

**Календарный план воспитательной работы**  
**3 смены 2026 года «Спорт будущего: фиджитал и новые тренды»**  
**ДОЛ «Алмаш»**

Условные обозначения:

Мл – младший возраст (7-10 лет)

Ср – средний возраст (11-14 лет)

Ст – старший возраст (15-17 лет)

Период времени:

УТРО: после завтрака до обеда

ДЕНЬ: после полдника до ужина

ВЕЧЕР: после ужина до отбоя

Время проведения	Наименование мероприятия, уровень проведения (общелагерный, отрядный, групповой)	Описание мероприятия
<b>Организационный этап</b>		
<b>День памяти и скорби 1 день, 22.06.2026 (понедельник)</b>		
УТРО	Знакомство с территорией и правилами лагеря, отрядный (Мл, Ср, Ст)	Экскурсия по лагерю. Ребята узнают расположение ключевых объектов, знакомятся с персоналом
	Инструктаж по ТБ, отрядный (Мл, Ср, Ст)	Беседа о правилах безопасности. Подписание журналов по ТБ
ДЕНЬ	Тренировка по ОФП, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Массовая разминка-флешмоб с чемпионами (приглашенные гости или старшие спортсмены).
	Тимбилдинг «Сборка команды», отрядный (Мл, Ср, Ст)	Игры на сплочение внутри отрядов. Формирование командного духа, выбор названий отрядов, девизов, капитанов. Обсуждение целей на смену
ВЕЧЕР	Церемония открытия смены, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Торжественный парад участников в спортивной форме
	Кинолекторий «Страницы памяти»	Просмотр и обсуждение художественного фильма о Великой Отечественной Войне
<b>2 день, 23.06.2026 (вторник)</b>		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Беседа «Антитеррор», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Встреча со специалистом по безопасности. Отработка алгоритмов действий при ЧС, развитие бдительности и навыков распознавания угроз
ДЕНЬ	Самопрезентация отрядов, отрядный (Мл, Ср, Ст)	Каждый отряд представляет педагогу-организатору самопрезентацию. Это способствует

		знакомству с отрядными ценностями, сплочению коллектива и развитию творческих способностей
	Веселые старты, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Участники соревнуются в команде, развивая лидерские качества и укрепляя коллективизм. Атмосфера праздника способствует укреплению спортивной мотивации и сплоченности коллектива
ВЕЧЕР	Семинар: «Новые виды спорта. Что такое фиджитал-спорт?», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Мультимедийная лекция о слиянии физической активности и цифровых технологий. Знакомство с правилами предстоящих фиджитал-турниров
<b>Международный день вожатого 3 день, 24.06.2026 (среда)</b>		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Сбор капитанов отряда, групповой (Мл, Ср, Ст)	Обсуждение важных вопросов жизни лагеря, оперативное решение проблем с учетом мнения ребят.
ДЕНЬ	Тренировка по ОФП, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Круговая тренировка на развитие силовых качеств. Использование игровых методов (эстафеты с отягощениями) для младших групп
	Шоу-игра «Интуиция», посвященная Международному дню вожатого	На сцене собирается команда воспитателей и команда детей. Детям нужно угадать необычные факты из жизни воспитателей (кто прыгал с парашютом, кто боится пауков, у кого какая детская мечта). Завешается торжественной церемонией награждения воспитателей. Дети заранее придумывают шуточные и приятные номинации для каждого наставника
ВЕЧЕР	Мероприятие, посвященное 60-летию Нижнекамска «#НК60: Спортивный заряд!» Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Мероприятие представляет собой праздничный вечер, посвященный 60-летию Нижнекамска и его спортивным достижениям. Оно включает в себя рассказ о самых известных спортсменах города, их победах и вкладе в развитие спорта, а также интерактивную викторину, посвященную истории Нижнекамска и его спортивной жизни

