

Управление образования, спорта и молодежной политики  
администрации Тоншевского муниципального района

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Тоншаевский детско-юношеский центр «Олимп»

Утверждено:  
начальник спортивного лагеря «Юность»  
Приказ № 23– од от 14.03.2024 г.

**ПРОГРАММА**  
**«Вперед к победе в ГТО»**  
**лагеря «Юность» с дневным пребыванием детей в период каникул**



Составители:  
Хлыбова Е.В - зам.директора  
по воспитательной работе  
Юдинцева С.А. – начальник лагеря

р.п. Тоншаево  
2024 г.

### Информационная карта программы

Полное название программы	ПРОГРАММА «Вперед к победе в ГТО» спортивного лагеря «Юность» с дневным пребыванием детей в период каникул на базе Тоншаевской ДЮСШ «Олимп»
ФИО автора, разработчика (коллектива) с указанием занимаемой должности	Хлыбова Е.В. – педагог допобразования, заместитель директора по воспитательной работе Юдинцева С.А. – начальник лагеря
Юридический адрес	606950, Нижегородская область, р.п. Тоншаево, ул. Октябрьская, д.41, 88315122094
Контактный телефон, электронный адрес	88315122094 dush4791@mail.ru
Количество смен, сроки проведения, продолжительность смены	1 смена – 21 дней (01.06 – 21.06.2024 года)
Количество воспитанников, возраст	2 отряда (30 чел.) с 8 до 15 лет.
Направленность программы (согласно п.9 приказа Минобрнауки России №196 от 9 ноября 2018 г.)	Физкультурно-спортивная
Краткая аннотация содержания программы	Программа соответствует современным требованиям. Дети одновременно отдыхают и тренируются, готовятся к успешной сдаче норм ГТО. Ежедневно проводится кружок «Готов к труду и обороне»
Обоснование актуальности программы	Оздоровление детей через приобщение к здоровому образу жизни и занятиям спортом
Предполагаемый социальный эффект программы	Развитие творческих способностей, инициативы и активности ребёнка. Развитие коммуникативных навыков, практических умений детей. Снижение темпа роста негативных социальных явлений через занятия спортом.
Цель и задачи программы, в соответствии с их актуальностью для целевых групп участников, родителей	<b><u>Цель:</u></b> Создание условий для укрепления здоровья, развития творческих способностей детей и подростков через формирование культуры здорового образа жизни и активной творческой деятельности в условиях летнего лагеря. <b><u>Задачи:</u></b> - способствовать формированию навыков здорового образа жизни; - мотивировать, подготовить воспитанников к

	<p>сдаче норм ГТО;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечить повышение уровня развития личностных качеств;</li> <li>- содействовать воспитанию чувства коллективизма, толерантности;</li> <li>- выявить детей с творческими способностями и реализовать эти способности в воспитательных мероприятиях.</li> </ul>
<p>Предполагаемые результаты реализации программы (описание позитивных изменений, которые произойдут в результате реализации программы)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 100% воспитанников имеют желание и физическую подготовку для сдачи норм ГТО;</li> <li>- повысился уровень развития личностных качеств;</li> <li>- реализована общеобразовательная (общеразвивающая) программа «ГТО»;</li> <li>- повысился процент детей, активно участвующих в воспитательных мероприятиях.</li> </ul>
<p>Кадровое обеспечение программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перечень специалистов реализующих программу (ФИО, должность и квалификация);</li> <li>- описание системы подготовки педагогического отряда, специалистов дополнительного образования</li> </ul>	<p>Юдинцева С.А- начальник лагеря, тренер- преподаватель высшей категории;</p> <p>Хлыбова Е.В- воспитатель, педагог допобразования первой квалификационной категории, заместитель директора по воспитательной работе;</p> <p>Соловьёва З.П- уборщик служебных помещений.</p>
<p>Наличие грамот, дипломов, подтверждающих участие программы в конкурсах различного уровня (регионального, федерального, международного)</p>	<p>2 место – 2015 год - лучший лагерь Тоншаевского р-на,</p> <p>3 место - 2016 год - лучший Лагерь Тоншаевского р-на</p>

