ОТДЕЛ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И РАБОТЫ С МОЛОДЕЖЬЮ
АДМИНИСТРАЦИИ СЛАДКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА "ТЕМП"
СЛАДКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

рассмотрено на заседании
педагогического совета № 1 от
18.03.2026 года

Протокол № 1 от 18.03.2026 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МАУ ДО СШ "Темп" СМО

П.С. Харапонов

Приказ № 1 от 18.03.2026 года

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА
ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ
"ОТДЫХАЕМ. ЗАНИМАЕМСЯ. РАЗВИВАЕМСЯ"

Сроки реализации:	01.06.-22.06.2026 15 рабочих дней
Возраст детей:	10 - 14 лет
Автор программы:	Иваненко Виктор Владимирович, заместитель директора по учебно - спортивной работе

с. Сладково
2026 год

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Паспорт программы	3
2.	Пояснительная записка	7
3.	Содержание программы	22
4.	Учебно - календарные планы	28
5.	Механизм реализации программы	30
6.	Условия реализации программы	33
7.	Методические материалы	36
8	Оценочные материалы	41
9	Рабочая программа и календарный план воспитательной работы	51
	Приложение № 1. Тематика конспектов учебно - тренировочных занятий	54
	Приложение № 2. Требования по технике безопасности детей при реализации программы	62
	Список литературы и информационных источников	79

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

1.	Полное название программы	Комплексная программа лагеря с дневным пребыванием детей "Отдыхаем. Занимаемся. Развиваемся"
2.	Вид программы	Комплексная
3.	Направленность (направленности) дополнительного образования программы	Физкультурно - спортивная
4.	Виды деятельности или направления работы в лагере	1. Спортивно-оздоровительное 2. Творческое 3. Патриотическое 4. Профилактическое 5. Общеразвивающее
5.	Цель, задачи программы	Цель программы: сохранение показателей физической формы отдыхающих – обучающихся учреждения в период летнего периода при отсутствии полноценного тренировочного процесса по направлениям видов спорта. Задачи программы: - развитие знаний, умений и навыков в области спортивной подготовки. - создание благоприятной эмоциональной атмосферы, обеспечивающей социально – психологическую комфортность каждому ребёнку. - улучшение психического и социального здоровья детей посредством цикла мероприятий оздоровительного, общеукрепляющего, спортивного характера. - создание эффективного развивающего, оздоровительного пространства лагеря через формирование моделей игровой деятельности. - развитие культуры межличностных отношений, потребности в духовном самосовершенствовании, познавательного интереса посредством включения в различные виды деятельности. - формирование и развитие патриотизма.
6.	Планируемые результаты	- укрепление физических и психологических сил

		детей и подростков, - развитие лидерских и организаторских качеств, - приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности
7.	Целевая аудитория программы (для кого предназначена программа, возрастной контингент, предполагаемое количество, география участников)	Возраст участников: от 10 до 14 лет (включительно). Целевая аудитория: обучающиеся основных направлений дополнительного образования учреждения по видам спорта (волейбол, футбол)
8.	Этапы и сроки реализации программы, количество смен	1. Подготовительный 2. Основной 3. Заключительный 1 смена - 40 человек Сроки проведения: 01.06. - 22.06.2026, кроме, суббот, воскресений и 12.06.2026 г., всего 15 рабочих дней
9.	Краткое содержание программы с описанием игровой модели смены	Основу деятельности составляет комплекс мероприятий из комбинации: - учебно - тренировочного процесса (занятия по группам - направлениям видов спорта); - состязательной игровой части во взаимоотношениях отрядов/команд и других лагерей в период смены (внутренняя и окружная Спартакиады, совместные групповые и индивидуальные игры); - разнообразных культурных мероприятий (просмотр фильма, посещение музея, выезд в загородный лагерь «Прометей»). Погружение в сюжет лагеря происходит через знакомство с игровой легендой, во время которой участники лагеря могут примерить на себе роль "Поселенца - атлета, Племя которого, ведет борьбу за выживание в древнем мире через совместные действия в Общине Племен". Смысл сюжета игры: через различные совместные действия Поселенцев Общине Племен (творческие, спортивные) - "Получить как можно больше достижений и помочь Племени победить".

