

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Спортивная школа Жердевского муниципального округа

Рассмотрена на заседании
Методического совета
от «_12_» мая 2025 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ЛДП «Сатурн»
МБУ ДО Спортивной школы
Жердевского муниципального
округа
_____/О.Н. Протасова/

ПРОГРАММА
летней спортивной смены
«Лето с мячом»

г. Жердевка, 2025 г.

Содержание

1	Паспорт программы	
2	Пояснительная записка	
3	Модель организации лагеря	
4	Цели и задачи	
5	Содержание программы и пути реализации	
6	План-сетка	
7	Режим дня	
8	Механизмы реализации программы	

1. Паспорт программы

Основание для разработки программы	Приказ МБУ ДО Спортивной школы Жердевского муниципального округа № 20 от 21.04.2025 г.
Государственный заказчик программы	Граждане РФ
Организация-исполнитель программы	МБУ ДО Спортивная школа Жердевского муниципального округа
Автор программы	О.Н. Протасова, зам. директора
Срок реализации программы	1 смена
Целевые группы	Дети 7-15 лет
Количество детей-участников	75 человек – 1 смена
Система организации контроля за исполнением программы	Администрация МБУ ДО Спортивной школы Жердевского муниципального округа

2. Пояснительная записка

В настоящее время общество осознало необходимость осуществления культурных целей образования, ориентированных на личность и ее саморазвитие в конкретных педагогических системах, в том числе в летних оздоровительных и спортивных лагерях. Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых.

Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет летний лагерь с дневным пребыванием детей.

Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых.

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная общественно значимая досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореализации. Лагерь с дневным пребыванием обучающихся призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей.

Детские оздоровительные лагеря с дневным пребыванием являются частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной компенсации в свободное время.

Летний лагерь является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой – пространством для оздоровления, развития художественного, технического, социального творчества. И именно в лагере ярко выявляется самооценность каждого ребенка, осуществляется широкое приобщение ребят к разнообразному социальному опыту, к ценностям общественно-значимого досуга.

Актуальность программы заключается в том, что она предусматривает сочетание тренировочных занятий (под руководством квалифицированных тренеров-преподавателей) и различных игровых, развлекательных и познавательных мероприятий, в содержание которых включаются упражнения из профилирующих и других видов спорта, знания из различных областей науки. Тренировочные занятия ежедневно в соответствии с режимом работы. Принципы формирования отрядов могут быть как традиционными – по возрасту, так и по видам спорта, что является оптимальным для реализации задач данной программы.

Спортивная работа в лагере является продолжением круглогодичного образовательного процесса, проводимого в спортивной школе, и

осуществляется тренерским составом на основе образовательной программы. Планы работы отрядов утверждаются начальником лагеря.

Данная программа **по своей направленности** является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания учащихся в условиях лагеря дневного пребывания. Но приоритетным направлением работы данного лагеря является физкультурно-спортивная деятельность.

По **продолжительности** программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение 1-й лагерной смены. **Основной состав лагеря** – это учащиеся образовательных учреждений в возрасте 7–15 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, из неблагополучных семей, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены.

1. Безусловная безопасность всех мероприятий;
2. Учет особенностей каждой личности;
3. Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря;
4. Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря;
5. Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня;
6. Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря;
7. Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых;
8. Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

Основное направление программы физкультурно-спортивное.

3.Цель программы:

Создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценный отдых детей, их оздоровление, физическое воспитание, реализацию творческого и двигательного потенциала.

Задачи программы.

1. Приобщение детей к здоровому образу жизни. Создание системы оздоровления детей в условиях временного коллектива;
2. Реализация социального заказа общества, потребностей семьи, интересов и потребностей ребенка в сфере свободного времени через аспект физической культуры и спорта;
3. Изучение и учет познавательных, личных интересов, склонностей, способностей детей для осуществления личностно-ориентированного и развивающего обучения;

4. Создание условий для самоопределения, самореализации и развития ребенка через включение в разнообразие деятельности спортивного характера, помощь в развитии индивидуальных способностей детей;
5. Вовлекать в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере;
6. Организация содержательного досуга детей и подростков;
7. Формирование у детей и подростков навыков общения и толерантности;

Основные этапы реализации программы.

Подготовительный этап.

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

проведение совещаний при директоре и заместителе директора по учебной работе по подготовке к летнему сезону;
издание приказа по учреждению о проведении летней кампании;
разработка программы;
подготовка методического материала для работников лагеря;
отбор кадров для работы в летнем лагере;
составление необходимой документации для деятельности лагеря (план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции т.д.)

