



## СОДЕРЖАНИЕ

1. Информационная карта программы .....	4
2. Пояснительная записка .....	5
3. Актуальность программы .....	6
4. Новизна программы .....	7
5. Цель и задачи .....	7
6. Нормативное обоснование программы .....	8
7. Принципы реализации программы.....	9
8. Этапы реализации.....	9
9. Условия реализации .....	11
10. Содержание программы.....	15
11. Ожидаемые результаты .....	16
12. Особенности работы ДСОЛ .....	18
13. Психолого-педагогическое сопровождение.....	19
Список литературы.....	21
Приложения № 1 Распорядок дня лагеря .....	22
Приложения № 2 Гимн лагеря «Смена».....	23
Приложения № 3 План культурно-массовых мероприятий .....	24

## 1. Информационная карта программы

<b>Номинация</b>	<b>Программа, реализуемая на базе стационарных учреждений отдыха и оздоровления с круглосуточным пребыванием детей и подростков</b>
<b>Название программы</b>	Программа детского спортивно - оздоровительного лагеря «Смена» «Двадцать один день, как двадцать один год»
<b>Наименование организации</b>	МАУ ДО СШОР «Вымпел» г. Калуги ДСОЛ «Смена»
<b>Авторы программы</b>	Марусин С.Ю., старший воспитатель, Виноградов К.А., методист.
<b>Цель</b>	Формирование здоровой разносторонне развитой личности через спортивно-тренировочную, игровую и познавательную деятельности, основываясь на семейных ценностях нашей страны.
<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-обеспечить дальнейшее развития основных физических качеств, определяющих высокие спортивные результаты;</li> <li>-создать условия для подготовки юных спортсменов и улучшение их спортивной, технической и тактической подготовки;</li> <li>-способствовать формированию основных семейных ценностей (любовь, ответственность, общение, забота и поддержка, уважение, умение прощать, честность, доверие, традиции);</li> <li>-создать комфортную среду для творческого самовыражения участников смены, проявления их активности для самореализации, как воспитанников, так и взрослых (тренеров, вожатых);</li> <li>-поддержать спортивно - одаренных воспитанников для реализации их интересов и потребностей саморазвития в выбранном виде спорта;</li> <li>- использовать природную среду для восстановления, сохранения и компенсации здоровья воспитанников, привлечение их к осознанному выбору здорового образа жизни;</li> <li>- привлечь социальных партнеров к организации отдыха и содержательного досуга.</li> </ul>
<b>Сроки реализации</b>	Программа по своей направленности является комплексной, по продолжительности является краткосрочной, т.е. реализуется в течение 21 дня. Программа рассчитана на отдых, занятость и оздоровление детей во время каникулярного периода с 30 мая по 04 августа 2025 года (3 смены); профильная смена с 06 по 19 августа.
<b>Количество участников</b>	200 человек (1 смена)
<b>Возраст участников</b>	7-17 лет
<b>Ожидаемые результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья;</li> <li>- эффективное усвоение позитивных норм и ценностей;</li> <li>- повышение гражданской активности детей;</li> <li>- создание устойчивой ориентации на занятия спортом;</li> <li>- расширение кругозора детей, повышение общей культуры;</li> <li>-создание условий для профилактики асоциального поведения детей и подростков и молодежи;</li> <li>- формирование представления о системе комплекса ГТО;</li> <li>-воспитание культуры спортивного соперничества.</li> </ul>
<b>Методы отслеживания результативности</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-медицинские показатели;</li> <li>-диагностические исследования;</li> <li>-наблюдение;</li> <li>-сбор информации (отзывы) и её сравнительный анализ.</li> </ul>

«Дети охотно всегда чем-нибудь занимаются...

Это весьма полезно, а потому не только не следует этому мешать,  
но нужно принимать меры к тому,  
чтобы всегда у них было что делать»

Я. А. Коменский

## 2. Пояснительная записка

Детский спортивно-оздоровительный лагерь «Смена» в 2025 году отмечает свое 21-летие. Лагерь существует как структурное подразделение муниципального автономного учреждения дополнительного образования спортивной школы олимпийского резерва «Вымпел» г. Калуги.

Лагерь располагается в Перемышльском районе Калужской области в 20 км от города Калуги. Лагерь сезонный, работает в период летних каникул по сменам, продолжительностью 21 день каждая, профильная смена -14 дней.

Летняя занятость на сегодняшний день – это не только социальная защита, это еще и пространство для творческого, физического развития, обогащения духовного мира и интеллекта ребенка, что создает условия для социализации детей с учетом реалий современной жизни.

Сегодня спорт занял в жизни общества место, которому нет аналогий в истории, одно из ведущих мест в деле воспитания молодежи, в деле формирования нравственных ценностей у подрастающего поколения. Физическая культура – это единство как минимум трех граней личности человека:

- правильная ценностная ориентация в образе жизни;
- наличие определенного уровня физической подготовленности и образованности (т.е. обладание в этой области человеческой культуры конкретными знаниями и навыками);
- потребность в повседневных занятиях физическими упражнениями с целью активного самосовершенствования.

Данная программа по своей направленности является комплексной, т.е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяя различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, главным акцентом которой является создание условий для оздоровления и укрепления физической формы воспитанников, через спортивно-массовую работу и тренировочный процесс.

На современном этапе лагерь не утратил своих основных функций, а с учетом изменений в социально-экономической жизни общества расширил их. Процесс организации воспитательной работы в лагере направлен на вовлечение воспитанников в общественную жизнь с учетом их индивидуальных способностей, выработку ценностного отношения к здоровому образу жизни и формирование на этой основе нравственного, эстетического, гражданско-патриотического и

экологического сознания.

С этой целью в лагере выстроена система воспитательно-оздоровительной работы, включающая в себя мероприятия, направленные не только на пропаганду здорового образа жизни, творческих способностей воспитанников, но и естественное оздоровление ребенка через активный отдых, живое общение с природой.

