

«Утверждаю»

Директор МАОУ «Средняя

общеобразовательная школа №1»

Рабочая программа

Пришкольный лагерь «Зеленый остров»

Информационная карта программы

1	Полное название программы	Программа пришкольного оздоровительного лагеря «Зелёный остров»
2	Цель программы	Организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период.
3	Направление Деятельности	Физическое, духовное, патриотическое развитие детей, средствами игры, познавательной и трудовой деятельности.
4	Краткое содержание программы	Программа содержит: мероприятия, реализующие Программу; ожидаемые результаты и условия реализации; приложения.
5	Автор программы	Начальник лагеря Федорова Н.Ю. Старшая вожатая Лагодич Т.В.
6	Муниципальное образовательное учреждение, представившее программу	Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города Набережные Челны «Средняя общеобразовательная школа №1» Республики Татарстан
7	Адрес, телефон	п.ГЭС, бульвар Тинчурина, дом 2. Т.71-10-21
8	Место реализации	Пришкольный оздоровительный лагерь
9	Количество, возраст учащихся	140 учащихся с 7 до 14 лет
10	Сроки проведения, количество смен	26 мая 2025 г.- 26 июня 2025 г. 1 смена

Содержание программы:

Введение.....	4
Цель и задачи программы.....	5
Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены.....	6
Концепция программы.....	9
Механизм реализации программы	10
Направления и виды деятельности.....	11
Организация взаимодействия летнего оздоровительного лагеря с дневным пребывание детей «Зелёный остров» с социумом.....	18
Условия реализации программы.....	19
Диагностика.....	22
Ожидаемые результаты.....	23
Приложение.....	24

Игры детей - вовсе не игры, и правильное смотреть на них как на самое значительное и глубокомысленное занятие этого возраста.

М. Монтень

Введение

Лето - наилучшая пора для общения с природой, постоянная смена впечатлений, встреча с неизвестными, подчас экзотическими уголками природы. Это время, когда дети имеют возможность снять психологическое напряжение, накопившееся за год, внимательно посмотреть вокруг себя и увидеть, что удивительное рядом.

Целостное развитие личности возможно при гармоничном развитии духовного и физического здоровья, что даёт основу для социального здоровья, адаптации личности в обществе и формирования активной позиции. Именно в период детства и юности закладываются основы здоровья и личности человека, большая часть этого периода приходится на школьный возраст. Значит, на образование ложится ответственность не только за развитие и образование личности, но и за формирование культуры здоровья, здорового образа жизни, а в итоге - за формирование целостной личности с активным созидательным отношением к миру.

В последние годы очевидно возрастание внимания к организации летних оздоровительных лагерей. Они выполняют очень важную миссию оздоровления и воспитания детей, когда многие семьи находятся в сложных экономических и социальных условиях. Кроме того, лагеря способствуют формированию у ребят не подавляющего личность коллективизма, коммуникативных навыков. Летний отдых сегодня - это не только социальная защита, это еще и полигон для творческого развития, обогащения духовного мира и интеллекта ребенка.

Ежегодно для учащихся проводится оздоровительная смена в лагере на базе МАОУ СОШ №1. Обязательным является вовлечение в лагерь детей-сирот, ребят из многодетных и малообеспеченных семей. Для того чтобы отдых сделать полноценным была разработана программа.

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

- повышением спроса родителей и детей на организованный отдых школьников;
- модернизацией старых форм работы и введением новых;
- необходимостью использования богатого творческого потенциала подростков и педагогов в реализации цели и задач программы.

Данная программа имеет цель и задачи, в ней указаны принципы на которые она опирается, описаны ожидаемые результаты. В программе есть «Устав» лагеря, где прослеживаются правовые взаимоотношения педагогов и детей. Кроме этого в программе представлены законы и правила, песня лагеря, описаны органы детского самоуправления, для оформления лагеря предложены рубрики «Пресс-центра».

Данная программа по своей направленности является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

Цели и задачи программы:

Цель - создать благоприятные условия для укрепления здоровья и организации досуга учащихся пришкольного лагеря «Зеленый остров» во время летних каникул.

Задачи:

1. Создание условий для организованного отдыха детей.
2. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.
3. Формирование культурного поведения, санитарно-гигиенической культуры.
4. Создание благоприятных условий для укрепления здоровья детей, использование окружающей природы в качестве источника оздоровления ребёнка.
5. Организация среды, предоставляющей ребенку возможность для самореализации на индивидуальном личностном потенциале.
6. Формирование у ребят навыков общения и толерантности.

Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены

Программа летнего оздоровительного лагеря «Зелёный остров» детей и подростков опирается на следующие принципы:

1. Принцип гуманизации отношений

Построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к ребенку, родителям, сотрудникам лагеря необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.

2. Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям учащихся и типу ведущей деятельности

Результатом деятельности воспитательного характера в летнем оздоровительном лагере «Зелёный остров» является сотрудничество ребенка и взрослого, которое позволяет воспитаннику лагеря почувствовать себя творческой личностью.

3. Принцип дифференциации воспитания

Дифференциация в рамках летнего оздоровительного лагеря предполагает:

- отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей;
- создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены (дня);
- взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;
- активное участие детей во всех видах деятельности.

4. Принцип комплексности оздоровления и воспитания ребёнка.