<b>Основной этап</b>		
4 день, 25.06.2026 (четверг)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Профилактическая беседа с сотрудниками Пожарной части, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Обучение детей правилам пожарной безопасности в быту и на природе. Отработка алгоритма действий при обнаружении возгорания и навыков безопасной эвакуации.
ДЕНЬ	Турнир по настольным играм, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Интеллектуальный блок: шахматы, шашки, домино. Развитие стратегического мышления и усидчивости.
ВЕЧЕР	Спортивная викторина «Про-Спорт», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Квиз на знание олимпийского движения, великих атлетов и правил современных фиджитал-дисциплин. Командный зачет
5 день, 26.06.2026 (пятница)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
ДЕНЬ	Фестиваль спортивных субкультур, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Презентации и мастер-классы по направлениям: воркаут, брейк-данс, фрисби, паркур и др. Знакомство с историей возникновения и базовым элементам
ВЕЧЕР	Вечер «Роботы и спорт», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Лекция-презентация о роли робототехники и ИИ в современном спорте (датчики, системы аналитики). Показ видеоматериалов с соревнований роботов.
<b>День молодежи 6 день, 27.06.2026 (суббота)</b>		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
ДЕНЬ	Турнир по футболу, настольному теннису, волейболу, стритболу «Большая игра: День молодежи», групповой (Мл, Ср, Ст)	Спортивные соревнования для развития командного духа, физической активности и дружеского соперничества
ВЕЧЕР	Интерактивная игра «Чистый спорт – честный результат», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Образовательный квест о вреде допинга и важности соблюдения спортивной этики

7 день, 28.06.2026 (воскресенье)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Встречи с родителями, отрядный (Мл, Ср)	Прием посетителей на территории лагеря. Организация свободного времени детей с семьями в специально отведенных зонах
	Сбор капитанов отряда, групповой (Мл, Ср, Ст)	На встречах капитанов отрядов обсуждаются важные вопросы, касающиеся жизни лагеря и отдельных коллективов, что позволяет оперативно решать возникающие проблемы и учитывать мнение ребят при принятии решений
ДЕНЬ	Тренировка по ОФП (восстановительная), общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Легкий кросс, упражнения на растяжку и гибкость.
ВЕЧЕР	Вечер рекордов Гиннеса (лагерный формат), общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Соревнования в необычных дисциплинах: самое долгое удержание планки, прыжки на скакалке и т.д. Фиксация лучших результатов в «Книгу рекордов смены»
8 день, 29.06.2026 (понедельник)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Акция «Чистый лагерь», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Экологический десант по поддержанию чистоты и порядка. Воспитание ответственности и бережного отношения к окружающей среде
ДЕНЬ	Тестирование ГТО: испытания на силу и гибкость: подтягивания, отжимания, наклоны. Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Проведение тестирования. Работа интерактивной зоны для съемки контента «Как я сдаю нормативы» для социальных сетей лагеря
ВЕЧЕР	Просмотр художественного фильма о великих победах. Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Киносеанс мотивационной ленты с последующим обсуждением в отрядах. Анализ качеств героев, которые помогли им достичь успеха
9 день, 30.06.2026 (вторник)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки

ДЕНЬ	Тестирование ГТО: испытания на скорость и выносливость: челночный бег, кросс. Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Финальный этап тестирования и торжественное награждение сильнейших участников по итогам двух дней
ВЕЧЕР	Мастер-класс по ведению социальных сетей и спортивной фотографии. Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Обучение основам создания качественного контента: мобильная фотография, монтаж коротких роликов и написание вовлекающих текстов. Ребята научатся ловить в кадр самые яркие моменты соревнований и правильно обрабатывать снимки на телефоне. Обсуждение правил цифровой гигиены и безопасного поведения в интернета
10 день, 01.07.2026 (среда)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Профилактическая беседа «Территория безопасности» с сотрудниками ПДН, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Профилактика правонарушений в молодежной среде, обсуждение правил личной безопасности и правовой ответственности несовершеннолетних. Формирование законопослушного поведения
ДЕНЬ	Выставка военной техники, мастер-класс по сборке-разборке автомата и т.д. общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Патриотический блок: знакомство с техникой, историей вооружения. Практическое обучение базовым навыкам обращения с учебным оружием, развитие дисциплины
ВЕЧЕР	Практикум «Восстановление после нагрузок», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Методическое занятие: основы миофасциального релиза (МФР), правильный режим сна и питания спортсмена. Практические упражнения для снятия мышечного напряжения.
11 день, 02.07.2026 (четверг)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Приезд ГИБДД, профилактическая беседа, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Сотрудники ГИБДД проведут профилактическую беседу, посвященную безопасности на дорогах. Участники смогут узнать о правилах дорожного движения для