Воспитание у детей осознанной потребности в здоровье и здоровом образе жизни является одной из главных задач данной программы.

Реализация программы осуществляется через организацию различных видов деятельности: проведение спортивных соревнований, подвижных игр, конкурсов, концертно-игровых программ, организация встреч с интересными людьми – призваны способствовать укреплению здоровья, воспитанию нравственных и волевых качеств личности.

Данная программа также способствует формированию самостоятельности воспитанников в организации совместной деятельности, через включение их в управление делами на уровне отрядов и предусматривает развитие личностного роста, воспитание лидерских качеств.

Спортивно-оздоровительный лагерь «Смена» - своеобразная творческая площадка, где общими усилиями взрослых и воспитанников создается особая атмосфера, при которой для каждого ребенка открывается широкая возможность познания и понимания себя как личности, своих интересов. Создаются реальные условия для самореализации, спортивного и творческого роста, приобретения дополнительных знаний и умений, а также навыков общения с окружающим миром.

### **3. Актуальность программы**

Актуальность данной программы состоит в том, что ее содержание включает направления деятельности, отвечающие современным требованиям и условиям образования и отдыха, это:

-приобретение разносторонней физической подготовленности на основе комплексного применения упражнений из различных видов спорта, подвижных и спортивных игр;

-воспитание чувства ответственности за свою семью, чувства любви и уважения к близким людям;

-формирование социокультурных семейных ценностей и их основных компонентов;

-овладение основами техники и тактики в спорте;

-воспитание черт спортивного характера;

-формирование должных норм общественного и спортивного поведения;

-приобретение навыков в организации и проведении соревнований по видам спорта;

-реализация потребностей семьи и государства иметь здоровое, творческое и целеустремленное подрастающее поколение;

- воспитание чувства патриотизма, национального самосознания, уважения и почтения к

истории Отечества и своей «малой» родине;

- апробация новых и в т.ч. авторских форм и методик организации досуга.

Программа предусматривает грамотное сочетание тренировочных занятий под руководством тренеров и различных развлекательно-познавательных программ, в содержание которых включается цикл упражнений из других видов спорта.

Тренировочные занятия проводятся два раза в день в соответствии с планом работы тренеров.

Одними из задач в лагерной смене являются: привитие начинающим спортсменам интереса к выбранному виду спорта, а тем спортсменам, которые не первый год занимаются – закрепление достигнутых результатов и стремление к новым достижениям, развитие физических способностей и возможностей ребенка, способствование успешной адаптации к спортивной культуре, правилам поведения в спортивном лагере.

Программа рассчитана на детей от 7 до 17 лет.

#### **4. Новизна программы**

Новизна программы предусматривает в широком приобщении воспитанников к разнообразному социальному опыту, осознанию семейных ценностей, созданию в лагере атмосферы сотрудничества, содружества детей и взрослых.

Кроме этого, данная программа предусматривает взаимосвязь физического, нравственного, интеллектуального, эстетического воспитания детей, через самодисциплину, четкое выполнение норм и правил спортивной этики, уважения соперника, выработку спортивного характера.

#### **5. Цель программы**

Цель программы заключается в формировании здоровой разносторонне развитой личности через спортивно-тренировочную, игровую и познавательную деятельности, основываясь на семейных ценностях нашей страны.

##### **Задачи программы:**

- обеспечить дальнейшее развития основных физических качеств, определяющих высокие спортивные результаты;
- создать условия для подготовки юных спортсменов и улучшение их спортивной, технической и тактической подготовки;
- способствовать формированию основных семейных ценностей (любовь, ответственность, общение, забота и поддержка, уважение, умение прощать, честность, доверие, традиции);
- создать комфортную среду для творческого самовыражения участников смены, проявления их активности для самореализации, как воспитанников, так и взрослых (тренеров, вожатых);
- поддержать спортивно - одаренных воспитанников для реализации их интересов и потребностей

саморазвития в выбранном виде спорта;

- использовать природную среду для восстановления, сохранения и компенсации здоровья воспитанников, привлечение их к осознанному выбору здорового образа жизни;

- привлечь социальных партнеров к организации отдыха и содержательного досуга.

## **6. Нормативное обоснование программы.**

Программа детского спортивно-оздоровительного лагеря «Смена» построена с учетом основных приоритетов содержания летнего отдыха и оздоровления детей, определенных в федеральных законах:

- «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98г. №124-ФЗ (ред. от 31.07.2020г.)

- «О государственной поддержке системы детского и семейного отдыха»;

- Федерального закона от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Конституция РФ;

- Конвенция о правах ребенка, ООН,1991г.

- Трудовой кодекс РФ (с изм. и доп. от 07.01.2011);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Утверждена распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015г. №996-р.

- Федеральный закон от 28.12.2016г. №465-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части совершенствования государственного регулирования организации отдыха и оздоровления детей»;

- Закон РФ от 07.02.1992 №2300-1 «О защите прав потребителей»;

- Федеральный закон от 16.10.2019г. №336-ФЗ «О внесении изменений в Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях»;

- ФЗ от 24.11.1996 №132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»;

- ФЗ от 30.03.1999г. №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;

- Об утверждении СанПин 2.4.4.3155-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей» (с изм. На 22.03.2017г.);

- Постановление от 27.10.2020 №32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПин 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

- Национальный стандарт РФ ГОСТ 52887-2007 «Услуги детям в учреждениях отдыха и оздоровления»;

- ФЗ от 21.07.2014г. №212-ФЗ «Об основах общественного контроля в Российской Федерации».

- Материалы Совета при президенте РФ по развитию физической культуры и спорта до 2030 года.

- Приказ Министерства Просвещения от 17.03.2025 г. «Об утверждении федеральной программы воспитательной работы для организации отдыха детей и их оздоровления.

