

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны
«Детский физкультурно-оздоровительный центр «Дельфин №8»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУДО «ДФОЦ «Дельфин № 8»



Цыганов И.В.

**Программа профильной смены
для организации отдыха детей
и их оздоровлению
«ЗВЕЗДОЧКИ ДЗЮДО»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации: краткосрочная (18 дней)

Автор-составитель:
Пашаева Анна Айдиновна,
педагог дополнительного образования

г. Набережные Челны, 2026 г.

Содержание

1.	Информационная карта программы.....	3
2.	Нормативно-правовое обеспечение	4
3.	Пояснительная записка.....	6
4.	Концепция программы.....	7
5.	Содержание и формы реализации программы.....	9
6.	Условия для реализации программы.....	13
7.	Мониторинг эффективности программы.....	13

Информационная карта программы

1	Полное название программы	Краткосрочная программа профильной смены «Академия борьбы».
2	Название проводящей организации, адрес, контактные данные (телефон, факс, электронная почта)	Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования города Набережные Челны «Детский физкультурно-оздоровительный центр «Дельфин № 8» 423838, Республика Татарстан, город Набережные Челны, бульвар Автомобилестроителей, дом 7 (8552)59-98-53, kdufp8_chelny@mail.ru
2	Руководитель программы	Цыганов Игорь Васильевич, директор МАУДО «ДФОЦ «Дельфин №8».
3	Ответственный за реализацию программы	Пашаева Анна Айдиновна, педагог дополнительного образования по дзюдо.
4	Цель программы	Создание условий для развития и самореализации детей и подростков, формирование позитивных жизненных ценностей, воспитание высоконравственной, гармонично развитой и социально ответственной личности.
5	Направленность программы	Физкультурно-спортивная.
6	Официальный язык, используемый в реализации программы	Русский.
7	Тип лагеря (форма организации)	Профильная смена.
8	Количество участников программы	15 человек.
9	География участников программы	Обучающиеся МАУДО «ДФОЦ «Дельфин №8».
10	Место реализации программы	ЗАО «Санаторий Радуга».
11	Сроки реализации программы	4 смена: с 27 июля по 13 августа 2026 года.
12	Краткое содержание программы	Программа лагеря обеспечивает непрерывный учебный и воспитательный процесс в летний период. Программа содержит в себе теоретические занятия основ спортивной тренировки, по основам безопасности жизнедеятельности, медицинской подготовке. Запланированы практические занятия по ОФП и СФП, технико-тактические действия, спортивные игры и состязания. Досуговая деятельность представлена творческими и интеллектуально - познавательными событиями.
13	Ресурсное обеспечение	Кадровое обеспечение: педагог МАУДО «ДФОЦ «Дельфин №8» с высшим педагогическим образованием. Информационные ресурсы: группы ВК, МАХ. Материально-техническое обеспечение: ЗАО «Санаторий Радуга».
14	История осуществления программы и анализ предыдущего опыта	Программа лагеря реализуется на протяжении 3 лет. На текущий учебный год программа скорректирована с учетом актуальных нормативно-правовых документов в области образования и организации детского отдыха.
15	Размещение программы на сайте организации	https://edu.tatar.ru/n_chelny/page1579.htm/page5816605.htm

Нормативно-правовое обеспечение

Данная программа разработана в соответствии с основными нормативными и программными документами в области образования Российской Федерации Республики Татарстан и уровня муниципального образования город Набережные Челны:

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Конституция Российской Федерации.
3. Трудовой Кодекс Российской Федерации № 197-ФЗ от 30 декабря 2001 г.; введен в действие с 01.02.2002 года.
4. Федеральный закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 11.08.2025 г.).
5. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
6. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
7. Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
8. Указ Президента РФ от 07 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации (с изм. 24.05.2024 г.).
10. Распоряжение Правительства РФ от 01 июля 2024 г. № 1734-р «Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2024-2026 г.г. Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
11. Национальный проект «Молодежь и дети», разработанный Правительством Российской Федерации по Указу Президента РФ от 07 мая 2024 г. № 309.
12. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
13. Закон Республики Татарстан от 22 июля 2013 № 68-ЗРТ «Об образовании».

