Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №3» г.о. Саранск

Согласовано:
И.о. Заместитель директора
Департамента по социальной политике
Администрации г.о. Саранск –
Начальник Управления образования
_____ Л.В. Тарасова

Утверждаю
Директор МОУ «Средняя школа №3»
_____ С.А. Лопаткин
«____» _____2022г

Оздоровительно-образовательная

ПРОГРАММА

Пришкольного лагеря актива дополнительного образования

«Экстрим»

Автор составитель:

Начальник лагеря –

Новикова Я.Л.

Саранск - 2022

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Оздоровительно-образовательная программа пришкольного лагеря актива дополнительного образования «Экстрим»
Цель программы	Прохождение летней практики учащимися в учебно-тренировочной группе туристического клуба «Горизонт» и «Школа выживания»
Адресаты программы	Обучающиеся МОУ «Средняя школа №3» г. о. Саранск в возрасте 10-12 лет. Количество участников программы – 20 человек.
Сроки реализации программы	1 смена – с 06.06.2022 по 30.06.2022 г.
Направление деятельности, направленность программы	Спортивно-туристическое
Краткое содержание программы	Программа направлена на организацию летнего отдыха и занятость детей. Виды деятельности посредствам, которых реализует программа: летний детский лагерь с дневным пребыванием, посещение кружковой деятельности, музеев и мероприятий, организуемых на территории г. о. Саранск.
Ожидаемый результат	- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья. - Развитие туристических навыков и умений, приобщение детей к туризму и путешествиям. - Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности. - Формирование коммуникативных, творческих и продуктивных компетенций у детей. - Повышение общей культуры учащихся, и культуры изучения родного края, привитие им социально-нравственных норм.
Название учреждения, автор программы	МОУ «Средняя общеобразовательная школа №3» г. о. Саранск Учитель физической культуры Новикова Ярослава Леонидовна
Почтовый адрес учреждения	430006, Республика Мордовия, город Саранск, ул. Энергетическая 10а
Телефон, электронный адрес, сайт образовательного учреждения	8(8342) 246872, sch.sar.3@e-mordovia.ru, https://sc3sar.schoolrm.ru
Ф.И.О. директора образовательного учреждения	Лопаткин Сергей Александрович

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Где нет простора для проявления способностей,
там нет способностей.
Людвиг Фейербах

Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников. Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил. Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная, общественно-значимая, спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыть свой творческий и физический потенциал.

Народная мудрость гласит: «Здоровье – всему голова». Здоровье – бесценный дар природы, источник счастья. Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. «Здоровому - каждый день праздник», - гласит восточная мудрость.

Физическое воспитание тесно связано с нравственно-патриотическим, трудовым, умственным, эстетическим, творческим воспитанием, учит дисциплинировать себя, вырабатывает твердый характер, учит четко выполнять нормы и правила спортивной этики, уважать соперника, судей, развивает умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе.

С целью организации летнего отдыха детей, на базе МОУ «Средняя общеобразовательная школа №3» организуется детская, оздоровительная площадка с дневным пребыванием детей.

Предполагается оздоровить 20 учащихся. Возраст детей от 10 до 12 лет.

По продолжительности программа является краткосрочной – 21 день, реализуется в период летних каникул в июне.

Данная программа по своей направленности является спортивно-туристической т.е. включает в себя спортивную, туристическую деятельность, направленную на оздоровление, отдых и воспитание детей в условиях оздоровительного лагеря.

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Конституцией РФ;
- Законом РФ «Об образовании»;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ;
- Трудовым кодексом РФ от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ;
- Федеральным законом «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.1996 г. №2-ФЗ;
- Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобразования РФ от 13.07.2001 г. №2688;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин

2.4.4.2599-10 «Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул».

КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ

Основной задачей современной школы наряду с обучением является и воспитание учащихся, формирование личности, способной к постоянному саморазвитию и успешной самореализации в жизни.

Одним из оптимальных путей достижения этих целей являются занятия туризмом. Среди других видов спорта, туризм оказывает наиболее благоприятное влияние на личность ребенка. Как вид спорта комплексный и коллективный, он дает много ценного для жизни, позволяет детям и не только приобрести знания о мире вокруг и сформировать многие необходимые в жизни навыки и умения, но и дает возможность развить ценные личностные качества такие как : коллективизм, взаимопомощь, доброту, самостоятельность в принятии решений, способность принять на себя ответственность, коммуникабельность.

В туристических походах школьников оживают и получают совершенно новое звучание многие знания, полученные на уроках географии, биологии, математике, астрономии, которые подчас усваиваются формально и остаются обременяющими память балластом, негодным ни к какому употреблению. Но туризм – это не только средство физического и прикладного воспитания. Великая роль туризма в нравственном и духовном воспитании, социализации и развитии коммуникативных качеств подростков. Контакты, которые устанавливаются в походе, способствуют пониманию и установлению сотрудничества между участниками похода.