10.	Полное и краткое официальное название организации	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования спортивная школа «Темп» Сладковского округа / МАУ ДО СШ "Темп" СМО
11.	Почтовый адрес, телефон с указанием кода населенного пункта, электронный адрес организации, авторов-разработчиков	627610, Тюменская область, Сладковский округ, с. Сладково, ул. Гурьева, 89, тел. (34555) 23-5-31, sladkovo_temp@obl72.ru
12.	Ф.И.О. руководителя организации	Харапонов Павел Сергеевич
13.	Авторы программы (Ф.И.О полностью и должность); контактные телефоны	Иваненко Виктор Владимирович, заместитель директора по учебно - спортивной работе, тел. (34555) 23-5-31
14.	Место реализации программы с указанием адреса	627610, Тюменская область, Сладковский округ, с. Сладково, ул. Ленина, 15б
15.	Имеющийся опыт реализации программы и дата её создания	Опыт: 2022 -2025 годы. Период разработки программы: февраль - март 2026 года
16.	Финансовое обеспечение проекта (источники)	Всего: 1. субсидирование из муниципального бюджета "на организацию услуг питания лагеря с дневным пребыванием"; 2. субсидирование из муниципального бюджета "на организацию летнего отдыха"; 3. софинансирование расходов на оплату услуги по питанию в лагере с дневным пребыванием за счет родительских средств
17.	Перечень организаторов программы, а также социальных, интеллектуальных и экономических партнеров (при наличии). При сетевом взаимодействии указать реквизиты договора	1. МАОУ Сладковская СОШ - организация питания отдыхающих лагеря с дневным пребыванием детей на базе учреждения: - договор на оказание услуг по организации питания в лагере с дневным пребыванием детей - обновляется ежегодно; - договор безвозмездного пользования б/н от 15.01.2018 года
18.	Особая информация и примечания (участие в	Нет

	конкурсах, достижения, ссылки на публикации в СМИ и др.)	

2. Пояснительная записка

Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников. В указанный период происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие у воспитанников личностных качеств: способности к самореализации, любознательности, умения общаться в группе, формирование нравственно-патриотических чувств, любви к родному краю, ответственности за свои поступки, соблюдение правил и норм ЗОЖ, безопасного поведения.

Одним из инструментов успешного хода описанной процедуры может являться: популяризация занятий физической культурой и ведение здорового образа жизни через процесс воспитания физически развитой, психологически здоровой личности.

Физическое воспитание тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием, дисциплинирует себя, вырабатывает твердый характер, учит четко выполнять нормы и правила спортивной этики, уважать соперника, судей, развивает умение бороться и искренне радоваться победам, не проявлять зависти к победителям и теряться при поражениях.

Основная деятельность лагеря дневного пребывания на базе учреждения направлена на развитие личности ребенка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками.

В целях проведения профессионального ориентирования воспитанников и повышения их опыта в части занятости в летний период учреждение временно трудоустраивает несовершеннолетних в качестве помощников вожатых (с предварительным обучением на базе полномочных организаций).

Программа является краткосрочной и реализуется в летний период июня 2026 года:

- 1 смена - 40 человек,
- сроки проведения: 01.06.2026 - 22.06.2026 года, кроме, суббот, воскресений и 12.06.2026 г., всего 15 рабочих дней

Разработка программы по организации каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей обусловлена:

- повышением спроса законных представителей и детей на организованный отдых в условиях сельской местности;
- обеспечением преемственности в работе лагеря предыдущих лет;
- модернизацией старых форм работы и введение новых.

2.1.1. Направленность программы

Представленная программа по своему содержанию является модульной и включает следующие направления:

- профильную физкультурно - спортивную часть с совместным использованием материалов гражданско - патриотической, туристической и досуговой деятельности,

предоставляющую возможность поддержания и улучшения спортивной формы участников лагеря (лиц проходящих обучение в рамках дополнительных образовательных программ учреждения), приобретение навыков здорового образа жизни, культурно - нравственного совершенствования их личности;

- вспомогательную социально - ориентированную часть, позволяющую подростковому контингенту лагеря поучаствовать в его деятельности в качестве "занятой" единицы потенциально готовящейся к вступлению в трудовые отношения с обществом.

Основу деятельности составляет комплекс мероприятий из комбинации:

- учебно - тренировочного процесса (занятия по группам - направлениям видов спорта);

- состязательной игровой части во взаимоотношениях отрядов/команд и других лагерей в период смены (внутренняя и окружная Спартакиады, совместные групповые и индивидуальные игры);

- разнообразных культурных мероприятий (просмотр фильма, посещение музея, выезд в окружный загородный лагерь «Прометей»).

2.1.2. Актуальность программы

Нацеленное свойство программы быть, ориентированной на решение наиболее важных проблем в сложившихся для лагеря условиях заключается в создании среды, способствующей физическому развитию детей как жизненно важной ценности, сознательному стремлению к ведению здорового образа жизни, развитию личности ребенка, раскрытию его способностей на основе удовлетворения возрастных и индивидуальных интересов и потребностей.

"Спорт становится средством воспитания тогда, когда он – любимое занятие каждого"– эта педагогическая формула становиться правилом и при организации детского летнего отдыха, а заодно, творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребёнка.