14. Приказ Министерства образования и науки Республики Татарстан от 09 декабря 2025 г. № под-2018/25 «Об организации отдыха детей в 2026 году» (с изменениями от 18.02.2026 г. № под-283/26).

15. Постановление Кабинета Министров Республики Татарстан от 22 сентября 2025 г. № 725 «Об утверждении нормативных затрат на предоставление государственной услуги по организации отдыха детей и молодежи в Республике Татарстан на 2026 год и плановый 2027 и 2028 годов».

16. Постановление Кабинета Министров Республики Татарстан от 29 апреля 2020 г. № 346 «Об организации отдыха и оздоровления детей и молодежи».

17. Постановление Исполнительного комитета муниципального образования город Набережные Челны от 01 ноября 2025 г. «Об организации отдыха, оздоровления, занятости детей и молодежи в 2026 году».

18. Приказ МАУДО «ДФОЦ «Дельфин №8» от 01 июня 2026 г. № 67 «Об организации летнего труда и отдыха».

19. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.

20. Правила пожарной безопасности в РФ (ППБ 01-03). Введены в действие приказом Министерства РФ по делам Гражданской обороны, Чрезвычайных ситуаций и ликвидации стихийных бедствий от 18 июня 2003 г. № 313.

11. Порядок и условия привлечения педагогических и других работников для работы в оздоровительных лагерях, летних оздоровительных дошкольных учреждениях, по проведению туристских походов, экспедиций, экскурсий и оплаты их труда. Приложение 1 к приказу Минобразования РФ от 29 марта 1993 г. № 113.

12. Об отпусках работников образовательных учреждений и педагогических работников других учреждений, предприятий и организаций. Постановление Правительства РФ от 1 октября 2002 г. № 724.

14. Устройство, содержание и организация режима детских оздоровительных лагерей. Санитарно-гигиенические правила и нормы.

Пояснительная записка

В последние десятилетия большую актуальность приобретает проблема физического и духовного воспитания детей и молодежи. ДФОЦ «Дельфин №8», являясь учреждением дополнительного образования, призван способствовать формированию здорового образа жизни, развитию физических и личностных качеств обучающихся, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям. Привитие любви и устойчивого интереса к дальнейшим занятиям в избранном виде спорта.

Лагерь – интересная форма организации отдыха, очень любимая детьми. Он позволяет им самоутвердиться и за короткий срок получить колоссальный заряд бодрости, здоровья, энергии и набраться жизненного опыта. Одним из важных условий, способствующих росту спортивного мастерства, является непрерывность тренировочного процесса, который может быть обеспечен пребыванием детей в загородных профильных лагерях.

Профильная смена «Звездочки дзюдо» направлена на формирование здоровой и разносторонне развитой личности через спортивно-тренировочную, коллективно-творческую и познавательную деятельность.

Направленность программы: физкультурно-спортивная, включающая различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей.

При занятиях дзюдо создаются условия для формирования таких качеств, как активная гражданская позиция, взаимопомощь, коллективизм. Во время проведения лагеря основы спортивной тренировки становятся образом жизни, способствуют самосовершенствованию, познанию и творчеству, развитию общих физических качеств, морально-волевых качеств, необходимых в борьбе. Учебно-тренировочные занятия в условиях лагеря включают в себя 2-х разовые тренировочные занятия на открытом воздухе, в лесу, на воде, спортивные и подвижные игры, носящие соревновательный характер.

Актуальность программы в том, что она отвечает современным вызовам общества, запросам со стороны детей и их родителей и способствует решению таких вопросов:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- личностное развитие, самоопределение и профессиональная ориентация обучающихся;
- воспитание духовно-нравственной, гражданско-патриотической и социальной ответственной личности;
- выявление, развитие и поддержка творческих способностей и коммуникативных навыков.