## Содержание

Введение.....	3
Аналитическая справка о деятельности лагеря.....	5
Пояснительная записка.....	6
Концептуальные основы.....	10
Нормативно-правовое обеспечение программы.....	12
Содержание спортивно-оздоровительной работы лагеря.....	12
Прогнозируемые результаты.....	13
План реализации программы.....	13
Ожидаемые результаты.....	15
Система лечебно-профилактической работы .....	15
Организация питания.....	17
Система информирования общественности .....	17
Система внешних контактов лагеря.....	18
Кадровое обеспечение.....	18
Материально-техническая база.....	19
Система контроля и оценки результативности реализации программы....	19
Список литературы .....	20
Приложение 1      Календарный пла .....	26
Приложение 2      Законы лагеря .....	27
Приложение 3      Режим дня .....	28
Приложение 4 Мониторинг .....	29

## **Ведение**

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 самореабилитации. Лагерь с дневным пребыванием обучающихся призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей. Детские оздоровительные лагеря 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.

### **Аналитическая справка о деятельности лагеря**

Лагерь «Юность» действует с 2015 года, рассчитан на пребывание до 30 детей - 2 отряда по 15 человек в летние каникулы и до 20 детей по 10 человек в осенние каникулы. Количество смен за один год - две. Длительность одной смены в летнее время 21 день (14 рабочих) и семь дней (5 рабочих) в осенний период. В лагере отдыхают учащиеся из многодетных, неблагополучных и малообеспеченных семей.

Задачей спортивного оздоровительного лагеря «Юность» является создание условий для полноценного отдыха и оздоровления детей и подростков, приобщением их к здоровому образу жизни. Понятие «здоровый образ жизни» необходимо закладывать еще в детстве. По опросам родителей, многие из них ищут спасение в двигательной активности детей, а не пассивное общение в гаджетах.

Опыт прошедших лет показал, что очень эффективной в этом направлении является работа, построенная в форме тренировок через игру. Ребята принимали активное участие в соревнованиях, играх, эстафетах, конкурсах, соперничали друг другу.

В играх дети проявляли воображение, наблюдательность, находчивость. Вспоминали старые добрые игры - «Туки-туки», «Борьба за знамя», «Двенадцать палочек», «Охотники и лисы», «Казачьи – разбойники». В коллективной игре почти всегда есть элемент соревнования (кто быстрее, правильнее ответит, кто больше знает), значит, есть и усилие воли, настойчивость, внимание. А главное – в процессе игры дети получали знания, испытывая при этом удовольствие. Ежедневно проводились спортивные тренировки, дети сдавали тесты по нормам ГТО. Основными показателями результативности работы детского лагеря стало:

- улучшение состояния здоровья детей;
- осознание ими значимости здорового образа жизни и физического самосовершенствования;
- развитие индивидуальных, творческих, физических способностей.

### **Пояснительная записка**

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

**"Стремись быть смелым, добрым, умным и радость людям приноси. Стремись к здоровью, ведь отсюда - все устремления души!"**

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.

Летний пришкольный лагерь помогает использовать период летнего отдыха обучающихся для укрепления здоровья, развития физических сил, обогащения знаниями и новыми впечатлениями.

Данная программа по своей направленности является физкультурно-спортивной.

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение одной лагерной смены.

Общее число участников за смену – 30 человек.

Основной состав лагеря – это обучающиеся дополнительного образовательного учреждения «Олимп» в возрасте 8–15 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-инвалидам, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в двух отрядах.

### **Концепция программы**

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т. к. она является неотъемлемой частью общей культуры. Основная деятельность лагеря дневного пребывания «Юность» направлена на развитие физических возможностей и личности ребенка, включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками.