Данный принцип может быть реализован при следующих условиях:

- необходимо чёткое распределение времени на организацию оздоровительной и воспитательной работы;
- оценка эффективности пребывания детей на площадке должна быть комплексной, учитывающей все группы поставленных задач.

5. Принцип гармонизации сущностных сил ребёнка, его интеллектуальной, физической, эмоционально-волевой сфер с учётом его индивидуальных и возрастных особенностей.

Этот принцип может быть реализован при следующих условиях:

- вариантности выбора способа реализации в различных видах деятельности;
- сочетание форм работы, учитывающих возрастные особенности детей;
- постоянной коррекции воздействий на каждого ребёнка с учётом изменений, происходящих в его организме и психике.

6. Принцип интегративно-гуманитарного подхода.

Этот принцип определяет пять «граней»:

- грань личностного восприятия («это затрагивает или может затрагивать лично меня»);
- грань сопричастности («этого достигли ребята, это им нужно - значит, это доступно и нужно мне»);
- грань глобального восприятия («это нужно знать всем - значит это важно и для меня; это относится к общечеловеческим ценностям»);
- грань ориентации на консенсус («Я признаю за другим право иметь свою точку зрения, я могу поставить себя на место других, понять их проблемы»);
- грань личной ответственности («я отвечаю за последствия своей деятельности для других людей и для природы»).

7. Принцип уважения и доверия.

Этот принцип может быть реализован при следующих условиях:

- добровольного включения ребёнка в ту или иную деятельность;
- доверие ребёнку в выборе средств достижения поставленной цели, в основном на вере в возможность каждого ребёнка и его собственной вере в достижении негативных последствий в процессе педагогического воздействия;
- в учёте интересов учащихся, их индивидуальных вкусов

Нормативно-правовые документы

В основе концепции программы следующие нормативно-правовые документы:

1. Конвенция о правах ребенка, ООП, 1991г.
2. Всемирная Декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей 30.09.1990г.
3. Положение о лагере.
4. Правила внутреннего распорядка лагеря .
5. Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
6. Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в школьном оздоровительном лагере.
7. Инструкции по организации и проведению и экскурсий.
8. Должностные инструкции работников.
9. Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра.
10. Заявления от родителей.
11. Правила регистрации детей при поступлении и выбытии.
12. Акт приемки лагеря.
13. Планы работы.

Объективные факторы работы лагеря

Модель лагеря имеет ряд объективных факторов, которые и определяют специфику её работы:

1. Временный характер детского объединения.
2. Разнообразная деятельность - насыщенность всего периода разноплановой интересной деятельностью делают пребывание в лагере очень привлекательным для детей, которые в силу своего возраста стремятся «попробовать всё и успеть везде». В летнем оздоровительном лагере предлагается самый разнообразный спектр занятий.
3. Интенсивность освоения детьми различных видов деятельности - заинтересованность ребёнка каким-либо делом посредством достижения последующего определённого положительного результата. В этом смысле личностно-ориентированный подход означает, что степень интенсивности должна быть адекватна индивидуальным возможностям человека.
4. Изменение позиции ребёнка - своеобразное разрушение прежнего, подчас негативного, стереотипа поведения.
5. Природно-климатическая база - природное окружение, чистый воздух является I важной составляющей успеха лагеря.
6. Чёткий режим жизнедеятельности - максимальное использование природно-климатических факторов, рациональная организация всей жизнедеятельности детей.

Концепция программы

Методическое проектирование лагеря «Зелёный остров» опирается на признанные достижения современной отечественной и зарубежной педагогики.

При создании концепции программы оздоровительного лагеря

преследовались следующие идеи:

1. Идея первичности личности по отношению к обществу (А.Маслоу, Д. Грин, К. Роджерс, Б.Ананьев).
2. Идея опоры на базовые потребности ребенка (В.Сухомлинский, Ш. Амонашвили).
3. Идея развития личности в процессе воспитания (В. Бехтерев, И. Блонский, Л.Выготский).
4. Идея совместной деятельности взрослых и детей в процессе воспитания (В. Сухомлинский, А.С.Макаренко).

Механизм реализации программы

1 этап. Подготовительный - апрель-май

Этот этап характеризуется тем, что за 2 месяца до открытия пришкольного летнего оздоровительного лагеря начинается подготовка к летнему сезону. Деятельностью этого этапа является:

- проведение совещаний при директоре и заместителе директора по воспитательной работе по подготовке школы к летнему сезону;
- издание приказа по школе о проведении летней кампании;
- разработка программы деятельности пришкольного летнего оздоровительного лагеря «Зеленый остров»;
- подготовка методического материала для работников лагеря;
- отбор кадров для работы в пришкольном летнем оздоровительном лагере;
- составление необходимой документации для деятельности лагеря (план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции т.д.)

2 этап. Организационный - 3 июня-5 июня

Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 2-3 дня.

Основной деятельностью этого этапа является:

- встреча детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;
- запуск программы «Зелёный остров»;
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

3 этап. Практический - 9 июня-3 июля

Основной деятельностью этого этапа является:

- реализация основной идеи смены;
- вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно-творческих дел;
- работа творческих мастерских.