Формой выражения актуальности программы является сочетание учебно - тренировочных занятий и соревнований под руководством воспитателей (тренеров - преподавателей) и различных игровых, развлекательных и познавательных мероприятий, в содержание которых включаются упражнения из профилирующих и других видов спорта, знания из различных областей деятельности человека.

Учебно - тренировочные занятия проводятся, как правило, раз в день (4 раза в неделю) в соответствии с планом - сеткой мероприятий. Состязательный фактор по видам программы включает противостояние как между отрядами/командами, так и объединенной команде воспитателей и их помощников, что придает борьбе дополнительный азарт и эмоции.

Основу программы составляет физкультурно - спортивное и производное на ее базе - профилактическое направление деятельности, включающие:

1. Улучшение физического, психологического и социального состояния личности

посредством цикла физкультурных мероприятий, спортивно - массовых мероприятий, секционных занятий;

2. Использование педагогических технологий, методик, способствующих эффективной организации работы по привлечению детей и молодежи к систематическим занятиям спортом;

3. Совершенствование спортивных навыков и достижений участников программы;

4. Формирование у детей и молодёжи устойчивой мотивации к ЗОЖ;

5. Формирование негативного отношения к употреблению психоактивных веществ.

Особое место отведено циклу мероприятий, посвященных патриотическому воспитанию, нравственному и духовному здоровью человека.

Обеспечение занятости несовершеннолетних в период летних каникул является приоритетным направлением государственной политики в области дополнительного образования детей и подростков. Организация их свободного времени (включительно, трудоустройство), максимальное использование в воспитательных и оздоровительных целях, пребывание детей в социальном и природном окружении является важной особенностью летней оздоровительной кампании.

Дополнительная ценность программы состоит в том, что она не требует больших материальных затрат и будет реализована частично за счет средств родительской платы (софинансирования расходов на оплату стоимости питания).

2.1.3. Педагогическая целесообразность 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. Понятие «здоровый образ жизни» необходимо закладывать еще в детстве. Родители многих детей ищут спасение в медикаментах, недооценивая силу воздействия на организм и эффективность таких факторов, как двигательная активность, закаливание, основы массажа и др.

Организованная деятельность детей в летний период позволяет сделать педагогический процесс практически непрерывным в течение всего года. Помогает разбудить у детей и подростков живой и здоровый интерес ко всему окружающему.

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. Досуговая деятельность направлена на вовлечение детей в мероприятия с последующим выявлением их наклонностей и способностей.

Детский лагерь, учитывая его специфическую деятельность, может дать детям определенную целостную систему нравственных ценностей и культурных традиций через погружение ребенка в атмосферу игры и познавательной деятельности дружеского микросоциума.

Чтобы развиваться и социально, и духовно, подростки должны ориентироваться и действовать в постоянно меняющемся мире, не теряя при этом нравственных начал, уважения к себе и другим людям, своей самобытности, способности к самопознанию и самосовершенствованию.

При этом важными становятся ощущения времени, взаимодействия с ним, включающее связь с прошлым, наличие исторической, национальной памяти, полноценную жизнь в настоящем, способность адаптироваться при изменяющихся социальных условиях.

Педагогическая идея программы интеллектуального направления базируется на основных положениях и требованиях к организации отдыха детей и подростков:

 обеспечение сохранности жизни и здоровья ребенка;

 индивидуальный подход к каждому ребенку;

 помощь ребенку в самоанализе, оценивании собственной деятельности в самостоятельном решении проблем;

 удовлетворение интересов наибольшего количества участников отдыха;

 одобрение достижений ребенка в какой-либо области, предоставление ему возможности испытать себя в разных видах деятельности.

Задача педагогического коллектива в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, укрепить морально-волевые качества учащихся, организовать свободное время во время летних каникул, сформировать детский коллектив, поддержать малообеспеченные семьи.

Концептуальные подходы к содержанию и организации профильной смены основываются на следующих принципах:

 принцип многообразия видов, форм и содержания деятельности, рассчитанных на доминирующие способности, интерес и потребности (интеллектуально-познавательные, художественно-творческие, организаторско - лидерские);

 принцип свободы и творчества;

 принцип социальной активности через включение подростков в социально-значимую деятельность при проведении разноплановых просветительских, оздоровительных, спортивных, досуговых мероприятий.

 принцип взаимосвязи педагогического управления и самоуправления.