## **7. Принципы реализации программы**

**Общие методические принципы** – это основные положения, определяющие содержание, организационные формы и методы воспитательного процесса в соответствии с общими целями здоровья сберегающих воспитательных технологий.

**Принцип сознательности и активности** состоит в формировании у воспитанников глубоко осмысленного отношения, устойчивого интереса и потребности к физкультурно-спортивной деятельности, а также побуждает их к оптимальной активности. Принцип реализуется через развитие у воспитанников инициативы, самостоятельности и творческого отношения к учебно-тренировочным занятиям.

**Принцип доступности и индивидуализации** предполагает соблюдение посильной меры трудностей в процессе учебно-тренировочных занятий в соответствии с возможностями воспитанников, учитывая особенности их возраста, пола, состояния здоровья, уровня подготовленности, индивидуальных различий в проявлении физических и психических способностей.

**Принцип систематичности и последовательности** заключается в регулярности и оптимальном чередовании учебно-тренировочных занятий с альтернативными видами деятельности. Только в системе занятия ведут к положительному и действенному результату, способствуют развитию приобретенных умений и морально-волевых качеств.

**Принцип творчества и успеха** реализуется через индивидуальную и коллективную творческую деятельность, позволяющую определить и развивать индивидуальные особенности воспитанников. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствуют формированию позитивной Я - концепции личности воспитанника, стимулирует осуществление им дальнейшей работы по самосовершенствованию и саморазвитию.

**Принцип доверия и поддержки** основывается на вере в ребенка, взаимодоверии, поддержки его стремлений к самореализации, самоутверждению.

**Принцип разновозрастного единства.** Каждое дело, занятие –творчество отдыхающих, воспитателей, вожатых. Принцип обеспечивает сотрудничество воспитанников разных возрастов и педагогов, что помогает проявить воспитанникам инициативу, самостоятельность, лидерские качества, а также умение работать в коллективе, учитывая интересы других.

## **8. Этапы реализации**

Программа продолжительностью 21 день реализуется по четырем направлениям:

1) физкультурно-спортивное и гражданско-патриотическое направление. Его цель заключается в формировании «привычки» к активному отдыху и регулярным занятиям

физической культурой и спортом, а также в воспитании гражданских и патриотических чувств через формирование интереса к истории своей страны, ее традициям и культуре, путем активизации творческого потенциала воспитанников и привлечения их к активным формам культурного и оздоровительного досуга;

2) физкультурно-спортивное и туристско-краеведческое направление. Основная цель – создание благоприятных условий для укрепления здоровья воспитанников через активные формы деятельности, организацию процесса овладения начальными туристическими навыками. Учиться преодолевать разрыв между физическим, интеллектуальным и духовным развитием воспитанников посредством игры, познавательно-исследовательской деятельности, создавая условия для самореализации и самовыражения, атмосферу творчества и сотрудничества;

3) физкультурно-спортивное и художественное направление. Цель – создание благоприятных условий для выявления, развития и поддержки лидерских качеств воспитанников в различных областях интеллектуальной и творческой деятельности, путем организации содержательного досуга и оздоровления детей и подростков, реализации их творческих умений и способностей;

4) физкультурно-спортивное и социально-педагогическое направление. Цель его заключается в укреплении здоровья воспитанников средствами физической культуры и спорта, развитии личности воспитанников через реализацию их творческой и социальной активности, путем привития навыков конструктивного общения со сверстниками и взрослыми, интереса воспитанников к самовыражению себя через различные виды социально-значимой и творческой деятельности.

Реализация данной программы лагеря предполагает четыре направления, каждое из которых реализуется в 4 этапа:

### **1.Подготовительный**

- прием заявок от спортивных школ на летний отдых в лагере;
- комплектование по сменам;
- участие в совещаниях, семинарах по организации летнего отдыха детей;
- подготовка спальных корпусов, территории, хозяйственных построек, спортивных сооружений;
- акарицидная обработка территории;
- комплектование штата лагеря и обучение;
- прохождение медицинского осмотра работниками;
- разработка программы лагеря;
- подбор методических материалов, наглядное оформление лагеря.

## **2. Вводный (срок -2 дня)**

- встреча и размещение воспитанников;
- знакомство с основными целями, задачами;
- распределением отрядов.

## **3. Основной – реализация направления (срок -17 дней)**

- инструктажи по безопасному нахождению в лагере;
- создание благоприятного эмоционального настроения;
- учебно-тренировочные занятия;
- спортивные игры и соревнования;
- интеллектуальные игры и конкурсы;
- беседы, лекции о здоровом образе жизни.

## **4. Заключительный (срок -2 дня)**

- подведение итогов смены;
- демонстрация собственных достижений, обсуждение результатов.
- награждение организаторов и активных участников смены;
- анализ программы и разработка перспективных направлений;
- изучение предложений воспитанников и родителей (законных представителей), тренеров и вожатых по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем.

В течение всего периода стимулируется личностное развитие и рост каждого воспитанника спортивно-оздоровительного лагеря «Смена», воспитанникам предоставляется возможность отслеживать свои достижения.

Контроль за организацию контролируемых мероприятий в течение реализации направлений возлагается на педагога-организатора лагеря.

## **9. Условия реализации программы**

### **1. Материально-технические условия.**

На территории лагеря располагаются 4 спальных одноэтажных корпуса для проживания детей, оборудованы туалетные комнаты. Дети в корпусах №1,2,3 размещаются по 8-10 человек в комнатах, в корпусе №4 – по 3- 5чел. Тренерские комнаты находятся непосредственно в корпусе. Сотрудники лагеря проживают в отдельных б домиках.

Для досуга и культурно-развлекательного отдыха работает клуб с зоной для дискотеки, сценой и спортивным залом для борьбы.

Спортивная инфраструктура лагеря «Смена» позволяет всесторонне развивать свои спортивные навыки, в нее входят:

- футбольное поле и площадки для командных видов спорта (волейбол, баскетбол, пионербол);

- тренажерная универсальная площадка под открытым небом;
- гимнастический комплекс;
- настольный теннис.