Организационный этап.

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;
формирование органов самоуправления,
знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

Основной этап смены.

Основной деятельностью этого этапа является:

реализация основной идеи смены - специальные тренировки по видам спорта;
вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно- творческих дел; спортивные соревнования;

Заключительный этап смены.

Основной идеей этого этапа является:

подведение итогов смены;
составление отчета о проведении лагеря;
выработка перспектив деятельности организации;
анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесенными по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем.
сдача документации.

4. Модель организации лагерной смены

Основная модель работы во время лагерной смены – работа в отрядах в разновозрастных отрядах.

Структура лагеря



5.Содержание программы

Программа имеет блочно-модульную структуру. Основные блоки программы.

1 блок — оздоровительные и профилактические мероприятия, приобщение к здоровому образу жизни.

проведение общеоздоровительных, закаливающих мероприятий.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10-15 минут: в хорошую погоду — на открытом воздухе, в непогоду — в проветриваемых помещениях. Основная задача этого режимного момента, помимо физического развития и закаливания, - создание положительного эмоционального заряда и хорошего физического тонуса на весь день.

2 блок — развлекательно-познавательный.

заочные путешествия, викторины, подвижные игры, конкурсы на спортивную тематику. Подвижные игры включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Они способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а коллективные игры — еще и воспитанию дружбы.

3 блок - трудовой.

уборка территории, трудовые десанты, общественно-полезный труд.

4 блок - спортивный.

спортивно-физкультурные мероприятия;

работа спортивных секций по видам спорта;

участие в межлагерных и общелагерных соревнованиях;

сдача нормативов ВФСК ГТО.

Основными методами организации деятельности являются:

Метод игры;

Методы театрализации;

Методы состязательности (распространяется на все сферы деятельности).

Массовая физкультурно-оздоровительная работа в лагере проводится по единому плану и включает следующие организационные **формы:**

Тренировочные занятия по видам спорта;

массовые лично-командные соревнования;

общелагерная спартакиада (малые Олимпийские игры)

межлагерная спартакиада;

весёлые старты;

фестиваль ВФСК ГТО;

товарищеские встречи по футболу, баскетболу, киокусинкай, пионерболу, стритболу, легкоатлетические соревнования;

походы за пределы лагеря;

товарищеские встречи по волейболу, баскетболу;

беседы, экскурсии, диспуты, конкурсы, викторины и т. п.

Механизм реализации программы.

Материально-технические условия

Большой спортивный зал - 623 м², стены – покрашены, потолок – покрашен, пол – деревянный, покрашен.

- освещение – лампы ДРЛ – 18 шт.
- окна 24шт, деревянные,
- раздевалки – размер 10,7 м², 2 шт, стены – покрашены, потолок – покрашен, пол – деревянный, линолеум,
- спортивный инвентарь: 1 мяч волейбольный, 2 волейбольных стойки, 1 волейбольная сетка, 2 мини-ворот, 10 мячей футбольных, 2 баскетбольных щита с кольцом, 20 мячей баскетбольных, 1 электронное табло, 5 скакалок, 4 гимнастических скамейки, 4 мата.
- хранение в спортзале в рабочем состоянии.

Малый спортивный зал – 119,6 м² стены – покрашены, потолок – покрашен, пол – деревянный, покрашен.

- освещение – лампы ДРЛ – 5 шт.
- окна 4 шт, деревянные,
- спортивный инвентарь: 1 теннисный стол, 2 теннисных ракетки, 1 теннисная сетка, 3 теннисных мяча, стол для настольных игр, настольные игры: шашки, шахматы, лото, 2 гимнастических скамейки, 4 стула.
- хранение в спортзале в рабочем состоянии.

Стадион – 6000 м², футбольное поле 1 шт, трибуны – 5 шт., большие футбольные ворота 2 шт.

Туалетные комнаты:

- раковин – 1 шт.
- унитазов: - для мальчиков - 1 шт., - для девочек - 1 шт,
- стены – плитка, потолок - покрашен

Организация питания: на базе МБОУ «Жердевская СОШ» здание №1, здание №2, Бурнаковский филиал МБОУ «Жердевская СОШ №2»

Питьевой режим - имеется питьевой кулер с одноразовыми стаканчиками.

6. Территория - огорожена со всех 4 сторон.

