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

### **ИНСТРУКЦИЯ**

#### **по технике безопасности для воспитанников на учебно-тренировочных занятиях по хоккею МАУ ДО СШ №2 ТМР**

##### **1. Общие требования безопасности**

- 1.1 К учебно-тренировочным занятиям по хоккею с шайбой допускаются спортсмены, прошедшие настоящий инструктаж по безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2 Во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене на спортсменов возможно действие следующих опасных факторов: травмы при применении силовых приемов, переохлаждение, потертости от коньков, травмы при падении на льду, травмы при выполнении упражнений без разминки, травмы при попадании шайбы, ударе клюшкой, коньками в незащищенные места.
- 1.3 Во время тренировки на ледовой арене необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебно-тренировочных занятий, установленные режимы спортивных нагрузок и отдыха, правила личной гигиены.
- 1.4 Спортсмены, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности, со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж.

##### **2. Требования безопасности перед началом занятия**

- 2.1 Спортсменам запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи, после больших физических нагрузок, при незаживших травмах и общем недомогании.
- 2.2 Перед занятием надеть экипировку (шлем, маску, наплечники, налокотники, щитки, раковину, трусы хоккейные, краги, коньки) до начала тренировки.

- 2.3 Использовать средства индивидуальной защиты по хоккею.
- 2.4 Проверять исправность коньков, закрепленность ботинок на ногах (шнурки должны быть туго затянуты) чтобы избежать травм.
- 2.5 При неисправности инвентаря сообщить об этом тренеру-преподавателю.
- 2.6 Спортсменам запрещается:
- приносить в школу колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы, алкогольные и энергетические напитки;
  - выходить на ледовую арену и прилегающие к ней тренировочные зоны без тренера-преподавателя;
  - выходить на лед во время работы заливочной машины;
  - бегать без разрешения тренера-преподавателя, толкать друг друга; кидать друг в друга различные предметы;
  - трогать без разрешения тренера-преподавателя спортивное снаряжение, оборудование;
  - использовать коньки, клюшки, средства индивидуальной защиты вне ледовой арены.

### **3. Требования безопасности во время занятий**

- 3.1 Начинать движение строго по команде тренера-преподавателя.
- 3.2 Соблюдать интервал при движении на коньках.
- 3.3 Во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене не разговаривать и не отвлекаться, соблюдать дисциплину.
- 3.4 При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
- 3.5 Во время занятия запрещается жевать и употреблять пищу.
- 3.6 Соблюдать правила игры при проведении силовых приемов.
- 3.7 Не отлучаться с ледовой арены без уважительной причины, не поставив в известность тренера-преподавателя.
- 3.8 Следить друг за другом во время учебно-тренировочных занятий и сообщать тренеру-преподавателю об увиденном (ухудшение состояния, травма катающегося рядом, неисправности средств индивидуальной защиты, оборудования, инвентаря, ограждения и.т.п.)
- 3.9 Отдыхать во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене только около борта или за ним, не мешая занятиям других спортсменов.

### **4. Требования безопасности по окончании занятий**

- 4.1 По окончании учебно-тренировочного занятия покинуть ледовую арену, не задерживая подготовку льда для занятий следующей группы.
- 4.2 При выходе со льда надевать чехлы на коньки.
- 4.3 Убрать в отведенное для хранения место весь инвентарь, проверив его исправность.
- 4.4 Тщательно вымыть руки с мылом.

### **5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

- 5.1 При поломке коньков или средств индивидуальной защиты срочно прекратить учебно-тренировочное занятие и сообщить тренеру-преподавателю.
- 5.2 При плохом самочувствии сообщить об этом тренеру-преподавателю.
- 5.3 При получении травмы немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, который должен оказать первую доврачебную помощь.
- 5.4 При пожаре выполнять распоряжения тренера-преподавателя, выйти из здания.