		велосипедистов и пользователей СИМ
ДЕНЬ	Функциональное многоборье (CrossFit), общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Соревновательный марафон: круговая тренировка на выносливость и силу. Упражнения адаптированы под возраст: от игровых эстафет для младших до силовых станций для старших
ВЕЧЕР	Экологический урок, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Интерактивное занятие по теме осознанного потребления и переработки отходов. Участники узнают о современных эко-технологиях и примут участие в мастер-классе по сортировке пластика
12 день, 03.07.2026 (пятница)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Сбор капитанов отряда, групповой (Мл, Ср, Ст)	На встречах капитанов отрядов обсуждаются важные вопросы, касающиеся жизни лагеря и отдельных коллективов, что позволяет оперативно решать возникающие проблемы и учитывать мнение ребят при принятии решений
ДЕНЬ	Тренировка по ОФП, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Комплекс упражнений на развитие взрывной силы и гибкости
	Спортивный диктант, групповой (Ст)	Акция направлена на повышение спортивной грамотности, популяризацию знаний о физической культуре и здоровом образе жизни, мотивацию к изучению спорта, патриотическое воспитание
ВЕЧЕР	Развлекательный вечер Дискотека Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Мультимедийная программа с современными конкурсами, караоке, флешмобами
13 день, 04.07.2026 (суббота)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Акция «Чистый стадион», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Экологическая инициатива по поддержанию порядка на спортивных объектах

ДЕНЬ	Тренировка по ОФП. Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Комплекс упражнений на развитие силы, выносливости и гибкости. Базовая подготовка для любого вида спорта
ВЕЧЕР	Просмотр фильма, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Совместный просмотр художественного фильма на спортивную тематику
14 день, 05.07.2026 (воскресенье)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Встречи с родителями, отрядный (Мл, Ср)	Организованное время для общения с семьей в специально отведенных зонах отдыха
ДЕНЬ	Тренировка на выносливость, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Кросс по пересеченной местности. Развитие аэробных возможностей организма и волевых качеств в условиях природного ландшафта
ВЕЧЕР	Мастер-класс «Сам себе тренер: разбор тактики в VR», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Использование видеозаписей утренних тренировок или спортивных симуляторов для тактического анализа. Ребята учатся видеть ошибки со стороны и планировать стратегию
15 день, 06.07.2026 (понедельник) <b>ДЕНЬ ДВИЖЕНИЯ ПЕРВЫХ</b>		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
ДЕНЬ	Квест-игра по станциям, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Участники совершают путешествие по станциям, каждая из которых означала определённое направление «Движения Первых», а задания на ней были тесно связаны с ним.
ВЕЧЕР	Мастер-класс: «Урок от спортивного комментатора: искусство репортажа, работа с микрофоном». Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Обучение искусству репортажа и работе с микрофоном. Учимся вести стрим, брать интервью и записывать подкасты о спорте
<b>Итоговый этап</b>		
16 день, 07.07.2026 (вторник)		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Памятное дело «Оставь свой след ...», отрядный (Мл, Ср, Ст)	Творческая акция: создание общего баннера или стены с отпечатками

		рук/пожеланиями участников смены 2026 года
ДЕНЬ	Турнир по фиджитал-футболу (отбор), общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Соревнования, совмещающие игру в FIFA/FC24 на консолях и реальный матч на футбольном поле. Определение финалистов
ВЕЧЕР	Семинар: «Психология победителя», общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Тренинг по управлению эмоциями в стрессовых ситуациях. Как справляться с поражением и сохранять мотивацию к росту
<b>День семьи, любви и верности 17 день, 08.07.2026 (среда)</b>		
УТРО	Тренировка по избранному виду спорта, групповой (Мл, Ср, Ст)	Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с планом подготовки
	Анкетирование по итогам смены, отрядный (Мл, Ср, Ст)	Рефлексия: дети делятся впечатлениями о тренерах, питании и мероприятиях. Оценка личного прогресса «через свои ощущения»
	Акция «Письмо родителям», отрядный (Мл, Ср, Ст)	Трогательное мероприятие. Дети делают своими руками открытки-ромашки или пишут настоящие бумажные письма своим родителям с благодарностью, которые в конце смены передадут своим родителям
ДЕНЬ	Финал турнира по фиджитал-спорту, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Кульминация смены: решающие матчи за кубок. Интеграция цифровой точности и физической выносливости
ВЕЧЕР	Торжественное закрытие смены. Общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Награждение, итоговый просмотр фильма о смене. Фотовыставка «Эмоции спорта»
<b>18 день, 09.07.2026 (четверг)</b>		
УТРО	Приведение в порядок территории лагеря. Сборы, отъезд детей, общелагерный (Мл, Ср, Ст)	Дети собирают вещи и упаковывают свои чемоданы. Они прощаются друг с другом и вожатыми, обмениваются теплыми пожеланиями и обещаниями встретиться снова