Места проведения спортивных игр:

- спортивный городок – 40 м², 1 шт.
- спортивная площадка 1 шт., 162 м².

Ожидаемые результаты.

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;

Развитие коммуникативных способностей и толерантности;

Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность;

Приобретение новых знаний и умений (разучивание новых технических и тактических приёмов игры в пионербол, футбол);
Расширение кругозора детей;
Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм;
Личностный и спортивный рост участников смены.

Учебно-методическое оснащение программы

Афанасьев С.П. Коморин С.В. - Что делать с детьми в загородном лагере, - М.: 2009 г.
Жиренко О. Е. Мир праздников, шоу, викторин, - М.: «5» за знания, 2008 г.
Лобачёва С.И., Великородная В.А. Загородный летний лагерь.– М.: ВАКО, 2008 г.
Роткина Т. С., Курзова О. А., Нестеренко А. В. Уроки добра и милосердия, - О.: «Детство», 2007 г.
Соколова Н. В. Лето, каникулы – путь к успеху: сборник программ и игр для детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря, - О.: «Детство», 2009 г.
Титов С.В. Здравствуй, лето! - Волгоград, Учитель, 2007 г.
Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М., 2009 г.

Режим работы ЛДП «Сатурн»

8.00 – 9.00 - Сбор детей, зарядка, инструктажи

Всем привет! Пора, пора!

Вас приветствуют, друзья!

Тут же по порядку

Все ребята на зарядку

9.00 – 9.15 – Утренняя линейка.

Все ребята собрались?

На линейку становись!

9.15 - 10.00 – ЗАВТРАК (дорога, гигиенические процедуры, прием пищи)

Всем за стол! Узнать пора,

Чем побалуют повара.

10.00 – 13.00 – Свободное время (настольные игры, игры по желанию, подготовка к отрядным, лагерным и городским мероприятиям)

10.30-13.30 - Работа по плану отрядов, лагерные и городские мероприятия. (Учебно-тренировочные занятия, конкурсы, соревнования и др.)

Не грустят в семействе нашем:

Мы поём, играем, пляшем

Все занятия хороши

Всё сумеем сделать мы!

Спорт- здоровье! Спорт - игра!

Всем привет! Физкульт – ура!

13.30 – 14.00 – Оздоровительные процедуры (дыхательная гимнастика, солнечные и воздушные ванны)

14.00 – 14.30 - Обед (дорога, гигиенические процедуры, прием пищи)

Руки мылом мылятся

Пузыри пузырятся.

За столом серьёзный вид,

Приналяжем и покажем,

Наш ребячий аппетит!

14.30 - Построение, подведение итогов дня, уход детей домой



АНКЕТА НА ВХОДЕ

«ЛДП – 2025»

Дорогой друг! Для того, чтобы сделать жизнь в ЛДП более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

1. Что ты ждешь от лагеря дневного пребывания?

2. В каких делах ты бы хотел поучаствовать? _____

6. Хочешь ли чему-нибудь научиться в лагере или научить других? _____

7. Хочешь ли что-нибудь организовать для других?

11. Пожалуйста, закончи следующие предложения (фразы):

Я пришел в лагерь, потому что _____

Я не хочу, чтобы здесь _____

Я хочу, чтобы _____

Я боюсь, что _____

12. Пожалуйста, напиши также:

Имя, Фамилия _____

Твой отряд в лагере (вид спорта) _____

Твой тренер-воспитатель _____



АНКЕТА НА ВЫХОДЕ

«ЛДП – 2025»

Близится к концу лагерная смена. Подводя ее итоги, мы хотим задать тебе некоторые вопросы. Надеемся на помощь.

1. Что было для тебя самым важным:

В этом лагере _____

В твоём отряде _____

В отношениях между друзьями _____

2. Какие события; переживания были самыми запоминающимися?

3. Переживал ли ты здесь такие состояния (если «да», то в связи с чем?)

Восторг _____

Потрясение _____

Обиду _____

Творчество, полет фантазии _____

Одиночество _____

Уверенность в себе _____

Усталость _____

«Меня не поняли» _____

«Я нужен!» _____

Счастье _____

5. Можно ли сказать, что ты чему-то научился в лагере? _____

6. **Кому** и **за что** ты бы хотел сказать «спасибо» (постарайся выбрать трех важных для тебя людей.)