### Проектная деятельность «Звезда Героя»

Название проекта	«Звезда Героя»
<b>Цель</b>	Создание условий для формирования у молодого поколения России гражданско-патриотических ценностей посредством вовлечения участников проекта в процесс активного сохранения и расширения пространства исторической памяти о Великой Отечественной войне и участниках специальной военной операции
<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Содействие популяризации гражданско-патриотических ценностей среди детей и подростков;</li> <li>- Приумножить знания о событиях, технике и именах участников Великой Отечественной войны и специальной военной операции посредством процесса игровых и инновационных технологий;</li> <li>- Содействие правильному восприятию исторических событий прошлого и создание реальной картинки военных действий за счет игры и общения с участниками;</li> <li>- Популяризация гражданственности, патриотизма, моральных ценностей</li> </ul>
<b>Время реализации проекта</b>	Июнь, август
<b>Место реализации</b>	р.п. Богандинский, ул. Ломоносова, 2Б; с.Червишево, ул. Юбилейный квартал, 2
<b>Участники проекта</b>	129 человек - помощники вожатых, несовершеннолетние, посещающие лагерь с дневным пребыванием детей «В ритме спорта» 1 и 3 смены.
<b>Руководитель проекта</b>	Специалист по инструкторской и методической работе, инструктор-методист
<b>Этапы реализации</b>	Подготовительный (постановка целей и задачи, сбор материала, распределение обязанностей, составление плана работы, диагностика); - основной (проведение мероприятий проекта); -заключительный (оформление результатов проекта, анализ и самоанализ, презентация)
<b>Форма проведения</b>	Беседа, экскурсия, викторины, оформление стенда
<b>Методы</b>	Информационный, групповой, практический, игровой, вопросно-ответный метод, объяснительно-иллюстративный.
<b>Ресурсы</b>	Технические, информационные, трудовые
<b>Краткое описание</b>	Основная идея проекта заключается в реализации мероприятий по формированию и развитию у детей гражданско-патриотических

	<p>ценностей через включение в процесс активного сохранения и расширения пространства исторической памяти о Великой Отечественной войне и специальной военной операции посредством использования современных игровых, образовательных и других технологий.</p> <p>В результате дети и подростки узнают много нового о событиях, людях и технике Великой Отечественной войны и специальной военной операции; приобретут разведывательные навыки. По итогам участники проекта, увековечат память своих близких, сделают свою звезду (из бумаги), в которой будут обозначены – Фамилия, Имя родственника или близкого солдата, годы жизни, информацию о подвигах и на каком фронте вели боевые действия.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оформление «Звезды Героя» на стенде.</li> <li>- Защита проекта «Звезда Героя»</li> <li>- Общее фото.</li> </ul>
<p><b>Критерии проекта</b></p>	<p>3 балла – Оформление «Звезды Героя» с фотографией на стенде, доступное и полное изложение материала, качество доклада, объём и глубина знаний по теме, ответы на вопросы;</p> <p>2 балла – Оформление «Звезды Героя» на стенде без фотографии, неполное изложение материала;</p> <p>1 балл - не соответствует содержанию материала, недостаточно собранной информации.</p> <p>За каждый дополнительный материал («Звезду Героя») присуждается дополнительный 1 балл.</p>
<p><b>Предполагаемые результаты</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Расширение знаний о истории Великой Отечественной войны и специальной военной операции.</li> <li>2. Воспитание чувства гражданственности и патриотизма.</li> <li>3. Способность к саморазвитию.</li> </ol>

**Анкета (входная диагностика)  
ДОРОГОЙ ДРУГ!**

Мы рады приветствовать тебя в летнем лагере с дневным пребыванием «В ритме спорта». Для тебя эта смена станет великолепной возможностью попробовать себя в роли военного и старшего товарища, пообщаться со сверстниками, найти новых друзей, самому приобрести новые полезные знания и умения, что-то осмыслить и изменить в себе, стать уверенней, общительней, активней, гуманней.

Мы искренне желаем, чтобы все ожидания оправдались, и ты использовал время, проведенное в лагере, с максимальной пользой.

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Дата рождения: \_\_\_\_\_

В какой класс перешёл \_\_\_\_\_

Моё самое любимое занятие \_\_\_\_\_

Мои первые впечатления о лагере \_\_\_\_\_

Был ли ты в лагере раньше? (каком) \_\_\_\_\_

Как ты относишься к спорту? \_\_\_\_\_

Каким видом спорта ты занимаешься? \_\_\_\_\_

Охарактеризуй себя тремя прилагательными \_\_\_\_\_

***Мы предлагаем тебе ответить на вопросы анкеты.***

**2. Чего ты ждешь от пребывания в лагере?** (выбери 3 ответа)

- \* найти друзей
- \* приобрести новые знания и умения
- \* научиться влиять на людей, самостоятельно организовывать различные дела
- \* укрепить свое здоровье, улучшить физическую подготовку
- \* выявить свои возможности, лучше узнать и понять себя
- \* просто отдохнуть и весело провести время

**2. Что из перечисленного удастся тебе без особых затруднений** (можно выбрать несколько ответов)

- \* познакомиться с новыми людьми, вступить с ними в разговор
- \* найти интересное для себя занятие без помощи других
- \* организовать других ребят для выполнения какого-либо дела
- \* справиться с возникающими сложностями
- \* довести задуманное до конца
- \* прийти на помощь нуждающимся
- \* отказаться от удовольствия, если это приносит вред моему здоровью
- \* выступить с каким-либо предложением
- \* самостоятельно решать вопрос, актуальный для большинства