Новизна программы состоит в том, что дети не только отдыхают, но и готовятся к успешной сдаче норм ГТО, развивают свои физические качества.

Разработка данной программы была вызвана:

- повышением спроса родителей и детей на организованный отдых школьников;
- обеспечением преемственности в работе летних оздоровительных лагерей с дневным пребыванием детей предыдущих лет;
- необходимостью использования богатого спортивного потенциала детей и педагогов в реализации целей и задач программы.

Ведущими ценностями в условиях организации отдыха и занятости детей и подростков в спортивном лагере в летний период являются:

- 1) физическое оздоровление;
- 2) сохранение и укрепление эмоционально-психологического здоровья воспитанников.

Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни.

Физическое воспитание тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим 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. Спортивные занятия различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

### **Цель:**

Создание условий для укрепления здоровья детей и подростков через формирование культуры здорового образа жизни в условиях летнего лагеря.

### **Задачи:**

- способствовать формированию навыков здорового образа жизни;
- мотивировать, подготовить воспитанников к сдаче норм ГТО;
- обеспечить повышение уровня развития личностных качеств;
- содействовать воспитанию чувства коллективизма, толерантности;
- выявить детей с творческими способностями и реализовать эти способности

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту и здоровому образу жизни. Применение современных здоровьесберегающих технологий в своей педагогической деятельности отражает две линии оздоровительно-развивающей работы:

- а) приобщение детей к физической культуре и спорту;
- б) использование развивающих форм оздоровительной работы.

"В воспитании нет каникул" – эта педагогическая формула становится 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 новых игровых технологий.

При разработке мероприятий учитывается уровень физического развития и физической подготовленности учащихся, используя дифференцированный подход. В рамках программы разработана система стимулирования успешности и личностного роста. Результаты оглашаются на ежедневной итоговой линейке. Каждый отряд оформляет экран достижений в отрядном уголке. За победу в различных делах отряд может получить знак успеха (звездочка либо медаль).

### **Нормативно-правовое обеспечение программы**

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- 1.
2. не реализуется
3. Конституция Российской Федерации.
4. Конвенция ООН «О правах ребенка».
5. Закон «Об образовании РФ»
6. Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.
7. Положение о лагере дневного пребывания
8. Программа воспитания
9. Правила внутреннего распорядка лагеря дневного пребывания.
10. Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
11. Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в школьном оздоровительном лагере.
12. Должностные инструкции работников.
13. Заявления от родителей.

### **Этапы реализации программы**

#### **1. Подготовительный этап**

Этот этап характеризуется тем, что за 3 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 с дневным пребыванием детей и подростков
- подготовка методического материала для работников лагеря;
- отбор кадров для работы в пришкольном летнем оздоровительном лагере, прохождение обучения по программе подготовки кадров;
- составление необходимой документации для деятельности лагеря (план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции т.д.)

## **2. Организационный этап смены**

Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 1- 2 дня.

Основной деятельностью этого этапа является:

- встреча детей, проведение диагностики по выявлению и формированию лидерских, организаторских и творческих способностей; физических возможностей;
- выявление и постановка направлений развития коллектива и личности, сплочение разновозрастных отрядов;
- формирование органов детского самоуправления, законов и условий совместной работы;
- запуск реализации программы, знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

Результаты:

- общее представление о смене;
- определение творческих планов;
- выявление лидеров;
- формирование межличностных отношений;
- выбор видов деятельности;
- организационно-методическая деятельность;

## **3. Основной этап смены**

Основной деятельностью этого этапа является реализация основных положений программы.

Участники программы:

- познают, отдыхают, трудятся

- делают открытия в себе и окружающем мире
- участвуют в организации и проведении мероприятий
- учатся справляться с отрицательными эмоциями, преодолевать трудные жизненные ситуации
- развивают способность доверять себе и другим
- укрепляют своё здоровье

Основные направления работы на данном этапе:

- спортивно-оздоровительная деятельность;
- социализация и интеграция в результате игровой деятельности;
- пропаганда здорового, активного образа жизни.