4 этап. Аналитический -3 июля-5 июля

Основной идеей этого этапа является:

- подведение итогов смены;
- выработка перспектив деятельности организации;
- анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесенными по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем

Направления и виды деятельности

Для реализации программы разработан механизм, который представлен в виде модулей:

1.Профилактические модуль (мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций и охране жизни детей в летний период)

Инструктажи для детей:

- «Правила пожарной безопасности»
- «Правила поведения детей при прогулках и походах»
- «Правила при поездках в автотранспорте»
- «Безопасность детей при проведении спортивных мероприятий»
- «Правила дорожного движения»
- «Правила безопасного поведения на водных объектах и оказания помощи пострадавшим на воде»

2.Физкультурно - оздоровительный модуль

Задачи	Основные формы работы	Методическое сопровождение
• Вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы; • Выработка и укрепление гигиенических навыков; • Расширение знаний об охране здоровья.	• Утренняя гимнастика (зарядка) • Спортивная игры на стадионе, спортивной площадке. • Подвижные игры на свежем воздухе (Игры - вертушки «Разбойники и королевский замок», «Форд Боярд») • Эстафеты, спортивные мероприятия (спортивная игра «Веселые старты») «Солнце, воздух и вода»)	• Приложение1 • Приложение2 • Приложение3

3.Эстетический модуль

Задачи	Основные формы работы	Методическое сопровождение
• Пробуждать в детях чувство прекрасного; • Формировать навыки культурного поведения	• Посещение театров, кинотеатров, музеев; • Конкурс «Законы воспитанного человека»	• Приложение 4 • Приложение 5

и общения; •Прививать детям эстетический вкус.	• Конкурс оформления отрядных уголков «Наш отрядный дом»	
---	--	--

Прекрасное окружает нас повсюду: и в природе, и в обществе, и в отношениях между людьми. Надо только его видеть, чувствовать и понимать. Ростки этого чудесного умения заложены в каждом ребенке. Развивать их - значит воспитывать эстетически. Вот почему эстетическое : воспитание всегда было и остается важнейшей частью педагогической деятельности детских оздоровительных лагерей. В рамках нравственно-эстетического воспитания в лагере можно многое сделать, и действовать можно в нескольких направлениях: музыка, песня, танец; общение с книгой, природой, искусством.

4.Художественно-творческий модуль

Задачи	Основные формы работы	Методическое сопровождение
• Приобщение детей к посильной и доступной деятельности в области искусства, .воспитывая у детей потребность, вносить элементы прекрасного в окружающую среду, свой быт. • Формирование художественно-эстетического вкуса, способности самостоятельно оценивать произведения искусства, свой труд. • Развитие творческих способностей детей.	•Изобразительная деятельность (оформление отряда «Наш отрядный дом», конкурс стенгазет и рисунков «Лето нашей мечты») •Конкурсные программы («Алло, мы ищем таланты») •Творческие конкурсы («Лагерь это мы!», «Законы воспитанного человека») •Игровые творческие программы («А мы умеем так!») •Концерты («Звездопад»)	• Приложение6 • Приложение7

5.Трудовой модуль

Задачи	Основные Формы работы	Методические сопровождение
• Формирование трудовых навыков и их дальнейшее совершенствование, постепенное	• Бытовой самообслуживающий труд (дежурство по столовой, по отряду) • Общественно	• Приложение 8

содержания деятельности • Воспитание у детей некоторых личностных качеств: привычки к трудовому усилию, ответственности, заботливости, бережливости, готовности принять участие в труде. • Формирования положительных взаимоотношений между детьми в процессе труда	значимый труд. • Уборка прилегающей территории	
---	---	--

Трудовое воспитание есть процесс вовлечения детей в разнообразные педагогически организованные виды общественно полезного труда с целью передачи им минимума трудовых умений навыков, развития трудолюбия, других нравственных качеств, эстетического отношения к целям, процессу и результатом труда.

6.Образовательный модуль

Задачи	Основные Формы работы	Методические сопровождение
• Расширение знаний детей и подростков об окружающем мире; • Расширение знаний детей и подростков об окружающем мире;	• Поездки, экскурсии; • Посещение концертов, спектаклей;(«Челнинский драматический театр», • «Русский драматический театр «Мастеровые» и т.д.) • Беседы, лекции «Татарстан - территория развития" • Игра-вертушка «Россия - моя страна!» • Психологические	• Приложение 9

	тесты. (Кружок "Радужный мост")	
--	---------------------------------	--

7. Патриотический модуль

Задачи	Основные Формы работы	Методические сопровождение
- Воспитание школьников гражданами своей Родины, знающими и уважающими свои корни, культуру, традиции своей семьи, школы, родного края; от воспитания любви к родной школе и отчому дому к формированию гражданского самосознания, ответственности за судьбу Родины; удовлетворения потребности ребенка в реализации своих знаний и умений. - Приобщение к духовным ценностям российской истории.	- Интеллектуальный конкурс "Россия - Родина моя!" - Подвижные народные игры (Лапта, городки) - Беседы, лекции «Татарстан - территория развития» - Игра-вертушка «Россия - моя страна!» - Отрядные часы, расширяющие кругозор детей, помогающие ребенку осмыслить свое место в природе и усвоить такие ценности как "Отечество", "Семья"	Приложение 10

8. Досуговый модуль

Задачи	Основные Формы работы	Методические сопровождение
Вовлечь как можно больше ребят в	Мероприятия различной	Приложение 11

различные формы организации досуга. • Организовать деятельность творческий мастерских.	направленности • Игры • Проведение праздников, вечеров, конкурсов, и т.д. • Тематические сборы и линейки.	
---	--	--

Досуговая деятельность - это процесс активного общения, удовлетворения потребностей детей в контактах. Творческой деятельности, интеллектуального и физического развития ребенка, формирования его характера. Организация досуговой деятельности детей - один из компонентов единого процесса жизнедеятельности ребенка в период пребывания его в лагере.