В инфраструктуру лагеря также входят:

- административный корпус;
- столовая на 120 посадочных мест;
- медицинский пункт;
- имеется душ, прачечная;
- ухоженная территория с беседками;
- хозяйственный блок.

### **Питание**

Для детей в лагере организовано пятиразовое, сбалансированное питание (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин). Примерное 7-дневное меню согласовывается с Роспотребнадзором Калужской области. Для спортсменов нормы питания увеличены на 20%.

Воспитанники лагеря питаются в столовой на 120 посадочных мест в 2 смены. Полноценное питание является залогом хорошего отдыха в лагере. В меню ежедневно включаются фрукты, овощи, соки, свежая выпечка.

### **Медицинское обслуживание**

В лагере оборудован медицинский пункт. В нем имеется все необходимое для оказания первой медицинской помощи в круглосуточном режиме.

В штат лагеря входит медицинская сестра, врач. В случае необходимости доставка в медучреждения происходит в течение 1 часа.

### **Безопасность**

Безопасность жизни и здоровья детей – основной и безусловный принцип работы педагогического коллектива детского лагеря.

Территория охраняется сотрудниками ЧОП круглосуточно. На территории ведется видеонаблюдение. По периметру территории лагеря имеется металлическое ограждение. Жилые корпуса оборудованы системой пожарной сигнализации, огнетушителями и планами эвакуации. Дети проходят инструктаж по безопасному нахождению в лагере. Утвержден паспорт безопасности лагеря.

## **2. Кадровые ресурсы**

Штат лагеря состоит из сотрудников МАУ ДО СШОР «Вымпел» г. Калуги, тренеров спортивных школ, студентов индустриально-педагогического колледжа г. Калуги, Калужского государственного университета им. К.Э. Циолковского, специалистов по отдельным видам деятельности и обслуживающего персонала, принятых на работу по договору на период работы в

лагере.

Реализация программы осуществляется педагогическим (тренерским) составом лагеря согласно штатному расписанию и должностным инструкциям. К работе допускаются работники, прошедшие медицинское освидетельствование и собеседование с администрацией лагеря.

№	Должность	Функциональные обязанности
1.	Начальник лагеря	<ul style="list-style-type: none"><li>• общее руководство деятельностью лагеря;</li><li>• руководит работой педагогического и вспомогательного персонала;</li><li>• обеспечивает безопасность жизни и здоровья детей, проводит инструктажи с персоналом;</li><li>• несет ответственность за соблюдение санитарно-гигиенических норм, правил техники безопасности жизнедеятельности и пожарной безопасности;</li><li>• несет ответственность за организацию питания, медицинское обслуживание детей, за охрану жизни и здоровья детей.</li></ul>
2.	Старший воспитатель	<ul style="list-style-type: none"><li>• организация взаимодействия всех служб лагеря по реализации программы;</li><li>• осуществление программного обеспечения лагеря, обеспечивает качество предоставляемой досуговой деятельности, работу органов самоуправления;</li><li>• обеспечивает и отвечает за безопасность детей во время проведения культмассовых мероприятий;</li><li>• несет ответственность за жизнь и здоровье детей, соблюдение распорядка дня, санитарно-гигиенических норм;</li><li>• анализирует деятельность отрядов, проводит анкетирование, тестирование, психолого-педагогические наблюдения за участниками программы.</li></ul>
3.	Педагог-организатор (методист)	<ul style="list-style-type: none"><li>• проводит методические планерки, консультации для вожатых, создает методическую продукцию, ведет отчетную документацию;</li><li>• контролирует соблюдение режимных моментов, санитарного состояния корпусов, организацию дежурства отрядов по лагерю, столовой;</li><li>• содействует развитию личности, талантов и способностей, формированию общей культуры отдыхающих детей;</li><li>• организует и проводит культурно-массовые мероприятия, спортивные праздники.</li></ul>
4.	Тренер-воспитатель	<ul style="list-style-type: none"><li>• работает по реализации программы смены;</li><li>• проводит учебно-тренировочные занятия с воспитанниками;</li><li>• работает с организациями детского самоуправления, разрабатывает, подготавливает и проводит коллективные творческие дела;</li><li>• оказывает практическую помощь вожатым в подготовке и проведении отрядных и вечерних мероприятий;</li><li>• обеспечивает охрану жизни и здоровья детей в период пребывания в лагере.</li></ul>
5.	Вожатый	<ul style="list-style-type: none"><li>• несет ответственность по охране жизни и здоровья детей;</li><li>• проводит контроль за соблюдением режимных моментов, личной</li></ul>

		<p>гигиены каждого ребенка, питьевого режима;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>оказывает помощь медицинскому работнику в выявлении заболевших детей и выполнении медицинских назначений;</li> <li>организует жизнедеятельность своего отряда, планирует работу в течение смены, ведет педагогическую документацию;</li> <li>ведет наблюдение за сменой настроения детей.</li> </ul>
6.	Инструктор по физической культуре	<ul style="list-style-type: none"> <li>проводит утреннюю зарядку;</li> <li>планирует и организует спортивные соревнования, праздники;</li> <li>контролирует правильное использование спортивного инвентаря.</li> </ul>
7.	Медицинский работник	<ul style="list-style-type: none"> <li>планирует и организует лечебно-оздоровительную, профилактическую и санитарно-просветительскую работу;</li> <li>проводит медицинские осмотры;</li> <li>осуществляет контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм;</li> <li>наблюдает за состоянием здоровья детей, ведет необходимую документацию;</li> <li>контролирует работу пищеблока, организацию питания;</li> <li>ведет ежедневный амбулаторный прием с целью оказания первой медицинской помощи, выявления заболевших детей; организует лечение и уход за детьми;</li> <li>осуществляет контроль за санитарным состоянием лагеря.</li> </ul>
8.	Педагог-психолог	<ul style="list-style-type: none"> <li>проводит психологическое сопровождение летнего отдыха детей: индивидуальное и групповое консультирование и диагностическое обследование.</li> </ul>
9.	Административно-хозяйственный персонал	<ul style="list-style-type: none"> <li>обязанности обслуживающего персонала определяются начальником лагеря;</li> <li>отвечают за соблюдение правил техники безопасности, санитарно-гигиенических правил, выполнение мероприятий по охране жизни и здоровья детей и подростков.</li> </ul>