В своих сверстниках я ценю больше всего (отметь наиболее 3 важных для тебя):

- а) честность                      е) общительность                      й) достоинство      б) взаимоуважение**  
**ё) интеллект                      к) благородство поступков      в) решительность      ж) внешние данные**  
**л) инициативность      г) взаимопомощь      з) сильный характер      м) целеустремлённость**

д) чувство юмора и) аккуратность

н) ответственность

### Анкета «Как мы жили?» (итоговая)

Дорогой друг! Прошла лагерная смена. Чем она запомнилась тебе, как ты чувствовал себя в нашем лагере, что волновало тебя? Это те вопросы, ответив на которые, ты сможешь помочь нам проанализировать нашу работу. А мы постараемся сделать так, чтобы прийти в следующий раз, ты чувствовал себя более комфортно.

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_ лет

Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

1. Понравилось ли тебе отдыхать в нашем лагере? \_\_\_\_\_
2. Кем ты чаще всего был в течение смены (выбери одну позицию)?
  - а) организатором; б) генератором идей (предлагал (а) новые идеи)
  - в) активным участником г) наблюдателем (на всё смотрел со стороны);
3. В чём из предложенного в смене ты смог себя проявить (отметь галочкой)?
  - а) в оформлении отрядного уголка
  - б) в организации и проведении дел в отряде
  - в) в активном участии в общелагерных мероприятиях
  - г) в спорте
  - д) в прикладном творчестве (кружках)
  - е) в сценическом творчестве (выступления на сцене)
  - ё) свой вариант \_\_\_\_\_
4. Какие отрядные, общелагерные мероприятия тебе запомнились (понравились) больше всего (перечисли) \_\_\_\_\_
5. Самым трудным для тебя в лагере было \_\_\_\_\_
6. За время, проведённое в лагере, я стал (научился, изменился) \_\_\_\_\_
7. Больше всего за смену мне понравилось (запомнилось) \_\_\_\_\_
8. Уходя из лагеря, я хотел (а) бы сказать (своими словами) \_\_\_\_\_

### Диагностика «Я в круге» (в течение смены и на выходе).

Дорогой друг! Перед собой ты видишь разноуровневый круг. Это твой отряд, твоя команда. Подумай и поставь точку внутри круга там, где ты себя ощущаешь в своей команде.

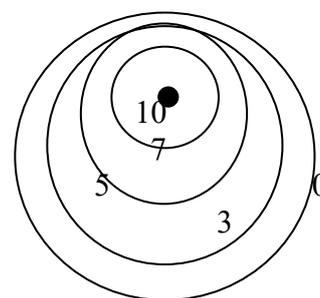
10 – высокий уровень, максимум комфортности.

7 – легкий дискомфорт

5 – 50/50 весьма ощутимый дискомфорт

3 – низкий уровень

0 – максимум дискомфорта.



### Лист отрядного настроения «Экран настроения»

Лист самоконтроля предполагает использование методики исследования настроений, ситуативной и личностной тревожности и эмоциональной отзывчивости на переживания других.

Цель исследования: диагностика настроения как эмоционального состояния ребенка.

Материал и оборудование: «Экран настроения», разработанная на основе цветописи А.Н. Лутошкина, в которую входят: красный, желтый, зеленый, фиолетовый, черный цвета; фломастеры (карандаши или краски), соответствующие цветам в таблице.

Фамилия Имя дата	Моё настроение								

	▪ желтый - очень хорошо
	▪ красный - радостно
	▪ оранжевый - спокойно, хорошо.
	▪ зеленый - тепло
	▪ синий - нормально
	▪ фиолетовый - скверно, скучно
	▪ черный - плохо

Дети получают инструкцию о том, что означает каждый цвет. Их задача – напротив свое фамилии ежедневно отмечать цвет настроения, которое преобладало целый день.

Данная методика наиболее эффективна, если ребенок параллельно с обозначением цвета, проговаривает причины того или иного настроения.

Ежедневный анализ данных таблицы соотносится с реальными жизненными событиями ребенка. Такой анализ помогает водителю разобраться в причинах переживания ребенка и по возможности помочь ему, а также является хорошим средством эмоционального самоконтроля ребенка. При этом важно установить степень адекватности эмоционального реагирования ребенка в зависимости от событий прожитого дня.

**Опросник М. И. Рожкова на выявление уровня социальной активности, социальной адаптированности, социальной автономности и нравственной воспитанности.**

Каждое суждение оценивается ребёнком в баллах по следующей шкале:

- 4 – всегда;
- 3 – часто;
- 2 – иногда;
- 1 – редко;
- 0 – никогда.

Текст опросника.