Социальный модуль

Задачи	Основные формы работы	Методическое сопровождение
• Создать условия для развития личности; • Развивать мотивацию личности к познанию и творчеству; • Способствовать созданию эмоционального благополучия; • Приобщать к общечеловеческим ценностям; • Развивать интеллектуальную и духовную стороны личности ребенка; • Осуществлять профилактику и коррекцию психического и физического здоровья детей.	• Мероприятия различной направленности • Игры • Проведение праздников, вечеров, конкурсов, и т.д. • Тематические сборы и линейки.	■ Приложение 11

Организация взаимодействия летнего оздоровительного лагеря «Зелёный остров» с социумом.

1. Спортивная площадка при школе
2. Городская библиотека №2
3. Театр Калейдоскоп
4. Театр Кукол
5. ДОУ ДДТ "Огниво №16"
6. ДОУ ДДТ №15
7. ДК Энергетик
8. Туристическое агентство "Алан Тур"
9. ДДК "Бумажник"
10. ЦДТ Эврика
11. ДДН "Родник"
12. Плавательный комплекс Н2О

Условия реализации программы.

1. Нормативно-правовые условия:

- Закон «Об образовании РФ»
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.
- Всемирная Декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей 30.09.1990г.
- Устав МАОУ «СОШ №1 »
- Положение о лагере.
- Правила внутреннего распорядка лагеря.
- Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
- Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в школьном оздоровительном лагере.
- Инструкции по организации и проведению экскурсий.
- Приказы Управления образования.
- Должностные инструкции работников.
- Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра.
- Заявления от родителей.
- Правила регистрации детей при поступлении и выбытии.
- Акт приемки лагеря.
- Планы работы.

Материально-технические условия предусматривают

	Применение	Источник финансирования и материальная база	Ответственные
1	2	3	4
Кабинеты	Игровая рекреация 3 этажа, комнаты психологической разгрузки	Материальная база школы. Родительские средства на закупку канцелярских принадлежностей для творческих	Начальник лагеря, воспитатели, технический персонал
		мастерских, отрядных дел. подготовки стендов и материалов для конкурсов	
Спортивный зал	Занятия спортом, состязания, линейка (в случае плохой погоды)	Материальная база школы	физрук
Спортивная площадка	Линейка, проведение общелагерных игр на воздухе, спортивные состязания	Материальная база школы	физрук
Школьный двор	Отрядные дела, игры-путешествия	Материальная база школы	Воспитатели, администрация лагеря
Актный зал	Праздничные мероприятия и концерты, постановка спектаклей, работа детской творческой мастерской	Материальная база школы	Воспитатели, администрация лагеря

Медицинский кабинет	Медицинский контроль мероприятий лагерной смены	Материальная база школы	Медицинский работник школы
Школьная библиотека	Литература для педагогов и детей лагеря	Материальная база школы	Библиотекарь
Школьная столовая	Завтрак, обед, полдник	Городской бюджет, родительский взнос	Заведующая столовой, начальник лагеря
Методический кабинет	Творческая мастерская вожатых, воспитателей	Материальная база школы	Старший вожатый. воспитатели
Комнаты гигиены	Туалеты, места для мытья ног, сушилки для полотенец, раздевалки	Материальная база школы	Начальник лагеря, воспитатели, технический персонал

3. Кадровые условия.

В соответствии со штатным расписанием в реализации программы участвуют:

Координаторы смены:

- начальник лагеря, заместитель директора по ВР;
- педагог-психолог

Кураторы отрядов:

- воспитатели отрядов (из числа педагогов школы);
- вожатые (из числа актива школы)

4. Методические условия предусматривают:

- наличие необходимой документации, программы, плана;
- проведение инструктивно-методических сборов с педагогами додочала
- коллективные творческие дела
- творческие мастерские
- индивидуальная работа
- деловые и ролевые игры

Диагностика

Вводная диагностика	Начало смены. Выяснение пожеланий и предпочтений, первичное выяснение психологического климата в детских коллективах: • анкетирование; • беседы в отрядах; • планерки администрации лагеря, старших вожатых и воспитателей.
Пошаговая диагностика	Цветопись по результатам мероприятий и дел лагеря. Беседы на отрядных сборах.
Итоговая диагностика	Анкетирование Творческий отзыв (рисунок « Вместе мы отряд») Беседы в отрядах

- Развитие коммуникативных способностей и толерантности.
- Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально значимую деятельность.
- Приобретение новых знаний и умений в результате занятий в кружках (разучивание песен, игр, составление проектов)
- Расширение кругозора детей.
- Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.
- Личностный рост участников смены.

Ожидаемые результаты

- В ходе реализации данной программы ожидается:
- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья
- Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие
- лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.
- Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности.