#### **4. Заключительный этап смены**

- подведение итогов смены
- проведение диагностики
- анкетирование детей и родителей
- мониторинг

#### **5. Аналитический этап.**

Социально– педагогический анализ результатов реализации программы и оценка эффективности результатов оздоровления и личностного роста, мониторинг.

Основной идеей этого этапа является:

- анализ результатов мониторинга
- выработка перспектив деятельности организации;

#### **Основные блоки реализации программы**

<b>Блок</b>	<b>Содержание</b>	<b>Формы работы</b>
<i>1. Блок безопасности</i>	мероприятия по ПДД, пожарной безопасности, поведения в ЧС. Проведение инструкций по ТБ.	различные встречи, экскурсии, соревнования, конкурсные программы по физической культуре, ОБЖ, противопожарной безопасности, правилам дорожного движения (квест игра), по оказанию первой медицинской помощи.
<i>2. Оздоровительный блок</i>	мероприятиях физкультурно-оздоровительной тематики. Этот блок включает в себя спортивные игры, состязания, беседы о ЗОЖ, спортивные праздники и соревнования, прогулка с пикником.	ежедневная утренняя зарядка, тренировки; спортивные соревнования;

3. Воспитательный блок	работу кружков, оформление презентаций, проведение викторин, игр, соревнований	беседы, конкурсы, викторины по спорту; беседы и викторины на тему ЗОЖ; конкурсы плакатов о ЗОЖ, на тему противопожарной безопасности; в экскурсии в музей и прогулки с пикником.
------------------------	--	--

### План основных мероприятий в процессе реализации программы

№ п/п	Вид работы	Время	Ответственный
1	2	3	4
<b>Организационная работа</b>			
1	Разработка календарного плана спортивно-массовых мероприятий	До открытия лагеря	Воспитатели (педагоги допобразования)
2	Составление календарных планов спортивно-массовых мероприятий отрядов. Выборы физоргов отрядов.	В первые 1-2 дня	Воспитатели, вожатые
3	Составление расписания занятий	В нача педагоги допобразования смены	Воспитатели (педагоги допобразования)
4	Разработка Положения о лагерной спартакиаде, Положения о детском самоуправлении	В организационный период	Воспитатели (педагоги допобразования)
5	Инструктаж физоргов, капитанов команд, ответственных за утреннюю гимнастику	В организационный период	Воспитатели (педагоги допобразования)
6	Организация медицинского контроля	В течение всей смены	Медработник Тоншаевского ЦРБ
<b>Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа</b>			
1	Проведение утренней гимнастики	Ежедневно	Воспитатель (педагоги допобразования)
2	Проведение оздоровительных мероприятий	По плану	Воспитатель (педагоги допобразования)
3	Проведение занятий по отрядам	По расписанию	Воспитатель (педагоги допобразования)
4	Организация конкурсов, соревнований по различным видам	По плану	Воспитатель (педагоги допобразования)

	спорта		
5	Прогулки, экскурсии, туристские походы	По плану	Воспитатель (педагоги до-образования )
6	Работа кружка «ГТО»	По плану	Воспитатель (педагоги до-образования )
<b>Пропагандистская работа</b>			
1	Оборудование уголка “Наши достижения”, таблица лагерной спартакиады	В первые 1-2 дня	Воспитатель (педагоги до-образования )
2	Отрядные уголки	В течение сме-ны	Воспитатели, воспитанники
3	Информационный стенд для родителей	Февраль-март	Начальник, воспитатели
4	Публикации о деятельности ла-геря в СМИ	В течение сме-ны	Начальник, воспитатели

### **Ресурсное обеспечение реализации программы.**

В ходе подготовки и реализации программы будут использованы все возможности (материально-технические, кадровые, финансовые, психолого-педагогические и др.) для наиболее успешного решения поставленных задач.

Сотрудники лагеря допускаются к работе после специального обучающего семинара, медицинского допуска, инструктажа по охране жизни и здоровья.