2.1.4. Новизна программы

Рассматривать «новизну программы» предлагается по нескольким составляющим:

- в обновлении формы организации летнего отдыха и занятости детей;

- апробации новых методов организации досуга (занятие спортом в условиях летнего лагеря, благодаря индивидуальному подходу и особенностям каждого

ребенка позволяют ему ощутить себя в динамике непрерывного физического развития, отражающейся в его спортивных показателях и достижениях);

- устойчивое формирование комфортной образовательной среды, которая воспитывает у детей и подростков культуру здорового и безопасного образа жизни на всех возрастных этапах (гармоничное сочетание физкультурно-оздоровительной, творческо - познавательной и гражданско-патриотической деятельности учащихся посредством вовлечения детей в интеллектуальную, спортивно-игровую деятельность);

- применение новых информационно - технических возможностей для отражения лично - командных достижений обучающихся и выражения их творческих особенностей:

а. задействование самостоятельно изготовленных настольных игр:

- по назначению - развивающие, обучающие;

- по числу участников – одиночные, коллективные, кооперативные;

- по направленности - экономические, спортивные, военно - патриотические;

б. расширенное информационное обеспечение и сопровождение проведения лагеря:

- использование информационных ресурсов от момента автоматизированной подачи заявлений на прием;

- апробации возможности «он-лайн» режимов при проведении мероприятий.

Таким образом, можно обозначить программу как комплексную, то есть посредством создания профильных отрядов/команд включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и интеллектуального, творческого воспитания детей в условиях лагеря на базе учреждения.

2.1.5. Отличительные особенности

Отличительной особенностью программы является использование здоровьесберегающих технологий в период проведение смены.

Здоровьесберегающие образовательных технологий это:

1. Отсутствие назидательности и авторитарности;
2. Элементы индивидуализации обучения;
3. Наличие мотивации на здоровый образ жизни тренера и обучающегося;
4. Интерес к обучению, желание идти на учебно - тренировочные занятия;
5. Наличие физкультминуток;
6. Наличие гигиенического контроля.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 10 до 14 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. По данным Минздрава

РФ на сегодня каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины школьников отмечаются функциональные отклонения.

Включение в занятие или иное мероприятие специальных методических приёмов и средств обеспечивает выполнение этой задачи и не требует больших материальных и временных затрат. Учебно-воспитательный процесс должен быть направлен на поддержание постоянства внутренней среды организма обучающегося через соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, регламентированных СанПиНами; осуществление профилактических и психогигиенических мероприятий при организации обучения и воспитания, учета его индивидуальных особенностей в определении темпов и уровня усвоения учебного материала и т.д.

Занятие или иное мероприятие соблюдающее «условия здоровьесбережения» это:

1. Выполнение требований СанПиН;
2. Соблюдение этапов занятия;
3. Использование методов групповой работы;
4. Использование интерактивных методов.

В своей педагогической деятельности предполагается использовать следующие здоровьесберегающие технологии в соответствии с особенностями каждого возраста на основе личностно-ориентированного подхода к детям:

- динамические игры и паузы;
- кинезиологические упражнения;
- упражнения для глаз;
- мимические упражнения;
- релаксация;
- дыхательно-голосовые игры и упражнения.

2.1.6. Краткая характеристика участников программы

Критерии формирования состава участников лагеря:

- общее количество: 1 смена - 40 человек;
- возраст: от 10 до 14 (включительно) лет;
- обучающиеся основных направлений дополнительного образования учреждения по видам спорта (волейбол, футбол);
- преимущественное право отдается:

а) проживающие на территории Сладковского сельского поселения;

б) обучающимся малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации и детям группы риска.

Численный состав участников по направлениям подготовки участников закрепляется как 2 отряда/команды по 20 человек.

До начала смены формируется отобранный согласно приведенным выше критериям состав участников.

Участники программы делятся на временные коллективы – «команды» по направлениям основных групп занятий видов спорта.

2.1.7. Виды деятельности и направления работы лагеря

Основу программы составляет физкультурно - спортивное и производное на ее базе - профилактическое направление деятельности, включающие:

1. Улучшение физического, психологического и социального состояния личности посредством цикла физкультурных мероприятий, спортивно - массовых мероприятий, секционных занятий;
2. Использование педагогических технологий, методик, способствующих эффективной организации работы по привлечению детей и молодежи к систематическим занятиям спортом;
3. Совершенствование спортивных навыков и достижений участников программы;
4. Формирование у детей и молодёжи устойчивой мотивации к ЗОЖ;
5. Формирование негативного отношения к употреблению психоактивных веществ.

Особое место отведено циклу мероприятий, посвященных патриотическому воспитанию, нравственному и духовному здоровью человека.

2.1.8. Основные формы и методы работы с детьми

Основными формами работы являются групповые занятия; участие в соревнованиях и контрольных тренировках; теоретические занятия; медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия; участие в конкурсах и смотрах.

Групповые теоретические занятия с обучающимися проводятся в форме кратких популярных бесед.

Кроме групповых учебно - тренировочных занятий под непосредственным руководством тренера-преподавателя, учащиеся должны заниматься самостоятельно, выполняя отдельные индивидуальные, в том числе и домашние задания по общей физической подготовке.