### **Работа с родителями.**

Осуществляется в подготовительный, организационный период через тренеров и в течение всей смены в лагере и включает в себя:

- подготовка и вручение родителям памятки о приеме и нахождению ребенка в лагере;
- встреча с руководством лагеря, педагогами ;
- знакомство с программой лагеря, планом-сеткой лагеря, условиями организации отдыха и обеспечения безопасности жизнедеятельности детей;
- информирование о жизни лагеря через интернет-ресурсы.

### **Участники программы**

Участниками программы являются учащиеся, занимающиеся в спортивных школах г. Калуги в возрасте от 7 до 17 лет, тренеры по отдельным видам спорта, студенты индустриально-педагогического колледжа, студенты КГУ им. К.Э. Циолковского, обслуживающий персонал. В одной смене предполагается участие около 200 детей.

## 10. Содержание программы

Главной особенностью этого года будет то, что в течение всей смены мы постараемся прожить всю историю лагеря через призму традиций, игр, особенностей времени. Все взрослые нашего лагеря станут основой легенд и лекций о пионерском движении, как внутри нашего лагеря, так и за его пределами. Мы собираемся пригласить гостей, которые были у истоков пионерских лагерей «Андреевского куста», и очень надеемся, что по результатам смены, мы создадим небольшую электронную брошюру с одноименным названием. Смена в этом году будет путешествием сквозь время!

Дополнительное образование детей – одно из важнейших составляющих образовательного пространства в современном российском обществе. Оно социально востребовано, требует постоянного внимания и поддержки со стороны государства как система, которая органично сочетает в себе воспитание, обучение и развитие личности ребенка. В течение трех недель для ребят лагеря будет подготовлена насыщенная спортивно-образовательная программа, направленная на укрепление семейных ценностей, развитие коммуникативных навыков и формирование морально-нравственных качеств, будут организованы различные мероприятия: вертушки, конкурсы, концерты, квесты, ролевые игры и многие другие, направленные на раскрытие тематики смены.

Программа позволит создать благоприятные возможности для роста каждой отдельной личности, формирования стойкого положительного отношения к семье и семейным ценностям. Программа направлена на воспитание и формирование у детей и подростков таких качеств, как товарищеская взаимопомощь, физическое развитие, осознание ответственности перед коллективом за свои поступки и поведение, сочетание личных интересов с общественными.

На протяжении летнего периода данная программа призвана интегрировать систему специализированного применения средств и методов физического воспитания, направленную на достижение высоких спортивных результатов, совершенствование физических и волевых качеств, овладение совершенной техникой и тактикой в выбранном виде спорта и развитие личности ребенка, направленную на укрепление психического и эмоционального здоровья детей, воспитание лучших черт гражданина.

Кроме спортивных, также будут организованы и тематические мероприятия, связанные с историей и знаковыми событиями нашей страны. Дни единых действий, которые обязательно включаются в календарный план воспитательной работы:

- 1 июня – День защиты детей;
- 2 июня - День здорового питания;
- 5 июня - Всемирный день охраны окружающей среды;

- 1 июня – День защиты детей;
- 12 июня – День России;
- 22 июня – День памяти и скорби;
- 23 июня – Всероссийский Олимпийский день;
- 27 июня – День молодежи;
- 8 июля – День семьи, любви и верности;
- 13 августа – День физкультурника;
- 22 августа – День государственного флага Российской Федерации.

Участие во всероссийских мероприятиях и акциях, посвященных значимым отечественным и международным событиям.

Распорядок дня, гимн лагеря, план-сетка культурно-массовых мероприятий смены ДСОЛ «Смена» программы представлена в Приложениях № 1, 2, 3.

При реализации программы смены лагеря возможна корректировка, связанная с погодными условиями и другими причинами.

#### **Ключевые мероприятия лагеря**

Ключевые мероприятия – это главные традиционные общелагерные мероприятия, имеющие наиболее высокий воспитательный потенциал:

- Торжественное открытие и закрытие смены;
- тематические мероприятия согласно перечню основных государственных и народных праздников, памятных дат. Торжественная церемония подъема Государственного флага Российской Федерации;
- тематические и спортивные праздники, концерты и творческие конкурсы;
- мероприятия, направленные на поддержку семейного воспитания.

#### **11. Ожидаемые результаты программы**

- 1.Создание благоприятных условий для сохранения и укрепления здоровья детей и подростков.
- 2.Формирование позитивной мотивации к ведению здорового образа жизни.
- 3.Повышение уровня физической подготовки и психологической устойчивости к стрессовым и конфликтным ситуациям.
- 4.Обогащение социального опыта и формирование социальной культуры детей и подростков.
- 5.Ознакомление с базовыми семейными ценностями.
6. Создание системы развития и воспитания активной творческой личности, гражданина своей страны.

Отдых в лагере дает возможность детям получить возможность проявить большую активность, самостоятельность, инициативу в действиях. Лагерная смена является особым, запоминающимся событием в жизни детей. Она объединяет детей и взрослых общими переживаниями, эмоциями. Оздоровительный эффект тесно связан с положительными эмоциями детей, возникающими в процессе спортивной, игровой деятельности и благотворно влияет на психику ребенка.