### **Система лечебно-профилактической работы в учреждении**

Медицинское обслуживание учащихся обеспечивает врач поликлиники, медицинский персонал Тоншаевского ЦРБ по договору в трёхстороннем порядке.

Систему лечебно-профилактической работы в пришкольном лагере можно представить следующим образом:

#### **1. Мониторинг состояния здоровья детей, оценка эффективности профилактических и оздоровительных мероприятий:**

- организация профилактических осмотров;
- контроль за санитарно – гигиеническими условиями.
- составляется мониторинговый лист здоровья на каждого ребенка

#### **2. Организация физического воспитания и закаливания:**

- утренняя зарядка;
- спортивные тренировки;
- воздушные ванны;
- спортивные мероприятия;

- работа кружка «ГТО»

### **3. Просветительская работа:**

- ежедневные «Минутки здоровья» (беседы, викторины, диспуты);
- пропаганда ГТО.

### **4. Профилактические мероприятия и мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций, охране жизни и здоровья детей в летний период:**

- инструктажи для сотрудников лагеря и детей, беседы, викторины, учебная эвакуация.

#### **Система безопасности.**

Начальник и персонал лагеря несут ответственность за полную безопасность жизни и здоровья детей, находящихся в лагере.

Все помещения лагеря обеспечиваются противопожарными средствами. В лагере разработаны планы эвакуации детей в случае пожара и стихийных бедствий и ЧС.

Лагерь имеет карту дорожной безопасности.

В учреждении имеется система передачи извещений о пожаре, система комплекса технических средств охраны. Телефонная связь: 2-20-94

2-21-55- телефакс.

#### **Организация питания**

Питание участников лагеря осуществляется в соответствии со всеми санитарными нормами и требованиями в столовой Тоншаевской СОШ по договору в трёхстороннем порядке с Тоншаевским РАЙПО.

В контроль над состоянием фактического питания и анализ качества и калорийности питания;

- бракераж готовой продукции;
- контроль над выполнением натуральных норм;
- контроль за санитарно – гигиеническим состоянием пищеблока.

#### **Кадровое обеспечение**

Юдинцева С.А. - начальник лагеря, тренер-преподаватель высшей квалификационной категории.

Великоречина Н.С- воспитатель, педагог дополнительного образования

Хлыбова Е.В- воспитатель, тренер-преподаватель – высшей квалификационной категории.

Тарасова Т.В. - уборщик служебных помещений.

#### **Материально-техническая база**

Спортивный лагерь «Юность» функционирует на базе Тоншаевской ДЮСШ «Олимп» по адресу: 606950 Нижегородская область, р-п. Тоншаево, ул. Октябрьская, д. 41. Площадь здания составляет 317 кв.м., в котором оборудованы: сан.узлы для девочек и

мальчиков отдельно, душевая комната, зал для тенниса, тренажерный зал, гимнастический зал, раздевалки. Рядом со зданием Тоншаевской ДЮСШ «Олимп» расположены: стадион, волейбольная площадка, баскетбольная площадка, игровая площадка, парк.

#### **Система информирования общественности**

Электронная почта: [dush4791@mail.ru](mailto:dush4791@mail.ru); сайт учреждения.

Вся информация о деятельности лагеря транслируется: на сайте учреждения, информационном стенде для родителей, в районной газете «Край родной».

#### **Система внешних контактов лагеря**

В течение смены лагерь сотрудничает с Тоншаевским ДК, ФОК «Старт», районной библиотекой, РЦДТ и музеем.