Туризм – средство расширения кругозора и обогащения духовной жизни подростков. В туристическом походе вырабатывается умение преодолевать трудности, ребята учатся коллективизму не на словах. А на деле. Регулярное занятие туризмом вырабатывает у подростков сознательную дисциплину, настойчивость, ответственность.

План занятий построен таким образом, что каждый учащийся проходит теоретический и практический курс по разделам туристской подготовки и овладевает основами краеведческих знаний, необходимых для краеведческих исследований в походах и во время экскурсий.

Краткий учебный курс позволяет уделять особое внимание тренировочным занятиям, при отработке технических приёмов, изучению вопросов краеведения, выживания в экстремальных условиях.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель: прохождение летней практики учащихся, занимающихся в учебно-тренировочной группе туристического клуба «Горизонт» и «Школа выживания»

Задачи:

1. Укрепление физического и духовного здоровья детей
2. Развитие и совершенствование спортивного и технического мастерства учащихся.
3. Отработка туристических навыков
4. Воспитание бережного отношения к природе. Экологическое образование учащихся.
5. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе
6. Организация активного оздоравливающего отдыха школьников средствами туризма
7. Патриотическое и экологическое воспитание
8. Создание условий для развития коммуникативных качеств личности
9. Способствовать развитию и формированию у детей творческих, коммуникативных и продуктивных компетенций с помощью проведения праздников и мероприятий.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту, и здоровому образу жизни. "В воспитании нет каникул" – эта педагогическая формула становиться правилом при организации детского летнего отдыха, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребенка. Праздники и соревнования в лагере составлены с учетом желаний и интересов юных воспитанников и применением игровых технологий: «Топографический квест», «Веревочный курс», «походная песня», «Туристические гонки». Все мероприятия направлены на овладение и закрепление туристических умений и навыков.

При разработке мероприятий учитывается уровень физического развития и физической подготовленности учащихся используя дифференцированный подход.

Исходя из выше сказанного, школьный лагерь работает по направлениям:

Спортивно–оздоровительное направление:

Средства: Утренняя гимнастика (зарядка); спортивные игры на спортивной площадке (футбол, волейбол, пионербол); эстафеты; спортивные праздники; солнечные ванны (ежедневно);воздушные ванны (ежедневно),

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, дни здоровья, различные беседы о здоровом образе жизни, беседы с врачом, спортивные праздники развивают у детей ловкость и смекалку, помогают им развивать различные двигательные способности и реализуют потребность детей в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни.

Гражданско- патриотическое направление:

Это направление включает в себя все мероприятия, носящие патриотический, исторический и культурный характер. Мероприятия этого направления воспитывают в детях патриотизм, любовь к родному краю, чувство гордости за свою страну, за ее историю и культуру.

Средства: Комплекс мероприятий, направленных на положительное отношение к общечеловеческим ценностям, нормам коллективной жизни, развитие гражданской и социальной ответственности за самого себя, общество и Отечество, уважение к государственным символам и традициям; участие в Дне Росии (конкурсная программа «Я люблю тебя, Росииия»)

Эколого- туристическое направление

Обогащение знаниями и опытом общения с природой; овладение разнообразными формами и методами поиска знаний, практическими умениями, организаторскими способностями, расширение кругозора; приобретение необходимой физической и моральной закалки на экскурсиях; воспитание экологической культуры.

Средства*:* прогулки и экскурсии на природу; экологические акции; походы.

Творческое направление

В лагере проводятся игровые программы, КТД, подготовленные детьми под руководством воспитателей. Мероприятия спланированы таким образом, чтобы каждый ребёнок любого возраста мог принять в них активное участие и максимально проявить свои творческие способности.

Досуговое направление

Овладение навыками культуры общения; развитие лидерских качеств, творческих способностей, артистизма; приобретение навыков взаимопонимания, взаимной поддержки в условиях детского коллектива, массовое участие детей в развлекательных программах.

Средства*:* торжественное открытие и закрытие летнего лагеря; игра «Конкурс походного костюма», «Конкурс походной песни».

ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЛАГЕРЯ «ЭКСТРИМ»