Максимальный состав определяется с учетом соблюдения правил техники безопасности (до 20 человек) на тренировочную группу.

2.1.9. Режим организации занятий групп

Регламентирующая нормативно-правовая основа регулирующая деятельность спортивных школ устанавливает следующие параметры для программы:

1. форма проведения занятий: групповая;
2. возрастная категория обучающихся: от 10 до 14 лет;

3. количество обучающихся в группах - до 20 человек;

4.количество учебных часов:

- всего по направлению и вне зависимости от выбранного вида спорта - 18 часов в период обучения,

- период обучения: календарная неделя,

- 6 часов в неделю:

а) количество занятий в неделю - 4;

б) количество академических часов в день –до 2,

в) продолжительность академического часа - 45 минут,

г) продолжительность одного занятия - 90 минут;

5. режим занятий: по расписанию;

6. форма обучения: очная;

7. виды занятий: теоретические и практические.

Занятия проводятся групповым методом, в соответствии с количеством занимающихся, предусмотренным учебной программой. Учебный материал программы состоит из теоретического и практического разделов.

В групповых занятиях дети овладевают тренерскими, педагогическими и судейскими навыками. Умеют правильно держаться перед строем занимающихся, показывать и объяснять отдельные упражнения, правильно подавать команды и отдельные распоряжения, замечать ошибки и исправлять их.

При подборе средств и методов учебных занятий, дозировки, деления объёма и интенсивности физических нагрузок следует учитывать анатомо-физиологические особенности и функциональные возможности детей школьного возраста.

Для предотвращения травматизма на занятиях тренер-преподаватель обязан соблюдать следующие основные положения:

- проводить общую разминку (вводно-подготовительная часть занятия) с целью всесторонней подготовки организма к учебно-оздоровительным и учебно-тренировочным занятиям;

- соблюдать последовательность на занятиях;

- знать и учитывать индивидуальные особенности, физическую подготовку и состояние здоровья детей;

- не допускать нарушение дисциплины на занятиях;

- следить за регулярностью медицинского осмотра;

- правильно использовать, беречь инвентарь и оборудование.

При проведении учебно - тренировочных занятий и соревнований должны строго соблюдаться установленные требования по врачебному контролю над занимающимися и обеспечению норм санитарно-гигиенического состояния мест занятий и оборудования. В ходе тренировочного процесса в группах, с детьми предусмотрено проводить соревнования по общей физической подготовке, подвижным играм, конкурсам в каждой возрастной группе.

Учебно - тренировочные занятия подразделяются на составляющие:

- вводно - подготовительную часть;

- основную;

- заключительную.

Вводно - подготовительная часть представлены задачами:

1. организация занимающихся для занятий (постановка задач, обеспечение внимания, дисциплины, регулирование эмоционального состояния и т. д.)

2. подготовка организма занимающихся (центральной нервной системы, вегетативных функций и опорно-двигательного аппарата) для наиболее успешного решения задач основной части занятий.

Средства: различные виды ходьбы, бега, прыжков, подвижных игр, упражнения на внимание, общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами) и др.

В основной части задачи занятия концентрируются упражнения конкретной преимущественной направленности:

1.формирование у занимающихся различных двигательных умений и навыков (обучение правильной технике выполнения физических упражнений и ее совершенствование);

2. развитие необходимых физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости), воспитание моральных (патриотизм, коллективизм, трудолюбие, честность и т. д.) и волевых качеств (смелость, решительность, выдержка и др.) у обучающихся.

3.обучение умению применять приобретенные навыки и качества в различных жизненных ситуациях.

Средства: Подготовительные, подводящие и основные упражнения общей и специальной физической подготовки, основы видов спорта и т.д.

Заключительная часть имеет задачи:

1.постепенное приведение организма занимающихся в относительно спокойное состояние (снятие физической и психической напряженности).

2.подготовка занимающихся к наступающей за тренировочными занятиями деятельности (организация их внимания и дисциплины)

3.организованное завершение занятия, подведение итогов, задание на дом, установка на следующее занятие.

Средства: Строевые упражнения, медленный бег, различные виды ходьбы, упражнения на расслабление, внимание и т. п.

Наряду с указанными задачами, характерными для каждой части учебных занятий решается и такая важная задача, как сообщение занимающимся новых сведений и знаний по физической культуре и спорту. Причем, делается это в любой части урока (в начале, непосредственно перед упражнениями его основной части или в конце). В зависимости от конкретных условий проведения учебных занятий (в спортивном зале, на воздухе, и т. п.), основ видов спорта, периода учебной тренировки, обеспеченности инвентарем и оборудованием, контингента занимающихся (учитывая возраст и физическую подготовленность), каждая часть общей структуры занятий может расширяться и дополняться новыми специфическими задачами, и для их решения подбирают соответствующие средства.