### **СИСТЕМА КОНТРОЛЯ**

#### **И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОГРАММЫ**

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Срок проведения</b>	<b>Ответственные</b>
1	Опрос родителей на выявление пожеланий по организации деятельности детского лагеря	апрель-май	Начальник лагеря
2	Анкетирование детей в организационный период с целью выявления их интересов	1 день смены	Воспитатель
3	Ежедневное отслеживание настроения детей, удовлетворённости проведёнными мероприятиями	в течение смены	Начальник лагеря, воспитатель
4	Анкетирование детей и родителей в конце смены, позволяющее выявить оправдание ожиданий	Последний день смены	Воспитатель

#### **ДИАГНОСТИКА И МОНИТОРИНГ**

*Организационный период.* Диагностика направлена на исследование общей структуры контингента детей, их ожиданий и представлений о предстоящей жизнедеятельности; выявление их интересов, потребностей, способностей; исследование ценностного отношения к собственному здоровью.

*Основной период.* Диагностика направлена на выявление: психологического комфорта, уровня социальной активности, уровня адаптации в детском коллективе, включенности в смену.

*Заключительный период.* Диагностика направлена на выявление: психологической удовлетворенности пребыванием в лагере, изменений в ценностных отношениях к собственному здоровью.

*Методики:* анкета для участника, групповые игры и упражнения и др.

### **КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ**

- Посещаемость;
- активность детей на протяжении каждого дня и всей смены;
- психологический климат и характер межличностных отношений в лагере;
- личные достижения детей;
- отсутствие травм, серьезных конфликтов;
- отзывы родителей и детей, участников смены.

### **Ожидаемые результаты**

---

- 100% воспитанников имеют желание и физическую подготовку для сдачи норм ГТО;
- 100% - имеют оздоровительный эффект;
- повысился уровень развития личностных качеств;
- реализована общеобразовательная (общеразвивающая) программа «ГТО»;
- повысился процент детей, активно участвующих в воспитательных мероприятиях
- 100% детей и родителей удовлетворены полноценным и содержательным отдыхом

## Список литературы:

1. Царик А.В., Справочник работника физической культуры и спорта, нормативные правовые и программно- методические документы, практический опыт, рекомендации. М. : Советский спорт,.-700с. 2002 год.
2. Ломейко В.Ф., Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры. – Мн.: Нар. асвета, 1980. -218 с., ил.
3. Ивонина В.А. Спутник физкультурного работника. Под общей С74 ред. Изд. 2-е, испр. и доп. М., «Физкультура и спорт» , 1977.-352 с.
4. Белоножка О.В., Егунова Г.В., Смирнова В.Г., Спортивно- оздоровительные мероприятия в школе (Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы) – Волгоград : Учитель, 2007.- 173 с.
5. Огородников Б.И.: Туризм и спортивное ориентирование в комплексе ГТО. - М.: Физкультура и спорт, 1983г.

### **6. Список интернет –ресурсов:**

[www.gto.ru/](http://www.gto.ru/) - официальный сайт ВФСК ГТО.

**КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И СПОРТИВНО-МАССОВЫХ  
МЕРОПРИЯТИЙ НА ИЮНЬ МЕСЯЦ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ С  
ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ  
«Юность» при Тоншаевском ДЮЦ «Олимп»  
с 01 по 21 июня 2023 года  
«Вперед к победе в ГТО»**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Участники</b>	<b>Ответственные</b>
	Ежедневно	Утренняя зарядка	Все отряды	Воспитатели (Педагоги доп. образования)
	Ежедневно	Спортивные тренировки, подготовка детей к успешной сдаче норм ГТО	Все отряды	Воспитатели ( Педагоги доп. образования )
<b>1-ый день</b>	1 июня по плану	Беседы по ЗОЖ, Настольные игры. Оформление отрядных уголков. Заполнение «Карточки здоровья ребенка»	Все отряды	Воспитатели, вожатые
<b>2 - ой день</b>	2 июня	Инструктажи по ТБ ,ПДД, правилам поведения во время проведения соревнований. «Веселые старты»	Все отряды	Воспитатели, вожатые
<b>3- ий день</b>	3 июня	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух» Подготовка к сдаче норм ГТО – бег 30 м, 60 м...» Пионербол Учебная тренировка по эвакуации детей и сотрудников на случай пожара, составление акта. Игра «Борьба за знамя»	Все отряды	Воспитатели, капитаны команд, вожатые
<b>4-ый день</b>	4 июня	Викторина «Что, где, когда» Зоологические эстафеты Подготовка к сдаче норм ГТО – прыжки в длину с места Посещение ФОКа. Ледовая	Все отряды	Воспитатели, капитаны команд, вожатые