В ходе реализации данной программы ожидается:

- общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья;
- эффективное усвоение позитивных норм и ценностей;
- повышение гражданской активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность;
- создание устойчивой ориентации на занятия спортом;
- расширение кругозора детей, повышение общей культуры;
- создание условий для профилактики асоциального поведения детей и подростков и молодежи;
- формирование и реализация у детей представления о системе комплекса ГТО;
- воспитание культуры спортивного соперничества.

**Для развития воспитательной системы лагеря:**

- совершенствование методик организации форм работы;
- пополнение методической копилки.

**Для педагогов и тренеров:**

- повышение уровня педагогического и тренерского мастерства;
- развитие спортивного потенциала воспитанников в режиме постоянного взаимодействия с тренерским составом;
- приобретение современного опыта организации совместной творческой деятельности педагогов и воспитанников.

**Для родителей:**

- чувство уверенности в силах ребенка;
- удовлетворенность родителей летним отдыхом детей.

**Для детей:**

- полный отдых и оздоровление;
- становление спортивного мастерства, повышение технических и тактических навыков;
- раскрытие творческого потенциала;
- приобретение новых знаний и умений;

-способствование профессиональному и жизненному самоопределению воспитанников, через создание условий для реализации «профессиональных проб» в сфере физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельности.

## 12. Особенности работы ДСОЛ «Смена»

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье, но и воспитывают такие качества как: мужество, воля, упорство достижения цели. Спорту чужды пассивность, безволие, успокоенность. Каждодневное напряжение, преодоление всех объективных и субъективных трудностей – вот обязательное условие достижения жизненных целей. Этому учат постоянные тренировки.

Жизнь показывает, что тот, кто прошел хорошую школу физического воспитания, более приспособлены к жизненным ситуациям.

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от характера педагогических воздействий.

В 2025 году в лагере отдыхают и тренируются дети следующих видов спорта: футбола, фигурного катания, настольный теннис, легкой атлетики, волейбола, баскетбола, борьбы, гребли и др.

Находясь в лагере, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Досуговая деятельность направлена на вовлечение детей в мероприятия с последующим выявлением их склонностей и способностей.

Задача тренера в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул, поддерживать спортивную форму и подготовить к последующему тренировочному периоду.

Профильными особенностями реализации программы ДСОЛ «Смена» являются:

1. Организация всех ведущих видов деятельности: коммуникативной, спортивной, трудовой, познавательной, эстетической, художественно-творческой, образовательной и др.

2. Новые условия, где отличные от спортивных традиции, определенные нормы поведения (законы лагеря), иная система взаимоотношений, где своеобразный ритм и характер жизнедеятельности, где значительно обогащается социальный опыт ребенка.

3. Определенная обстановка, при которой ребенок ощущает сопричастность к решению задач, стоящих перед коллективом.

4. Автономность спортивных команд, где у каждой свой ритм тренировок, за счет которой реализуется актуализация воспитательной функции.

5. Наличие самоуправления, предполагающее включение ребят во взаимоотношения через решение проблем, как временного детского коллектива, так и спортивно-оздоровительного лагеря.

6. Компетентность и взаимодействие тренеров и вожатых, организующих жизнедеятельность детей в течение всей смены и каждого дня.

7. Рефлексия происходящего в спортивно-оздоровительном лагере, в том числе и участие каждого ребенка в его жизни.

Данные особенности реализуются в программе «Тренер, наставник, друг», которая предполагает оформление целостного профиля ДСОЛ «Смена», поиск содержания и форм эффективной социализации, создание социально-открытого пространства, когда каждый тренер, вожатый, сотрудник лагеря, родители разделяют ключевые смыслы духовных и нравственных идеалов и ценностей, положенных в основу данной программы.

### **13. Психолого-педагогическое сопровождение**

Организация психолого-педагогического сопровождения летнего отдыха детей способствует успешной адаптации детей к новым условиям пребывания в детском коллективе, обеспечивает полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка.

Объектом сопровождения выступает воспитательный процесс, предметом деятельности является ситуация развития ребенка как система отношений: с миром, с окружающими (взрослыми и сверстниками) и с самим собой.

Психолого-педагогическое сопровождение ребенка – это процесс оказания своевременной педагогической и психологической помощи нуждающимся в ней детям и система корректирующих воздействий на основе отслеживания изменений в процессе развития личности ребенка.

Компонентами психолого-педагогического сопровождения являются: диагностический, консультационный, прогностический и практический.

Психолого-педагогическое сопровождение ребенка в условиях спортивно-оздоровительного лагеря выполняет следующие функции:

- воспитательная – предполагает восстановление положительных качеств, позволяющих ребенку комфортно чувствовать себя в окружающей среде;

- компенсаторная – заключается в формировании у ребенка стремления компенсировать имеющиеся недостатки усилением приложения сил в том виде деятельности, которую он любит и в которой он может добиться успехов, реализовать свои возможности, способности в самоутверждении;

- стимулирующая – направлена на активизацию положительной социально-полезной, предметно-практической деятельности ребенка; она реализуется посредством осуждения или

одобрения, т.е. заинтересованного эмоционального отношения к личности ребенка и его поступкам;

- корректирующая – связана с исправлением отрицательных качеств в личности и предполагает применение разнообразных методов и методик, направленных на корректировку мотивационно-ценностных ориентаций и установок в общении и поведении.

Диагностический компонент психолого-педагогического сопровождения предусматривает изучение ребенка, его личностных особенностей и индивидуальных характеристик, выявление причин, имеющих у ребенка проблем и затруднений различного характера для обеспечения реализации ему персонифицированной помощи.

Диагностика предполагает ряд этапов:

- комплексное изучение ребенка;
- формулировка психолого-педагогических проблем;
- выдвижение гипотез об имеющихся у ребенка затруднениях;
- выбор методов исследования;
- использование методов;
- формулировка психолого-педагогического диагноза;
- разработка рекомендаций для организации воспитательной работы с данным ребенком.