Основным фактором, определяющим эффективность выполнения учащимся поставленных задач, является дозирование физической нагрузки. Это суммарные физиологические "затраты" организма ребёнка на мышечную работу.

Способы регулирования физической нагрузки обеспечивают оптимальные сдвиги в организме для восстановления здоровья и изменения функциональных показателей в лучшую сторону.

Физическая нагрузка зависит:

- от количества производимой работы и её интенсивности;
- от нервно-психических реакций;
- степени умственного напряжения при выполнении упражнений (движений);
- от уровня эмоциональных сдвигов.

Наиболее распространёнными способами регулирования физической нагрузки являются:

- длительность самих упражнений и подвижных игр;
- количество повторений;
- выбор исходных положений;
- применение отягощения и сопротивления;
- темп и ритм движений и т. д.

Общая плотность занятия информирует о том, сколько времени затрачено на обучение, которое складывается из объяснения тренера-преподавателя, показ упражнения, выполнения упражнения детьми, поправок и замечаний. Это полезная часть занятий, выражаемая в процентах по отношению к общей продолжительности, принятой за 100%.

При определении общей плотности исключается время, затраченное на подготовку зала, расстановку и уборку оборудования. Общая плотность занятия в зале должна быть не ниже 80 - 90%, на воздухе 90 - 95%.

Моторная плотность отражает двигательный компонент занятия, то есть время, в течение которого дети выполняют различные упражнения и находятся в движении. Моторная плотность занятий должна быть не менее 80%, на воздухе, особенно в прохладное время года, возрастает до 90%.

Постепенное повышение нагрузки (одно из обязательных условий), следует осуществлять ступенчато - от одного недельного цикла к другому. При оценке величины нагрузки имеется в виду её объём и интенсивность. Интенсивность нагрузки оценивается по скорости движения, по темпу. Важным показателем объёма и интенсивности выполняемой работы является величина функциональных сдвигов в организме ребенка (показатели — пульс, дыхание и др.).

В практике применяется наиболее простой способ измерения физической нагрузки — это по величине пульса, т. е. по ЧСС при выполнении упражнений и реакции восстановления ЧСС после окончания выполнения упражнений. Контроль нагрузки по ЧСС выбран не случайно, так как сердечно - сосудистая система наиболее ярко отражает реакцию организма на переносимую нагрузку.

Необходимо обучать занимающихся детей технике определения ЧСС. Пульс считается 10 сек., занятия с достаточной степенью нагрузки характеризуется учащением пульса после вводно-подготовительной части не менее чем на 20 - 25%, после выполнения ОРУ - не менее чем 50%, специальных упражнений - не менее чем на 60 - 70%, после подвижных игр до 70 - 90 % и даже 100%.

В конце занятий показание пульса, по сравнению с исходной величиной, повышается на 15 - 20%.

Возвращение пульса к норме может служить надёжным способом самоконтроля, позволяющим определить степень физического напряжения, вызванного тренировкой. После небольшой физической нагрузки пульс обычно приходит в норму через 2 - 3 мин., после средней 4 - 5 мин. Исходя из полученных данных, следует изменить содержание и нагрузку на последующих занятиях.

Учебно - тренировочные задания являются важнейшим начальным структурным компонентом тренировочного процесса. Учебно - тренировочные задания - это физическое упражнение или их комплекс, специально созданный для решения конкретных задач тренировочного процесса. Тренер-преподаватель разрабатывает каталоги учебно - тренировочных заданий по каждому виду подготовки, для учебно - тренировочных занятий по направленности, для разных типов микроциклов или по игровым функциям

Тренировочная деятельность включает:

- учебно - тренировочные задания - арсенал упражнений по направлениям занятий: общеразвивающих, подготовительных, подводящих, технике, тактике по виду спорта;
- учебно - тренировочные занятия и их составляющие - теоретическая, физическая(общая, специальная), техническая, тактическая подготовки по виду спорта;
- контрольные мероприятия.

Учебно - тренировочные задания группируются в отдельные блоки по принципу их преимущественной направленности.

Каждое тренировочное задание должно иметь:

- конкретные педагогические и воспитательные задачи;
- содержание занятия (комплекс упражнений, последовательность выполнения);
- дозировку нагрузки и режим ее выполнения (интенсивность, количество повторений, серий, вес спортивных снарядов, длина дистанций, продолжительность и характер пауз отдыха и др.):
- методические указания (год обучения, возможные ошибки при выполнении упражнения и способы их устранения);
- организационные указания (место проведения занятий, необходимый инвентарь и оборудование).

2.1.10. Место проведения лагерной смены

Основным местом ведения смены является базирование на стадионе учреждения как комплекса по первичной отработке технических и тактических составляющих тренировочного процесса по видам спорта (с. Сладково, ул. Ленина, 15б).