		арена. Игра «Охотники и лисы»		
<b>5-ый день</b>	7 июня	Беседа «Режим дня юного спортсмена» Соревнования по мини-футболу в рамках проекта «Десятилетие детства» Подготовка к сдаче норм ГТО – стрельба из электронного оружия Игра «Пограничники»	Все отряды	Воспитатели, капитаны команд
<b>6-ой день</b>	8 июня	Весёлые старты. Подготовка к сдаче норм ГТО – сгибание, разгибание рук в упоре лежа, подтягивание Квест игра по ГТО Стритбол Игра «Казачьи разбойники»	Все отряды	Воспитатели, капитаны команд
<b>7-ой день</b>	9 июня	Викторина «Все о спорте» Конкурс рисунков - «Спорт и я – мы друзья» Эстафеты совместно с обучающимися Дома творчества (ЦДТ) Подготовка к сдаче норм ГТО – бег 1000 м, 2000м Акция «Помоги своему поселку» - уборка стадиона, парка. Игра «Борьба за знамя»	Все отряды	Воспитатели, капитаны команд
<b>8-ой день</b>	10 июня	«Герб, флаг, гимн РФ» - викторина. Аквагимм Инструктаж по ТБ. Игра «Борьба за знамя» ГТО – поднимание туловища Соревнования по дартсу, в рамках проекта «Десятилетие детства» Футбол	Старший отряд	Воспитатели
<b>9-ый день</b>	11 июня	Беседа «Первая помощь при укусах, порезах, травмах». Эстафеты на велосипедах (велогонки.) Подготовка к сдаче норм ГТО – бег 2000 м. Пионербол Посещение ФОКа (басейн)	Все отряды	Воспитатели, вожатые, капитаны команд

<b>10-ый день</b>	15 июня	«Зелёная аптека» - викторина. Первенство по настольному теннису в рамках проекта «Десятилетие детства». Подготовка к сдаче норм ГТО – метание мяча. Эстафеты Игра с элементами ориентирования на местности «Охотники и лисы».	Все отряды	Воспитатели, вожатые, капитаны команд
<b>11-ый день</b>	16 июня	Викторина «Хочу все знать» «Веселые старты» Армрестлинг – состязания силачей. Пионербол. Игра «12 записок»	Все отряды	Воспитатели, вожатые, капитаны команд
<b>12-ый день</b>	17 июня	Инструктаж по технике безопасности, правилам поведения во время проведения соревнований, походов. Велотренировка (маршрут: Тоншаево- Селки) Викторина «Витамины» Игра в шашки, шахматы Подготовка к сдаче норм ГТО – бег 3000 м Игра «Пограничники»	Все отряды	Воспитатели, вожатые, капитаны команд
<b>13-ый день</b>	18 июня	Беседа «Вредные привычки» Гиннес – шоу (самый, самый) Соревнования по стритболу. Посещение ФОКа (плавание), ледовая арена Игра «12 записок»	Все отряды	Воспитатели, вожатые, капитаны команд
<b>14-ый день</b>	21 июня	Викторина к 22 июня, ко дню начала ВОВ. Измерение роста, взвешивание Заполнение карточек здоровья Игра «Борьба за знамя»	Все отряды	Начальник лагеря, воспитатели

**Законы жителей «Юность»**

Закон правды: запомни, правда, нужна не только тебе, но и окружающим тебя людям! Будь правдив!

Закон чести: развивай себя не только физически, но и духовно. Вспоминай о своей физической силе только наедине с собой. Помни о своей духовной силе, долге, благородстве, достоинстве.