Концепция программы

Цель: Создание условий для развития и самореализации обучающихся, формирование позитивных жизненных ценностей, воспитание высоконравственной, гармонично развитой и социально ответственной личности в условиях профильной смены.

Задачи:

Образовательные:

- совершенствование знаний, умений и навыков в области дзюдо;
- обеспечение непрерывного учебно-тренировочного процесса в летний период.

Воспитательные:

- воспитание интереса к занятиям спортом с целью собственного развития и совершенствования;
- формирование нравственно-этических качеств: целеустремленности, настойчивости, ответственности, уверенности в себе и своих силах, самообладания;
- формирование целостного мировоззрения, осознанного, уважительного доброжелательного отношения к другому человеку;
- формирование навыков культуры общения и поведения в социуме.

Развивающие:

- развитие личности ребенка, способного к самовыражению через овладение основами дзюдо;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, формирование общей культуры;
- повышение спортивного мастерства;
- развитие социальной активности, ответственности, нетерпимости к нарушителям норм общественной морали.

Адресат программы.

Участниками лагеря становятся учащиеся МАУДО «ДФОЦ «Дельфин №8»» на основе собеседования. Возраст участников от 9 до 14 лет.

Основные принципы реализации программы

Методологической основой Программы воспитания являются антропологический, культурно-исторический и системно-деятельностный подходы.

Деятельность в детском лагере основывается на основных принципах:

- **принцип гуманистической направленности:** каждый ребенок имеет право на признание его как человеческой личности, уважение его достоинства, защиту его человеческих прав, свободное развитие;

➤ **принцип ценностного единства и совместности:** единство ценностей и смыслов воспитания, разделяемых всеми участниками образовательных отношений, содействие, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение;

➤ **принцип культуросообразности:** воспитание основывается на культуре и традициях России, включая культурные особенности региона;

➤ **принцип следования нравственному примеру:** пример как метод воспитания позволяет расширить нравственный опыт ребенка, побудить его к открытому внутреннему диалогу, пробудить в нем нравственную рефлексию, обеспечить возможность выбора при построении собственной системы ценностных отношений, продемонстрировать ребенку реальную возможность следования идеалу в жизни;

➤ **принцип безопасной жизнедеятельности:** защищенность важных интересов личности от внутренних и внешних угроз, воспитание через призму безопасности и безопасного поведения;

➤ **принцип совместной деятельности ребенка и взрослого:** значимость совместной деятельности взрослого и ребенка на основе приобщения к культурным ценностям и их освоения;

➤ **принцип инклюзивности:** организация воспитательного процесса, при котором все дети, независимо от их физических, психических, интеллектуальных, культурно-этнических, языковых и иных особенностей, включены в общую систему образования.

Данные принципы реализуются в укладе детского лагеря, включающем воспитывающие среды, общности, культурные практики, совместную деятельность и события

Планируемые результаты программы:

- привлечение учащихся к постоянным занятиям дзюдо;
- повышение уровня физических качеств, необходимых в спорте;
- повышение спортивных результатов в будущем спортивном сезоне;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- формирование навыков дисциплины и норм поведения;
- формирование опыта жизнедеятельности личности;
- формирование позитивных жизненных ценностей;
- воспитание высоконравственной, гармонично развитой и социально ответственной личности;
- формирование навыков культуры общения и поведения в социуме.

Содержание программы

Лагерь по своему возрастному составу неоднороден, поэтому досуговая программа должна работать в ключе единой семьи. Культурно-массовая программа реализуется через общелагерные мероприятия и организацию досуга внутри групп. Организуется педагогом-организатором и проводится руководителем группы, а также при помощи всего персонала лагеря. Общелагерные мероприятия проводятся в течение всей смены, в специально отведенное время.

Этапы реализации программы

I этап – подготовительный (3 месяца):

- издание приказа по центру об организации летнего отдыха детей;
- отбор кадров для работы в летнем профильном лагере;
- встречи и собеседования с родителями детей-кандидатов в лагерь;
- проведение родительских собраний;
- проведение инструктажей с педагогами по ТБ и охране здоровья детей;
- разработка программы деятельности летнего профильного лагеря;
- подготовка методического материала;
- составление необходимой документации для деятельности лагеря.