Для иных целей и составляющих пространства лагеря предусмотрены:

- спортивный зал (в случае ухудшения погодных условий на открытом воздухе, с. Сладково, ул. Ленина, 86);
- теоретический класс (проведение лекций и бесед, с. Сладково, ул. Гурьева, 89).

2.1.11. Социальные партнеры и другие партнеры

Учреждения и организации - партнеры реализации программы подразделяются на следующие категории:

1. Межведомственные (взаимодействие для полноценного обеспечения функционирования лагеря):

- МАОУ Сладковская СОШ – обеспечение обучающихся питанием в лагере дневного пребывания, проведением совместных физкультурных мероприятий;
- ГБУЗ ТО "Областная больница № 4 в г. Ишиме" (филиал № 1 с. Сладково) – оказание содействия в проведении мероприятий для несовершеннолетних, обеспечение медицинского сопровождения спортивных мероприятий, а также прохождение медицинского осмотра в рамках летней кампании;
- ОП № 4 МО МВД «Ишимский» - профилактика правонарушений, беседы по ПДД.

2. Внутриструктурные (оказывающие услуги/выполняющие работы в рамках муниципального заказа на организацию летнего отдыха и занятости несовершеннолетних отдела культуры, спорта и работы с молодежью администрации Сладковского округа):

- МАУ ДО ДДТ "Галактика" - обеспечивают программу досуговыми мероприятиями, а также мероприятиями, направленными на формирование у детей чувства любви к родному краю, своей природе, окружающему миру;
- ЦРБ - проведение профилактических, познавательных мероприятий;
- МАУК "Овация" - организация творческих проектов и торжественного открытия лагеря.

2.2.1. Цель и задачи программы

Цель программы: сохранение показателей физической формы отдыхающих – обучающихся учреждения в период летнего периода при отсутствии полноценного тренировочного процесса по направлениям видов спорта.

Основу целеполаганию составляет создание благоприятных оздоровительно-образовательных условий для укрепления здоровья детей, формирования личности гражданина и патриота России, с присущими ему ценностями, взглядами, ориентациями, мотивами деятельности и поведения.

Основными задачами программы являются:

1. обучающие:

- формирование у лиц школьного возраста основ знаний о выбранном виде спорта;

- начальное обучение тактическим действиям, приучение к игровой обстановке по выбранному виду спорта;

- профессиональное самоопределение;

- стимулирование к систематическим занятиям физической культурой и спортом в режиме достижения максимально возможного для конкретного обучающегося уровня физического развития;

- организация свободного времени и содержательного досуга.

2. развивающие:

- формирование умений и навыков выполнений технических элементов в выбранном виде спорта с развитием познавательных процессов (память, мышление, внимание, восприятие);

- обучение основам техники перемещения, стоек, приему и передаче основного состязательного инвентаря по выбранному виду спорта;

- подготовка к выполнению нормативных требований по видам подготовки;

- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности, укреплению опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, ловкости, гибкости;

3. воспитательные:

- построение связанной цепочки нравственных, этических и санитарно - гигиенических элементов для формирования характера при занятии выбранным видом спорта;

Достижение целей и задач программы базируется на следующих основных принципах физического совершенствования:

- обучение движениям (двигательным действиям в избранном виде спорта);

- развитие физических качеств (двигательных способностей и непосредственно с ним связанных природных свойств человека).

Программа призвана обеспечить:

- создание и развитие временного детского коллектива;

- просветительская работа, повышающая уровень психолого - педагогических знаний и умений педагогов;

- расширение знания учащихся о современных видах спорта;

- формирование стремления к здоровому образу жизни, чувства гордости и уважения к спортивному наследию страны;

-улучшение психического и социального здоровья детей посредством цикла мероприятий оздоровительного, общеукрепляющего, спортивного характера;

-создание эффективного развивающего, оздоровительного пространства лагеря через формирование моделей игровой деятельности;

-формирование и развитие патриотизма.

2.2.2. Предполагаемые результаты

Планируемым результатом реализации программы могут выступить:

1. предметные:

- освоение в процессе обучения специфического опыта отдельного вида спорта или направления занятий;
- получение новых знаний в отдельном виде спорта или направлении занятий;
- положительные изменения в оценке уровня физической подготовленности обучающихся по сравнению с началом обучения.

2. метапредметные:

- овладение способностью принимать, сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем игрового характера;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- формировать умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности действовать конструктивно даже в ситуациях неуспеха;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность конструктивно разрешить конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности, особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

3. личностные:

- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на здоровый образ жизни;
- формирование уважительного отношения к соперничеству и дисциплине спорта как таковой;
- овладение начальными навыками адаптации в процессе изменяющихся условий соревнования;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных ситуациях, умения выхода из спорных ситуаций;
- изменение в положительную сторону результатов выполнения нормативов и испытаний ВФСК «Готов к труду и обороне».