Консультационный компонент психолого-педагогического сопровождения ребенка в условиях спортивно-оздоровительного лагеря предполагает организацию индивидуальной консультационной работы с детьми и подростками.

Прогностический компонент психолого-педагогического сопровождения ребенка в спортивно-оздоровительном лагере предполагает прогнозирование возможных поведенческих проблем у конкретного ребенка или группы детей или проблем в общении с детьми и взрослыми.

Практический компонент психолого-педагогического сопровождения ребенка в условиях спортивно-оздоровительного лагеря включает комплекс мероприятий по сопровождению разнообразной деятельности ребенка, формированию у него рефлексивной позиции, социальному закаливанию на основе социальных проб, подготовке к решению конфликтных ситуаций и самозащите своей личности. При этом предполагается определение готовности ребенка к включению в те или иные мероприятия.

Ожидаемые результаты:

- осознание детьми собственных способностей и возможностей;
- увеличение количества детей, сдавших нормы ГТО;
- активизация у детей личностных ресурсов.

### Список литературы:

1. Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником, Волгоград, 2007.
2. Григорьев О.А., Стеблецов Е.А.- Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере», М.,Юрайт, 2020.
3. Кулаченко М.П. Учебник для вожатого, Ростов на Дону, 2008.
4. Буканова И.А. Детские и молодежные общественные объединения: Создаем. Развиваем. Действуем, Вологда, 2017.
5. Артамонова Л.Е. Летний лагерь: организация, работа вожатого, сценарии мероприятий М., ВАКО, 2006.
6. Деркач А.А., Исаев А.А.. Педагогическое мастерство тренера, М. Физкультура и спорт, 1981.
7. Пашнина В.М. -Отдыхаем на «отлично»! Праздники и развлечения в летнем лагере- М., 2008
8. Шмаков С.А.- Летний лагерь: вчера и сегодня. Методическое пособие, Липецк «Инфол», 2007
9. Степанова Т.М. Игры и развлечения в летнем лагере, М. 2016.
10. Должиков И.И. Физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия в детском лагере, М., 2005.
11. Титов С.В. Здравствуй, лето! Волгоград, Учитель, 2007.
12. Сивачева Л.Н. –Физкультура - это радость! – С-П; Детство-пресс, 2001.
13. Лаврентьев В.В.- Советы организатору и вожатому по подготовке летнего лагеря, 2002.
14. Нещерет Л.Г. Хочу быть лидером! Н.Новгород, 2006.
15. Организация оздоровительного отдыха детей – Ставрополь: СГУ, 2001.
16. Байбородова Л.В. Воспитательная работа в детском загородном лагере. Ярославль: Академия развития, 2013.
17. Трушкин А.Г. Физкультурно-оздоровительная работа в летних лагерях М., 2006.
18. Кашеварова И.А. –Организация спортивно-оздоровительных лагерей, М., 1997.
19. Лобачева С.И. – Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере, ВАКО, 2020.
20. Интернет – ресурсы.

## Распорядок дня лагеря

<b>Время</b>	<b>Режимный компонент</b>
<b>8.00-8.10.</b>	<b>Подъем, уборка постелей</b>
<b>8.10.-8.35.</b>	<b>Утренняя зарядка или кросс</b>
<b>8.35.-8.45.</b>	<b>Водные процедуры</b>
<b>8.45.-9.00.</b>	<b>Организационная линейка.</b>
<b>9.00.-9.40.</b>	<b>Завтрак</b>
<b>9.40.-10.00.</b>	<b>Уборка территории</b>
<b>10.00.-11.00.</b>	<b>Тренировки</b>
<b>11.00.-13.00.</b>	<b>Отрядное время</b>
<b>13.00.-14.00.</b>	<b>Обед</b>
<b>14.00.-16.00.</b>	<b>Дневной отдых</b>
<b>16.00.-16.40.</b>	<b>Полдник</b>
<b>16.40.-17.00.</b>	<b>Отрядное время. Отрядное КТД</b>
<b>17.00.-18.00.</b>	<b>Тренировки</b>
<b>18.00.-20.00.</b>	<b>Водные процедуры. Душ</b>
<b>19.00.-20.00.</b>	<b>Ужин</b>
<b>20.00.-22.00.</b>	<b>Культурно - досуговые мероприятия</b>
<b>21.00.-21.20.</b>	<b>Второй ужин</b>
<b>22.00.-22.15.</b>	<b>Вечерний туалет</b>
<b>22.30.</b>	<b>Отбой</b>

Примечание: отбой для детей до 9 лет в 21:30

## Гимн лагеря «Смена»

(Музыка – А. Пахмутовой, слова – Н. Торбенковой)

Солнцу говорим: «Здравствуй!»

Спорту мы поем песню.

Снова небеса ясны,

Снова мы с тобой вместе.

По воротам бьем точно,

Бегаем быстрее ветра.

Дружбе нашей быть прочной,

А сердцам гореть вечно.

Припев:

Наш лагерь «Смена»,

Страна спортсменов.

Мы чемпионам на смену растем.

Мы из «Смены» к победам

И спортивным рекордам придем.

Дай на счастье мне руку!

Встретимся опять в «Смене».

Здесь вожатый наш - друг нам,

Здесь всегда с нами – тренер.

Солнцу говорим: «Здравствуй!»

Спорту мы поем песню.

Снова небеса ясны,

Снова мы с тобой вместе.

Припев.