Наименование мероприятия	Номер дня
Открытие лагерной смены. Церемония подъема Государственного флага Российской Федерации	6.06
игра в футбол	
«веревочный курс»	
Образовательный блок: Учебные занятия Организация быта в полевых условиях, техника безопасности в походе, на воде, пожарная безопасность	7.06
подвижные игры	
«веревочный курс»	
Образовательный блок: Питание в туристическом походе. Лекарственные и съедобные растения Спортивные игры. Снаряжение.	8.06
игра в волейбол	
«конкурс походной песни»	
Образовательный блок: 350 лет со дня рождения Петра 1. Посещение библиотеки	9.06
игра в футбол	
Гребля на лодках	
Образовательный блок: Спортивное ориентирование	10.06
соревнования по ориентированию	
«Конкурс походного костюма»	
Образовательный блок: День России. Конкурс рисунков на асфальте	11.06
соревнования по пионерболу	
«Веревочный курс»	
Образовательный блок: Техника пешеходного туризма. Спуск подьем по склону	14.06
подвижные игры	
Гребля на лодках	
Образовательный блок: техника пешеходного туризма. Переправы	15.06
Соревнования по ТПТ	
«Конкурс стенгазет»	
Образовательный блок: Медицина в походе. Оказание ПМП	16.06
игра в волейбол	
Гребля на лодках	
Образовательный блок: «Лекарственные и съедобные растения»	17.06
соревнование зарница	
Гребля на лодках	
Образовательный блок: Поисково-спасательные работы в походе	18.06
игра в волейбол	
«Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались…»	
Образовательный блок: Гидрометеорология Природные условия: температура, атмосферное давление, влажность, ветер.	20.06
игра в футбол	
Гребля на лодках	
Образовательный блок: Экологическая подготовка туриста Законы об охране природы, охоте, рыболовстве. Значение окружающей среды для жизни человека.	21.06
закаливание, игра в волейбол	
«Топографический квест»	
Образовательный блок: День памяти и скорби. Просмотр кинофильма	22.06

«Подольские курсанты», «Т34»	
игра в баскетбол	
Интеллектуальная игра «Люби и знай свой край родной»;	
Образовательный блок: Правила проведения туристских соревнований, виды соревнований	23.06
игра в футбол	
Туристические соревнования	
Образовательный блок: Планировка бивака. Виды и производство хозяйственных работ на биваке (развертывание и свертывание бивака)	24.06
игра в волейбол	
соревнования по организации бивака	
Образовательный блок: День цифры	25.06
Спортивно-оздоровительный блок: закаливание, игра в баскетбол	
Квст «В поисках технологий»	
Образовательный блок: День молодежи. Игра «Планета под названием Молодость»	27.06
игра в футбол	
Просмотр видео «История космонавтики»	
Образовательный блок: Международный свод сигналов бедствия, способы подачи сигналов в различных ситуациях,	28.06
игра в волейбол	
соревнования по туристическим навыкам в экстремальных условиях	
Образовательный блок: Краеведческая подготовка туриста	29.06
игра в баскетбол	
Интеллектуальная игра «Люби и знай свой край родной»;	
Образовательный блок: Соревнования «Самый эрудированный турист»	30.06
Закрытие лагерной смены. Церемония спуска Государственного флага Российской Федерации	

РЕЖИМ ДНЯ

№	Наименование мероприятия	Время проведения
1.	Прием детей	8.30
2.	Зарядка	8.30 – 8.45
3.	Линейка.	8.45 – 8.55
4.	Завтрак	9.00 – 9.45
5.	Учебные блоки, мероприятия	10.00 – 13.00
6.	Обед	13.00 – 13.30
7.	Общее построение, подведение итогов дня	13.30 – 14.00

МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Нормативно-правовые условия:

– Закон «Об образовании РФ»
– Конвенция о правах ребенка ООН 1991 г.
– Устав МОУ «СОШ №5»
– Положение о лагере дневного пребывания
– Правила внутреннего распорядка лагеря дневного пребывания
– Правила о технике безопасности, пожарной безопасности
– Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждение несчастных случаем с детьми в школьном оздоровительном лагере
– Инструкция по организации и проведению походов и экскурсий
– Приказы управления образования
– Должностные инструкции работников
– Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра
– Заявления и расписки об уходе от родителей
– Акт приемки лагеря

2. Материально-технические условия:

– Спортивный зал
– Спортивный стадион
– Медицинский кабинет
– Комнаты гигиены
– Игровые комнаты

3. Кадровые условия:

– Начальник пришкольного лагеря
– Воспитатели
– Медицинская сестра
– Технический персонал
– Работники пищеблока

4. Методические условия:

1. Подготовительный :
- подбор кадров,
- проведение теоретических и практических занятий с вожатыми,
- проведение семинара с работниками лагеря, инструктивных совещаний,
- подготовка методических материалов,
- подготовка материально- технической базы.

2. Организационный этап:
- формирование отряда,
- знакомство с режимом работы лагеря и его правилами,

3. Основной этап:
- досуговые мероприятия,
- краеведческая деятельность,
- спортивная деятельность
- методическая работа с воспитателями, с вожатыми,

4. Заключительный этап:
- закрытие смены,
-обобщение итогов деятельности,
- сбор отчётного материала.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья.
- Развитие туристических навыков и умений, приобщение детей к туризму и путешествиям.
- Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.
- Формирование коммуникативных, творческих и продуктивных компетенций у детей.
- Приобретение новых знаний и умений в результате занятий в кружках (разучивание песен, игр, составление проектов)
- Повышение общей культуры учащихся, и культуры изучения родного края, привитие им социально-нравственных норм.