Закон заботы: прежде чем требовать внимание к себе, прояви его к окружающим. Помни об их интересах, нуждах, потребностях.

Закон добра: будь добр к ближнему и добро вернется к тебе.

Закон милосердия: тебе хорошо, но посмотри вокруг, рядом могут быть люди, у которых слезы на глазах, помоги им.

Закон свободы: можно всё, что безопасно для тебя и других людей. Можно всё, что не мешает окружающим.

Закон сюрпризов: доброе слово и кошке приятно!

# Режим дня спортивного лагеря "ЮНОСТЬ"

**8.00.– 8.30.** – Прием детей.

**8.30.– 8.40.** На линейку всем пора!

Собирайся, детвора!



**8.40.–9.00.** – Зарядка.

Чтобы быть весь день в порядке,

Надо сделать нам зарядку!



**9.00.- 9.30.** – Завтрак.

Руки мой, узнать пора,  
Чем нас кормят повара?



**9.30.–10.30.** – Культмассовые мероприятия.

Ждут нас конкурсы, прогулки, интересные дела.



**10.30.-11.30.** – Спортивный час.

Всем на улицу пора!

Закаляться, развлекаться очень любит  
детвора.



**11.30.–12.00.**– Спортивная деятельность по интересам.

**12.00.-13.00** – Обед.

Берем ложки, берем хлеб и садимся за обед!



**13.00.-14.30.** – Отрядные дела. Тренировки.

Кто куда? Кто танцует и поет, кто на тренировки

идёт.

**14.30.–15.00.-** Уход детей домой.

Нам домой идти пора!

И до завтра, детвора.



## Мониторинг развития качеств личности учащихся

Качества личности	Признаки проявления качеств личности			
	ярко проявляются 5 баллов	проявляются 4 балла	слабо проявляются 3 балла	не проявляются 2 балла
1. Активность, организаторские способности	Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, целеустремлен, трудолюбив и прилежен, добивается выдающихся результатов, инициативен, организует деятельность других.	Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов.	Мало активен, наблюдает за деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность невысокая.	Пропускает занятия, мешает другим.
2. Коммуникативные навыки, коллективизм	Легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному желанию успешно выступает перед аудиторией.	Вступает и поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми, по инициативе руководителя или группы выступает перед аудиторией.	Поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально, публично не выступает.	Замкнут, общение затруднено, адаптируется в коллективе с трудом, является инициатором конфликтов.
3. Ответственность, самостоятельность, дисциплинированность	Выполняет поручения охотно, ответственно, часто по собственному желанию, может привлечь других. Всегда дисциплинирован, везде	Выполняет поручения охотно, ответственно. Хорошо ведет себя независимо от наличия или отсутствия контроля, но не требует этого	Неохотно выполняет поручения. Начинает работу, но часто не доводит ее до конца. Справляется с поручениями и соблюдает правила пове-	Уклоняется от поручений, безответственен. Часто недисциплинирован, нарушает правила поведения, слабо реагирует на воспитательные воздействия.

	соблюдает правила поведения, требует того же от других.	от других.	дения только при наличии контроля и требовательности преподавателя или товарищей.	
4. Нравственность, гуманность	Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, пресекает грубость, недобрые отношения к людям.	Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, но не требует этих качеств от других.	Помогает другим по поручению преподавателя, не всегда выполняет обещания, в присутствии старших чаще скромнен, со сверстниками бывает груб.	Недоброжелателен, груб, пренебрежителен, высокомерен с товарищами и старшими, часто обманывает, неискренен.
5. Креативность, склонность к творческой деятельности	Имеет высокий творческий потенциал. Самостоятельно выполняет задания. Может создать творческую команду и организовать ее деятельность. Находит нестандартные решения, новые способы выполнения заданий.	Способен принимать творческие решения, но в основном использует традиционные способы.	Выполняет творческие задания с помощью педагога. Может работать в группе при постоянной поддержке и контроле.	Не может работать в группе. Уровень выполнения заданий репродуктивный.