II этап – организационный (период адаптации -1-2 день):

- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря;
- инструктаж по ППБ, ТБ и охране здоровья детей;
- заезд в лагерь и знакомство с окружением.

III этап – основной (реализация программы - 3-16 дни):

- проведение мероприятий по плану летнего профильного лагеря;
- выполнение учебно-тематического плана.

IV этап – заключительный (аналитический – 17-18 дни):

- составление фото, видеоотчетов о работе;
- подведение и анализ итогов профильной смены.

Учебно-тематический план программы

№	Наименование темы	Кол-во часов	Форма проведения
	I теория	3	
1.	История дзюдо	1	
2.	Гигиена спортсмена	1	Лекция
3.	Первая врачебная помощь		
4.	Просмотр видеофильмов. Анализ технико-тактических действий	1	Беседа
	II Практика		

1.	Общефизическая подготовка: - кроссовая подготовка; - бег на короткие дистанции; - силовые упражнения в парах; - упражнения с отягощениями; - плавание; - акробатика; - спортивные игры; - подвижные игры, эстафеты	38	Дневное тренировочное занятие Вечернее тренировочное занятие Утренняя зарядка
2.	Специальная физическая подготовка: - имитационные упражнения - упражнения для укрепления моста; - силовые упражнения в парах	19	Утренняя зарядка Дневная тренировка Вечерние тренировочные занятия
3.	Технико-тактические действия	12	Ковер. Утренние и вечерние тренировочные занятия
4.	Соревнования: - футбол; - волейбол; - регби; - «Веселые старты»; - шахматы; - шашки; - силовое троеборье.	18	Матчевые встречи Товарищеская встреча Первенство группы
Итого: 90 часов			

План проведения смены:

1 день:

- заезд, ознакомление с лагерем;
- вечерняя тренировка;
- вечер знакомств.

2 день:

- два тренировочных занятия;
- подготовка к смотру отрядов;
- открытие смены

3 день:

- два тренировочных занятия;
- соревнования по футболу;
- лекция: «Врачебный контроль», «Гигиена»;
- дискотека.

4 день:

- два тренировочных занятия;
- беседа: «Гимн России», «Государственная символика»;
- творческий конкурс.

5 день:

- два тренировочных занятия;
- соревнования по волейболу;

- игра «Карта сокровищ»;
- дискотека.

6 день:

- два тренировочных занятия;
- восстановительные мероприятия;
- творческий конкурс.

7 день:

- одно тренировочное занятие;
- соревнования по шахматам;
- конкурс видеоклипов.

8 день:

- два тренировочных занятия;
- конкурс «Интеллектуальная игра»;
- «Веселые старты»;
- «Прикольная дискотека».

9 день:

- два тренировочных занятия;
- соревнования по силовому троеборью;
- конкурс вредных советов «Если хочешь быть здоров».

10 день:

- два тренировочных занятия;
- соревнования по шашкам;
- Акция: «Жизни – да! Наркотикам – нет!»
- дискотека.

11 день:

- два тренировочных занятия;
- соревнования;
- интеллектуальные игры и конкурсы.

12 день:

- одно тренировочное занятие;
- восстановительные мероприятия;
- конкурс на самого «полезного человека» в лагере;
- дискотека.

13 день:

- соревнования по волейболу;
- просмотр видеоматериалов по избранным видам спорта;
- подготовка ко дню «Нептуна»;

14 день:

- два тренировочных занятия;

- «День Нептуна»!

15 день:

- два тренировочных занятия;
- соревнования по регби, футболу, пионерболу;
- творческий конкурс.

16 день:

- два тренировочных занятия;
- подготовка к празднику «Закрытия смены»
- творческие конкурсы на командообразование;
- дискотека.