**План культурно-массовых мероприятий смены ДСОЛ «Смена»  
«Двадцать один день, как двадцать один год»**

<p align="center"><b>1 день «На старт, внимание, марш!»</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Линейка-знакомство с лагерем и программой смены.</li> <li>2. Проведение инструктажей по ТБ.</li> <li>3. Анкетирование «Я хочу и я могу»</li> <li>4. Исторический квест-игра по фотографиям и историям о лагере «Было-стало» Дискоотека - знакомство «Шире круг»</li> </ol>
<p align="center"><b>2 день «Мы команда!»</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Командное обдумывание мероприятия (<b>КОМ</b>) визитных карточек отрядов.</li> <li>2. Выборы совета (командиров) лагеря.</li> <li>3. Тренинги на командообразование на основе обновленных советских игр «Мир. Дружба. Жвачка»</li> </ol>
<p align="center"><b>3 день «Торжественное ПИОНЕРСКОЕ открытие смены»</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общелагерное мероприятие: фестиваль визиток «Флаг добра!»</li> <li>2. Торжественное ПИОНЕРСКОЕ открытие смены!</li> <li>3. Танцевально - игровая программа «Машина времени»</li> </ol>
<p align="center"><b>4 день «Онлайн»</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>КОМ</b> конкурса представления отрядных новостей в социальной сети «В Контакте»</li> <li>2. Конкурс социальной рекламы «Ценности и традиции лагеря «Смена».</li> </ol>
<p align="center"><b>5 день Эко-день</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>КОМ</b> конкурса эко-работ «АРХстояние» (создание необычных архитектурных объектов из природного материала)</li> <li>2. Конкурс модельеров (коллекция из отходных материалов) и показ моделей.</li> </ol>
<p align="center"><b>6 день Общелагерная «Зарница 2.0»</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>КОМ</b> выбор отряда и ролей.</li> <li>2. Сдача нормативов.</li> <li>3. Общелагерная игра «Зарница 2.0»</li> </ol>
<p align="center"><b>7 день «Мир профессий»</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Мастер-классы от приглашённых родителей (изготовление «Отрядной лавочки» и правила этикета «Званный ужин»)</li> <li>2. Фестиваль – презентации «Все профессии нужны»</li> <li>3. Брейн-ринг «Профессия вокруг тебя!»</li> </ol>
<p align="center"><b>8 день «Я могу»</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>КОМ</b> шоу талантов «Лучше всех»</li> <li>2. Фотоконкурс «А вам слабо?»</li> <li>3. Диско-шоу талантов «Лучше всех»</li> </ol>
<p align="center"><b>9 день «День самоуправления»</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>КОМ</b> выбор и распределение ролей</li> <li>2. Спортивные «гостёвки» «Давай я тебя научу»</li> <li>3. Лагерный конкурс вожатского мастерства «Вожатый смены»</li> </ol>
<p align="center"><b>10 день «День ПЕРВЫХ» (экватор)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Лекция. «От прошлого к настоящему, от пионерии к ПЕРВЫМ»</li> <li>2. Лагерная игровая карусель и мини-дискоотека.</li> </ol>

<p align="center"><b>11 день</b> <b>«Память»</b></p>	<p>1. «Живой урок истории» (приглашенный гость) Беседы в отрядах на тему: «Великий подвиг Великого народа!»</p> <p>2. Возложение цветов «Братская могила и памятник героям-землякам, погибшим в годы Великой Отечественной войны» с. Корекозово Перемышльского района.</p> <p>3. Герои России - просмотр фильма.</p>
<p align="center"><b>12 день</b> <b>«День России»</b></p>	<p>1. <b>КОМ</b> «Обычаи и традиции народов России» (подготовка номера-презентации + мастер-класс)</p> <p>2. Военно – спортивная эстафета «Марш - бросок»</p> <p>3. Конкурс кругосветка «Игры народов России»</p>
<p align="center"><b>13 день</b> <b>«Спорт»</b></p>	<p>1. Открытие новых Олимпийских игр»</p> <p>2. «Рекорды лагеря» Сдача нормативов ГТО.</p> <p>4. Дискоотека-марафон «Стартинейджер».</p>
<p align="center"><b>14 день</b> <b>«Шоу «Песни»</b></p>	<p>1. <b>КОМ</b> выбор песни и постановка номера.</p> <p>2. Шоу «Песни», посвященное 80-летию Победы в ВОВ</p>
<p align="center"><b>15 день</b> <b>«Здоровье»</b></p>	<p>1. Общелагерная танцевальная зарядка «С Добрым утром!».</p> <p>2. Секретная игра «Солнцекек».</p> <p>3. Онлайн-квиз «Десять правил правильного питания»</p>
<p align="center"><b>16 день</b> <b>«День безопасности»</b></p>	<p>1. Тренировочная эвакуация и мастер-класс по пожарно-прикладному искусству.</p> <p>2. Памяти всем войнам земли русской от благодарных потомков спасателей МЧС России</p>
<p align="center"><b>17 день</b> <b>«Экономический день»</b></p>	<p>1. <b>КОМ</b> создание предприятий оформление документов.</p> <p>2. Игра «Город мастеров»</p> <p>3. Аукцион.</p>
<p align="center"><b>18 день</b> <b>«Любимым посвящается»</b></p>	<p>1. <b>КОМ</b> выбор видеороликов «Семья глазами ребенка».</p> <p>2. Конкурс творческих поделок «Подарок родителям»</p> <p>3. Фотоконкурс «Love is...»</p> <p>4. Мини-диско и Фотобиеннале.</p>
<p align="center"><b>19 день</b> <b>«Лучшие»</b></p>	<p>1. <b>КОМ</b> отрядный выбор лучших ребят по номинациям</p> <p>2. Вручение премии «Лагерь смена - семья спортсменов»</p> <p>2. Конкурсная программа «Мистер и Мисс лагеря 2025»</p>
<p align="center"><b>20 день</b> <b>«Закрытие»</b></p>	<p>1. Экологический десант. (уборка территории)</p> <p>2. Линейка-награждение.</p> <p>3. Концерт-закрытие «Россия – огромная семья!»</p> <p>4. «Дорога желаний»</p>
<p align="center"><b>21 день</b> <b>«Отъезд»</b></p>	<p>1. Прощальные письма.</p> <p>2. Стена пожеланий</p>