1. Стараюсь слушаться во всем своих вожатых.
2. Считаю, что всегда надо отличаться чем-то от других.
3. За что бы я ни взялся – всегда добиваюсь успеха.
4. Умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать добро – главное в жизни.
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. В споре с друзьями я до конца отстаиваю своё мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
12. Мне нравится помогать другим.
13. Я хочу, чтобы со мной все дружили.
14. Если мне не нравятся люди, я с ними не общаюсь.
15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать.
16. Переживаю неприятности других, как свои.
17. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
18. Всегда доказываю свою правоту, даже если никто не согласен с моим мнением.
19. Всегда довожу дело до конца.
20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.
21. В лагере я прислушивался к мнению окружающих.
22. В период пребывания в лагере мои взгляды изменились.
23. В лагере я стал активнее.
24. Обо мне мои товарищи в лагере могли сказать, что я добрый и справедливый.
25. Мне хотелось уехать из лагеря.
26. Мне хотелось, чтобы смена была более долгой.
27. О вожатых я могу сказать: «Они мои друзья».

1	5	9	13	17	21	25
2	6	10	14	18	22	26
3	7	11	15	19	23	27
4	8	12	16	20	24	

При анализе данные изменения по основным показателям сравниваются с ответами на вопросы 21 (адаптивность), 22 (автономность), 23 (активность), 24 (нравственность), 24-й и 25-й вопросы отражают субъективное самочувствие ребёнка в лагере, 27-й – отношение к педагогам.

Среднюю оценку получаем:

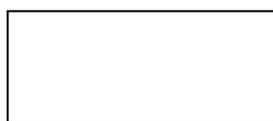
- Адаптированности – сложив оценки первой строчки, разделив их на пять.
- Автономности – сложив оценки второй строчки, разделив их на пять.
- Социальной активности – сложив оценки третьей строчки, разделив их на пять.
- Уровень воспитанности – сложив оценки четвертой строчки, разделив их на пять.  
4 – высокий уровень; 3 – норма; меньше 3 – низкий.

### Психогеометрический тест С. Деллингера

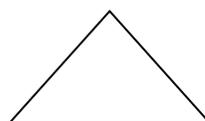
Выбери, пожалуйста, фигуру, которая больше всего соответствует твоему внутреннему состоянию:



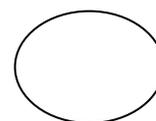
квадрат



прямоугольник



треугольник



круг



зигзаг

Психогеометрический тест относится к числу графических, в результате выбора геометрической формы можно получить представление об основных поведенческих формах, присущих ребёнку. Полученные результаты можно обсуждать и индивидуально с ребёнком, с вожатым, а также проводить групповые разборы характеристик различных типов, особенностей их проявлений, взаимодействия с представителями других форм. Методика в целом легка в использовании, «безопасна» и даёт представление о личностных особенностях ребёнка, его поведении в ситуации общения, что особенно важно в оргпериоде.

#### **Квадрат**

Если вашей фигурой оказался квадрат, то вы – неутомимый труженик. Трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения работы.

#### **Треугольник**

Эта форма символизирует лидерство. Они – энергичные, сильные личности.

#### **Прямоугольник**

Эта фигура символизирует состояние перехода и изменения. Это люди, не удовлетворенные тем образом жизни, который они ведут сейчас, поэтому занятые поисками лучшего положения.

#### **Круг**

Это символ гармонии. Тот, кто уверенно выбирает его, искренне заинтересован в хороших межличностных отношениях. Они обладают высокой чувствительностью, способны сопереживать.

#### **Зигзаг**

Эта фигура символизирует креативность, творчество. Кто выбрал эту фигуру, то это истинный «правополушарный» мыслитель.

**Анкета на входе для родителей**

2. Укажите фамилию, имя, возраст Вашего ребёнка \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. Был ли раньше Ваш ребёнок в лагерях? \_\_\_\_\_
4. Что для Вас наиболее значимо в организации работы на смене?  
\_\_\_\_\_
5. Чем бы Вы хотели, чтобы занимался ваш ребенок в течение смены? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
6. Чтобы Вы хотели сообщить о Вашем ребёнке (на что обратить внимание организаторам смены)? \_\_\_\_\_

**Анкета на выходе для родителей**

1. Понравилось ли вашему ребёнку на смене в лагере? \_\_\_\_\_
2. Удовлетворены ли вы отдыхом Вашего ребенка в лагере? (оздоровление; питание; мероприятия; отношение к Вашему ребенку, режим дня и т.д.)  
\_\_\_\_\_
3. Что Вам больше всего понравилось? \_\_\_\_\_
4. Что не понравилось? \_\_\_\_\_
5. Хотели бы, чтобы Ваш ребенок отдохнул в нашем лагере в следующем году?  
\_\_\_\_\_
6. Ваши пожелания, предложения организаторам смены  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_