Спасибо! за _____

Спасибо! за _____

Спасибо! за _____

7. Твои предложения по ЛДП на будущее _____

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ЛАГЕРЯ на 2025 год

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок проведения	Уровень проведения		
			Всероссийский/ региональный	Детский лагерь	Отряд
БЛОК «РОССИЯ: ПРОШЛОЕ, НАСТОЯЩЕЕ, БУДУЩЕЕ»					
1.	<u>1 июня</u> — Торжественное открытие лагеря. Празднично — игровая программа, театрализованное представление, посвященное Дню детства	01.06.2025	+	+	+
2.	Экологический час (беседа, конкурс рисунков)	02.06.2025			+
3.	<u>6 июня - день русского языка, игра, связанная с орфографией и пунктуацией</u>	06.06.2025	+	+	+
4.	<u>12 июня - День России, соревнования по баскетболу, футболу, киокусинкай, волейболу</u>	12.06.2025	+	+	+
5.	22 июня - День памяти и скорби, акция «День памяти и скорби». Посещение мемориальных комплексов и памятных мест Великой	22.06.2025	+	+	+

	Отечественной войны.				
БЛОК «МИР: НАУКА, КУЛЬТУРА, МОРАЛЬ»					
6.	Встреча с инспектором полиции по пропаганде ПДД и беседа о правилах дорожного движения	03.06.20 25			
7.	<u>Экскурсия</u> в <u>Жердевский краеведческий музей</u>	11.06.20 25		+	+
8.	Мероприятие в библиотеке «История моего родного края»	15.06.20 25		+	+
9.	Мастер-класс по декоративно-прикладному искусству в МБОУ ДО Жердевской ДШИ	14.06.20 25			+
10.	Игра «Мультипликация»	24.06.20 25			+
БЛОК «ЧЕЛОВЕК: ЗДОРОВЬЕ, БЕЗОПАСНОСТЬ, СЕМЬЯ, ТВОРЧЕСТВО, РАЗВИТИЕ»					
11.	Беседа тему ЗОЖ, профилактики вредных привычек	04.06.20 25			+
12.	<u>Тренировочное занятия по эвакуации в случае пожара</u>	05.06.20 25		+	+
13.	Посещение бассейна. «Плавание – средство воспитания культуры ЗОЖ»	16.06.20 25		+	+

14.	Встреча и беседа с медицинским работником на тему: «Личная гигиена детей и подростков»	17.06.20 25		+	+
15.	Тематический час «Герой моей семьи»	07.06.20 25		+	+
МОДУЛЬ «Спортивно-оздоровительная работа»					
16.	Выезд на соревнования по баскетболу, футболу, киокусинкай	В течение смены		+	+
17.	Соревнования по баскетболу, футболу, киокусинкай, волейболу	В течение смены		+	+
18.	Фестиваль ВФСК ГТО	10.06.20 25		+	+
МОДУЛЬ «Детское самоуправление»					
19.	<u>Назначение командиров или ответственных в отряде</u>	02.06.20 25			+
20.	Встреча и беседа с медработником	По плану отрядов			+
21.	<u>Оформление уголка лагеря, отрядов</u>	В течение смены			+
22.	<u>Награждение за участие в соревнованиях, конкурсах, активное</u>	На закрытии смены		+	+

	<u>участие в работе лагеря</u>				
МОДУЛЬ «Профориентация»					
23.	<u>Встреча и беседа с участковым полиции, медработником, сотрудником МЧС</u>	В течение смены		+	+
24.	<u>Работа в качестве помощника воспитателя, дежурного в столовой</u>	В течение смены		+	+
25.	Игра по станциям «Профессия моей мечты»	14.06.2025			+
Модуль «Экскурсии и походы»					
26.	Пешая экскурсия к реке, конкурс «Юный рыболов»	08.06.2025			+
27.	Велопоход, экскурсия к источнику, парк отдыха в с. Вязовое.	09.06.2025			+
28.	Экскурсия в Жердевский краеведческий музей	11.06.2025			+
29.	Однодневный пеший поход в лес	18.06.2025			+
30.	Экскурсия в г. Тамбов в музей кондитерской фабрики «Такф», в «Парк культуры и отдыха»	19-20.06.2025			+

31.	Экскурсия в пожарную часть	13.06.2025		+	+
МОДУЛЬ «Кружки и секции»					
32.	<u>Реализация программ физкультурно-спортивной направленности</u>	В течение смены		+	+
МОДУЛЬ «Детская дипломатия и международные отношения»					
33.	<u>Участие в конкурсах, соревнованиях, акциях, фестивалях</u>	В течение смены		+	+