17 день:

- два тренировочных занятия;
- соревнования по футболу.
- праздник «Закрытия смены»

18 день:

- одно тренировочное занятие;
- выезд.

Примерный распорядок дня

7.30 – 7.40	Подъем
7.45 - 8.05	Зарядка, спортивная аэробика
8.10 – 8.30	Утренний туалет, уборка
8.30 – 9.00	Завтрак
9.00 – 9.15	Линейка
9.15 – 9.30	Подготовка к занятиям. Уборка закрепленной территории
9.30 - 10.50	Мастер-классы
10.50 – 13.00	Отрядные дела
13.00 - 13.30	Обед
13.30 -14.00	Подготовка к тихому часу
14.00 – 15.30	Тихий час (отдых)
15.30 – 16.00	Личное время участника смены
16.00 – 16.30	Полдник
16.30 -19.00	Тематическая программа
19.00 – 19.30	Ужин
20.00 – 21.30	Участие в коллективно-творческих делах
20.00 – 21.30	Дискотека
21.30 – 22.00	Подведение итогов. Подготовка ко сну и отбой.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Мероприятия проходят на территории и в помещениях, соответствующих требованиям техники безопасности, СанПиН на базе ЗАО «Санаторий Радуга». Соблюдается питьевой и температурный режим. Имеется необходимое оборудование и спортивный инвентарь:

- компьютерное обеспечение;
- видеоаппаратура, аудиоаппаратура, звуковая аппаратура;
- проектор, экран;
- фотоаппарат;
- аудитории для проведения занятий и мастер-классов;
- оборудованные спортивные площадки и спортивный инвентарь;
- концертная эстрада;
- канцелярские принадлежности;
- призовой фонд (грамоты, дипломы, сувениры);
- спортивное оборудование.

Кадровое обеспечение программы

Программу реализует педагог, имеющий необходимую квалификацию для реализации задач, который назначается директором ДФОЦ «Дельфин № 8». Педагог ведет набор детей и подростков, а также работу с родителями (законными представителями) по собеседованию и набору детей.

Обслуживающий персонал предоставляется администрацией детского оздоровительного лагеря, на базе которого проводится смена.

Реализация содержательной части программы осуществляется непосредственно педагогом дополнительного образования МАУДО «ДФОЦ «Дельфин №8» и коллективом ЗАО «Санаторий Радуга».

Информационное обеспечение программы

Информация о ходе реализации программы летнего загородного лагеря публикуется на официальной странице учреждения и на сайте.

Мониторинг отслеживания эффективности деятельности

Для того чтобы программа заработала, нужно создать такие условия, чтобы каждый участник процесса (взрослые и дети) нашел свое место, с удовольствием относился к обязанностям и поручениям, также с радостью участвовал в предложенных мероприятиях. Для выполнения этих условий разработаны следующие критерии эффективности:

- постановка реальных целей и планирование результатов программы;
- заинтересованность педагогов и детей в реализации программы, благоприятный психологический климат;

- удовлетворенность детей и взрослых предложенными формами работы;
- творческое сотрудничество взрослых и детей.

Критерии эффективности программы

Задача	Критерии	Способы отслеживания
1. Формирование благоприятной психологической среды общения со сверстниками, социализации; развитие коммуникативных навыков поведения в коллективе.	Адаптированность ребенка в коллективе; положительный эмоциональный микроклимат коллектива.	Педагогическое наблюдение, индивидуальные беседы педагога с детьми, анкетирование.
2. Развитие творческих способностей детей, включение в различные виды индивидуальной и коллективной деятельности.	Степень вовлеченности детей в творческую деятельность; активность детей в творческих делах лагеря.	Педагогическое наблюдение, индивидуальные беседы педагога с детьми, анкетирование, отслеживание расширения их кругозора; количество детей, участвующих в коллективных делах.
3. Привитие навыков здорового образа жизни, организация физической активности детей.	Отсутствие у детей вредных привычек.	Наблюдение педагога, анкетирование, количество участников спортивных и творческих мероприятий.