Приложения:

1. Режим дня
2. Режим работы специалистов в лагере
3. План работы лагеря
4. Устав лагеря
5. Законы и правила лагеря «Зелёный остров»
6. Самоуправление в лагере
7. Наша песня
8. Примеры речевок
9. Название, девизы отрядов
10. Сценарии мероприятия



8.00-8.30 Зарядка

Музыка звучит: пора, пора!
С добрым утром, детвора,
И тотчас же по порядку
Всем ребятам на зарядку!

8.30-9.00 Линейка (Построение)

На линейку быстро стройся!

9.00-9.30 Завтрак

Всем за стол! Узнать пора,
Чем богаты повара!

9.30-12.30 Культурно-массовые мероприятия

Кто куда: кто в поход
Кто в цветник, на огород!
Загорайся и закаляйся,
В быстрой речке искупайся!
Раз пришел веселый час,
Здесь играют все у нас!

12.30-13.00 Обед

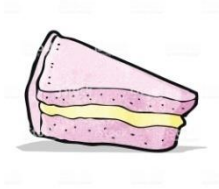
Но у всех, смешливых даже,
За столом серьезный вид.
За обедом виден сразу аппетит!

13.00-15.00 Тихий час

15.00-15.30 Полдник

15.30-17.00

А теперь всем "До свидания!"
Завтра снова мы придем!



План работы медицинского работника

Цель: соблюдение гигиенических условий пребывания, отдыха, питания, оздоровления и медицинского обслуживания детей.

Задачи: создание адекватных условий для полноценного отдыха и оздоровления детей в помещениях, соответствующих санитарно-эпидемиологическим нормам.

- Соблюдение режима
- Соблюдение норм полноценного и рационального питания детей.
- Проведение максимально возможных оздоровительных процедур и мероприятий.

Мероприятия:

- Контроль за санитарным состоянием игровых комнат и участка
- Осмотр детей (педикулез, кожные заболевания и т.д.)
- Контроль за здоровьем детей в лагере
- Контроль за организацией питания и качеством приготовления пищи
- Осуществление суточной пробы и хранение её в соответствующих условиях
- Работа с отдельными категориями детей

Для детей часто и длительно болеющих простудными заболеваниями

Цель: повышение иммунно-биологических функций организма

Мероприятия:

- Закаливающие процедуры
- Правильная организация режима дня
- Максимальное пребывание на свежем воздухе (не менее 3-х часов)
- Занятия физкультурой на свежем воздухе
- ЛФК

Для детей с ослабленным зрением

Цель: вторичная профилактика нарушений зрения

Мероприятия:

- Правильная организация режима дня с максимальным исключением зрительных нагрузок
- Максимальное пребывание на свежем воздухе
- Аутотренинг для глаз

Для детей с неврозами, ВСД

Цель: снятие утомления, психоэмоционального напряжения

Мероприятия:

- Психологическая помощь
- Рациональное питание
- Ежедневное занятие физкультурой

Для детей с нарушением осанки и плоскостопием

Цель: вторичная профилактика сколиоза и плоскостопия

Мероприятия:

- Правильная организация режима дня
- Максимальное пребывание на свежем воздухе
- Занятия физкультурой
 - ЛФК для профилактики сколиоза и плоскостопия (ходьба босиком по бревну, по песку и т.д.)



План работы инструктора по физкультуре

Цель: формирование здорового образа жизни и содействие всестороннему развитию личности детей.

Задачи:

- Развитие физических качеств и укрепление здоровья детей через физическую культуру
- Развитие интереса к организационно-спортивной деятельности
- Воспитание по установлению спортивных контактов в духе взаимопонимания, уважения и добра

Мероприятия:

- Ежедневное проведение зарядки
- Проведение спортивных занятий в отрядах по легкой атлетике, футболу, подвижным играм
- Проведение состязания по бегу на 30 м, 40 м, 60 м, 100 м за звание «Чемпион лагеря»
- Организация общелагерных спортивных мероприятий

Законы и правила лагеря

1.Закон хозяина.

«Зелёный остров» - наш дом. мы хозяева в нем. Чистота, порядок, уют и покой зависят, прежде всего, от нас.

2.Закон точности.

Время дорого у нас, берегите каждый час. Каждое дело должно начинаться и заканчиваться вовремя.

Не заставляй ждать себя и не беспокоить напрасно других.

3.Закон поднятых рук.

Наверху увидел руки - в зале тишина, ни звука.

4.Каждый в ответе за то, что с ним происходит.

Помни, что о тебе заботятся, хотят видеть в твоих поступках только хорошее.

5.Сначала подумай, потом действуй.

Не стесняйся спросить совета.

6.Верь в себя и свои силы.

Найди занятие по душе. Продемонстрируй все свои таланты и способности.

Наша песня



Где-то, ребята, шумят города

Где-то кого-то мчат поезда Ну, а мы не едем -

Дома мы живем

В лагере, ребята, время проведем.

Припев:

Вот и лето пришло опять

И некогда нам скучать

Нам надо подрасти, расти

И нет времени на глупости.

Речевки:

Спортивная речевка (из журнала «Вожатый»)

- Мы идем на стадион.
- Отряд наш будет чемпион.
- Мускулы сильные (говорят мальчики).
- А сами мы красивые (говорят девочки).
- Кто задору, солнцу рад?
- Эй, спортсмены, стройтесь в ряд!
- А команда есть?
- Есть!
- Капитаны здесь?
- Здесь!
- Выходи скорей на поле Поддержать отряд и честь!

В столовую

- Раз, два.
- Мы не ели.
- Три, четыре.
- Есть хотим!
- Открывайте шире двери,

А то повара съедим.

Поварятами закусим,

Поварешками запьем.

Ложки, вилки поломаем.

А столовую запрем.

Нас кормите, повара.

Прокричим мы вам «ура»!

Собирайся, детвора!

На обед нам всем пора.

Там оладьи с пылу, с жару,

Суп, котлетки здесь на пару!

Бери ложку, бери хлеб

И садись-ка за обед!

До чего блюда вкусны!

И съедим их быстро мы.

Что голодный хор поет,

Когда повар есть зовет?

- Дети, дети!

- Да, да, да!

- Есть хотите?

- Да-а! Да-а! Да-а!

Нам еда полезна будет,

Силы новые разбудит.

На зарядку! (журнал «Вожатый»)

- На зарядку выходи!
- На зарядку всех буди.
- Все ребята говорят:
- Физзарядка - друг ребят!
- Физкультурничек - ребенок,
- Набирайся-ка силенок!
- Физзарядка по утрам

Не во вред - на пользу нам.

Левая, правая, бегая, плавая. Вырастем смелыми,

На солнце загорелыми.

Патриотическая

- Печатаю шаг.
- Сильные руки,
- Гордые плечи,
- Солнце в ладонях,
- Солнце в глазах.
- Слышишь, товарищ,
- Пульс планеты?
- Ребята шагают
- Руки - к штурвалу,
- Помыслы - к солнцу,

Нам высота - не помеха!

Сегодня мечтаем, а завтра дерзаем

- Ребята Нового века

Названия, девизы детских отрядов

Отряд "Морячки"

Девиз:

*Друг за другом мы горой,
Таков обычай наш морской.*

Отряд "Паровозик"

Девиз:

*Катись, катись, но не споткнись!
или
Всех возьмет с собой
Паровозик озорной.*

Отряд "Неунывайка"

Девиз:

*Убедитесь вы не раз--
"Неунывайка" - это класс.*

Отряд "Лопухи"

Девиз:

*Расти, лопух, - не знай проблем,
Цвети, лопух, на зависть всем,
Кто создает нам множество проблем.*

Отряд "Чирикнутый"

Девиз:

*Наша стайка хоть мала,
Но подвижна и умна.*

Отряд "Веселые гномы"

Девиз:

*"Гномом" стал, так не пищи -
Легкой жизни не ищи.*

Отряд "Черный кот"

Девиз:

*Вперед коты!
Трубой хвосты
Не смейте обращаться
К нам на "ты".*

Отряд "Мумий тролль"

Девиз:

*Хоть ты лопни, хоть ты тресни,
"Мумий тролль" - на первом месте.*

Отряд "Бабки Ежки"

Девиз:

*Если долго мучиться,
Что-нибудь получится.
Оглянись скорей вокруг,
Нет ли дел для наших рук?*

Страна доверия

Цель игры: гармонизация межличностных отношений через создание ситуации взаимодействия в группе, выработку моделей эффективного общения в ней и способов ее конструктивного разрешения.

Категория участников: подростки 10-17 лет: В игре могут принимать участие одновременно от 25 до 75 человек, продолжительность: 1,5 -2 часа.

Описание игры. На предварительном сборе участникам дается общая установка на игру, объясняются правила. Необходимо сформировать шесть команд, для этого каждому человеку предлагается взять карточку определенного цвета, а затем все цвета объединяются в группы, которым можно дать название.

Цель команд: пройти все этапы игры, набрать как можно больше баллов. Та команда, которая сделает это быстрее, дружнее и качественнее становится победителем. Затем командам выдаются маршрутные листы, в которых указан порядок прохождения станций, и выставляются оценки. Станции должны находиться на достаточно отдаленном расстоянии.

На каждом этапе команды находятся 15-20 минут, время перехода не обозначается. На станциях ребята выполняют задания ведущего. Ведущий станции оценивает активность команды, ее сплоченность, конструктивность разрешения ситуации, правильность ответов по пятибалльной системе. Также могут даваться штрафные баллы за отставание некоторых участников от команды и неорганизованность, конфликтность в группе, нарушение правил выполнения задания. Штрафные баллы составляют разность оценочным при подсчете общего результата каждой команды. После прохождения всех станций командой подсчитываются баллы, победители награждаются грамотами и памятным призами.

Необходимые материалы: маршрутные листы, в которых указан порядок прохождения командами станций; таблички с названиями станций: «Ритмометр», «Кочки», «Монстры», «Преграда», «Трансформер», «Поводырь». «Скала»; 3 листа плотного картона; 2 веревки (2 м и 4 м); мел для асфальта; скотч; ножницы; призы и грамоты победителям.

Станция «Ритмометр»

Цель: отработка навыков скоординированности действий команды.

Форма проведения: Предварительно ведущий на асфальте чертит классики, в виде своеобразной лесенки. Участникам команды под счет ведущего предстоит проскакать эти классики, держась друг за друга, в виде цепочки, разрывать цепочку нельзя.

Станция «Трансформер»

Цель: развитие навыков невербального общения, эмпатии, межгруппового взаимодействия.

Форма проведения: ведущий предлагает участникам команды встать в круг и взять в руки веревку. Далее участникам команды предлагается без слов, из веревки сделать определенные геометрические фигуры (круг, квадрат, прямоугольник, ромб и т. д.).

Станция «Поводырь»

Цель: сформировать доверие к членам группы на телесном уровне, отработать навыки согласованности действий.

Форма проведения: участникам команды предлагается встать в колонну, друг за другом, закрыть глаза всем, кроме стоящего впереди колонны. Держась друг за друга, колонна должна передвигаться, преодолевая препятствия (огИБая деревья, преодолевая барьеры и т. п.)

Станция «Кочки»

Цель: сформировать установки взаимосотрудничества, отработать навыки согласованности действий.

Форма проведения: На асфальте нарисованы две линии на расстоянии 5 м друг от друга. Расстояние между ними - это река. Задача команды - переправить всех участников на другой берег. Передвигаться можно только по трем кочкам. Дополнительные условия: на территории «реки» стоять можно только на «кочке»; «кочку» можно передвигать только рукой, при этом опираться на землю другой рукой нельзя. Оцениваются точность и скорость переправы на другой берег, оригинальность найденного способа, а также дружность команды, способность конструктивно подходить к принятию общего решения, согласованность действий.

Станция «Монстры»

Цель: развитие чувства принадлежности к группе на уровне телесного контакта. Для успешного выполнения этого упражнения требуется проявить навыки сотрудничества в группе, конструктивное взаимодействие, согласованность действий.

Форма проведения: Команде предлагается пройти 25-30 метров таким образом, чтобы земли касалось только определенное количество ног. Это число рассчитывается по формуле: $N = n - 3$, где N - число ног, которые могут касаться земли, n - число людей в данной команде. Например, если в команде 10 человек, то им нужно пройти дистанцию на 7 ногах. При этом команда сама выбирает, каким способом она будет это делать. Оценивается дружность группы, согласованность ее действий, оригинальность в принятии решения.

Станция «Преграда»

Цель: развитие межгруппового единства, навыков работы в группе, умения принимать коллективное решение; сплочение команды.

Форма проведения: Ведущий натягивает веревку (необходимы два столба, дерева) на уровне талии участников команды. Команде нужно пройти под веревкой, не задев ее; нельзя касаться земли руками. На втором этапе задание усложняется - веревка опускается вниз до уровня колен участников. Все участники команды могут помогать друг другу.

Станция «Скала»

Цель: данное упражнение развивает навыки поддержки в группе; сплочение команды.

Форма проведения: Участникам предлагается встать на бревно или скамью, взявшись под руки. Крайний участник должен переправиться на другой конец цепи с помощью остальных участников скалы (при этом они могут помогать только поддерживанием). Падение со скамьи несет команде штрафные баллы. Таким

образом, на другой конец цепи постепенно должны переправиться все участники команды.

Ожидаемый профилактический эффект игры заключается в выработке навыков сотрудничества, согласованности действий, невербального общения, эмпатии, межгруппового взаимодействия, конструктивного разрешения спорных ситуаций, что позволяет гармонизировать межличностные отношения в группе и в конечном итоге, является фактором защиты личности каждого подростка.

Подводя итоги, стоит отметить, что представленные выше подходы к профилактической деятельности построены на понимании того факта, что асоциальные формы поведения чаще всего возникают у личностей, имеющих трудности в совладении со стрессом, противостоянии групповому давлению, низкими коммуникативными способностями, слабо развитыми навыками принятия решений и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций. Задача специалистов, работающих в области профилактики, на наш взгляд, состоит в том, чтобы помочь подросткам и молодым людям справиться с внешними и внутренними конфликтами, путем актуализации и специалистами разнообразных методов социально-психологической работы, соответствующей возрастным и личностным особенностям молодых людей. В данном параграфе были представлены такие формы групповой работы как психологический тренинг и маршрутная игра. Данные формы работы отличаются эмоциональностью, активным взаимодействием участников между собой и § соответствуют возрастным особенностям подростков.

Захват территории

Участники игры. В игре принимает участие весь лагерь! Весь лагерь делится на две большие разновозрастные команды. Делиться надо таким образом, чтобы в каждой команде были как маленькие (от 6 лет), так и взрослые (до 16 лет) дети. Задача команд, взявшись за руки, окружить как можно больше лагерных построек.

Правила игры. До начала игры следует составить список объектов, подлежащих захвату и присвоить каждому их них коэффициент сложности. Лучше капитану каждой команды выдать такой список.

Командам присваиваются определенные цвета, например, синий и красный. В каждой команде выбирается капитан, как правило, вожатый. Капитану команды выдаются звездочки, сделанные из цветного картона или бумаги цвета его команды (диаметром 5- 10 сантиметров). Количество звездочек должно примерно равняться числу построек в лагере.

В начале игры все команды собираются на линейке. По команде ведущего игроки под руководством капитанов разбегаются по лагерю. Рекомендуется, по возможности, к каждому объекту поставить взрослого наблюдателя, который будет смотреть над точностью захвата.

Когда кольцо детей смыкается вокруг какой-нибудь постройки, капитан команды вешает на эту постройку звездочку. При этом данная постройка считается захваченной. Захваченные постройки не могут быть захвачены другой командой.

Особенно азартными бывают моменты игры, когда одна команда пытается окружить какую-нибудь постройку, а в это время другая команда окружает ту же постройку более широким кольцом. Кто же сделает это первым? После каждого удачного «захвата» команде следует отправить гонца в главный штаб со сведениями о захваченных постройках.

Игра длится до истечения установленного времени, которое зависит от размеров и численности лагеря. Каждой постройке в лагере присваивается определенный коэффициент, пропорциональный ее площади. Побеждает команда, набравшая большее количество очков (сумма захваченных построек, умноженных на их коэффициенты).

Ход игры и сообщения о захвате построек можно в реальном времени транслировать по лагерной радиосети.

«Ведьмочки»

Цель: Формирование опыта творческого общения, развитие у учащихся умения понимать и ценить личность человека.

Форма проведения: КВН

Б.Я - Баба Яга

Под мелодию выбегает Баба Яга.

Б.Я. Мисс Мошкова есть, бюст, нога,

Ну. а где же «Мисс Яга»?

Все решено!

Красных девиц соберу,

Суперконкурс проведу! (*Свистит, кружится*)

Эни-бени комине,

Все волшебницы ко мне! (*выходят, все участницы на сцену*)

Б.Я. (Разглядывает их)

Тьфу, тьфу, тьфу, глазам не верю.

Что за прелесть, лепота.

Как подходит этим феям

Звание «Мисс ведьма».

Вы порадуите старушку

И постройте мне избушку.

Посмотрю, кто чего стоит

Кто быстрее избу строит.

Будут вам бревна, окна, крыша и нога.

Победит достойная!

Вам не просто победить -

Во всем артистом надо быть!

Первый конкурс. «Представление».

Ну. красавицы, в путь смелей.

Нужна реклама без сомненья.

В раскрутке имиджа всем нам,

У нас встречаются по одежке.

И, по словам, и по делам.

Итак: Кто самая оригинальная Яга, той первый приз - Куриная нога!

Б.Я. Сколько же сложено баек

Было про нас. небылиц.

Аукцион «В мире сказок»

Я проведу для девиц.

Кто про меня больше вспомнит сказок,

Тому за победу бревно дам в подарок.

Б.Я. Темной ночью в лес ходила.

Травы рвала и сушила

«Снадобья» вам варила.

Кто правильно определит
Из чего снадобье сварено
Тот в подарок бревнышко возьмет.
(*вручаются бревна*)

Б.Я. Применив искусство колдованья
Нужно придумать
Магическое заклинанье.
Пусть фантазия поможет вам:
Всего лишь десять слов должно быть там.
(*заклинание 2 мин.*)

Б.Я. Ну что ж. переходим к перестрелке нечистой силы
(*по 5 человек от команды*).

- 1) Кем ты станешь в 20 лет (двадцатилетним человеком)?
- 2) Каким гребнем не расчешешь волосы (петушиным)
- 3) Что нужно сделать, встретив во сне тигра (проснуться)
- 4) Где всегда можно найти червей (в карточной колоде)
- 5) Кто не задает вопросов, но всегда требует ответа (телефонный звонок)
- 6) Что можно приготовить, но нельзя съесть (уроки)
- 7) Если яйцо плывет по Волге, то откуда оно начало путь (из курицы)
- 8) Какой малыш рождается с усами (котенок)
- 9) До какого места заяц бежит в лес (до середины, а от середины из леса)
- 10) Название какой реки у тебя во рту (Десна)
- 11) В каком городе нельзя стрелять (Бухарест)
- 12) Назовите имя первой женщины летчика (Баба Яга).

Б.Я. Эй веселые девчонки
Выходите петь частушки
Костяной ногой топнем.
И в ладоши громко хлопнем,
Заведем мы этот зал, чтобы каждый нас узнал!

Сочиняют частушки вместе с залом - Крик Яги

Б.Я. Ох и трудно быть Бабой Ягой.
Даже приходится порой
Чтоб людишек напугать.
Кричать, свистеть и хохотать.

Конкурс среди зрителей, три команды.

Б.Я. Юбка-юбочка моя,
Модная, любимая.
Равных моей юбке нет -
Ей всего лишь 300 лет.

Кто на юбочку заплатку
Аккуратненько пришьет.
Той портнихе-мастерице
Знатный приз перепадет.

***Конкурс «Заплата на юбку Бабы Яги» - кто быстрее и оригинальнее
выполнит заплатку.***

Б.Я. Обожаю дискотеку.
Хоть живу уже три века -
Танго, степ или гопак
Я танцую только так.
Эй, метла, позвольте вас
Пригласить на этот вальс.

Танец с метлой

Б.Я. Приглашаю все команды на сцену.
Мы на славу порезвились.
На фантазию не скупилась.
Вот построена изба.
Будет жить в ней Мисс ведьма.
Главный приз - вот эта штука.
Называют ее ступа.

Вручается ступа команде победительнице.

Б.Я. Ой, подружки вы шальные,
Вице Мисс все остальные!
Все девчонки - молодцы!
Вам подарок - леденцы.
Званьем можете гордиться -
В жизни все вам пригодится.
Эни, бени. кабинет
Всех с праздником я поздравляю.
Исчезаю, исчезаю, меня уже нет.

Праздник завершается общей песней команд.