Детально и в виде показателей, которые могут иметь практическую оценку при подведении итогов смены можно выделить следующие:

1. Укрепление и сохранение здоровья

2. Уровень физической подготовленности
3. Количество детей, посетивших лагерь
4. Повышение уровня сплоченности коллектива, создание благоприятного психологического климата
5. Уровень представления обучающегося о ценностях человеческой жизни
6. Новые знания и умения в сфере спортивной деятельности
7. Познавательная и творческая активности детей через игровую деятельность
8. Новые знания и умения, повышение интеллектуального уровня и расширение кругозора
9. Эмоциональное состояние ребёнка
10. Удовлетворённость родителей и детей формами организации свободного времени
11. Недопущение правонарушений и преступлений среди детей

2.2.3. Механизм оценивания результатов реализации программы

№	Качественные показатели	Путь отслеживания
1.	Укрепление и сохранение здоровья	Индивидуальная диагностика - зачет
2.	Уровень физической подготовленности	Тестирование
3.	Количество детей, посетивших лагерь	Журнал посещаемости, заявления законных представителей
4.	Повышение уровня сплоченности коллектива, создание благоприятного психологического климата	Анкетирование Тестирование
5.	Уровень представления обучающегося о ценностях человеческой жизни	Анкетирование
6.	Новые знания и умения в сфере спортивной деятельности	Журнал учебно - тренировочных занятий, участие в соревнованиях
7.	Познавательная и творческая активности детей через игровую деятельность	Участие в мероприятиях
8.	Новые знания и умения, повышение интеллектуального уровня и расширение кругозора	Участие в мероприятиях
9.	Эмоциональное состояние ребёнка	Наблюдение
10.	Удовлетворённость родителей и детей формами организации свободного времени	Анкетирование
11.	Недопущение правонарушений и преступлений среди детей	Наблюдение Беседы

3. Содержание программы

3.1. Ключевая идея программы

Ключевая идея программы – раскрытие внутреннего потенциала каждого ребенка через создание условий, способствующих его самореализации:

 идея развития: развитие личности ученика, его субъектной и индивидуальности, творческих и интеллектуальных способностей, развитие умений самообразования и самовоспитания;

 идея творчества: в процессе творческой деятельности происходит развитие способностей и формирование потребностей личности; развитие мотивации и овладение методами творческой деятельности способствует более полному самовыражению личности;

 идея сотрудничества: совместная творческая деятельность детей, родителей, учителей и социальных партнеров является созидательной деятельностью, способствующей переживанию “ситуации успеха”;

 идея выбора и ответственности: имея возможность выбирать виды и формы деятельности, ребенок учится предполагать результаты и нести за них ответственность;

 идея деятельности: деятельность призвана породить удовлетворение от процесса деятельности и идеи, от переживания ценностного отношения к объекту деятельности;

 идея открытости: контакт с семьей, участие родителей в воспитании, доступность информации, взаимодействие с учреждениями окружающего социума.

3.2. Легенда смены

Погружение в сюжет лагеря происходит через знакомство с игровой легендой, во время которой участники лагеря могут примерить на себе роль "Поселенца - атлета, Племя которого, ведет борьбу за выживание в древнем мире через совместные действия в Общине Племен " (далее – «Менеджер»).

Деятельность каждой команды основывается на следующих составляющих:

- развитии способностей каждого Поселенца,
- проявлении его творческих талантов,
- активности,
- спортивных достижений,
- укреплении здоровья.

Смысл сюжета игры: через различные совместные действия Поселенцев в Общине Племен (творческие, спортивные) - "Получить как можно больше достижений и помочь Племени победить".

Все это будет возможным, если Поселенцы должны активно участвовать в жизни и деятельности своей команды (как индивидуально, так и коллективно).

Поселенцы живут на территории 2-х «пещер» – по названию Команд.

Активность Поселенцев, их любознательность, трудолюбие, общительность, самостоятельность помогут сохранить Племя и победить соперников.

3.3. Игровая модель взаимодействия участников смены и логика развития игрового сюжета

Основу модели составляет осознание каждым ее участником - Поселенцем своего вклада в сохранение численности и развитии своей команды (далее – «Племя»).

Вклад в ПлемяПоселенец определяет "сохранением" своих «очков жизни» и их увеличение в зависимости от действий/результатов по ходу проведения смены.

Внутренняя «единица измерения» лагеря и одновременно сравнительная величина итогов деятельности/противостояния Племен –«очки жизни». Необходимость введения «системы противостояния Племен» обуславливается «подогреванием интереса и побуждением к действию» участников смены с учетом принципа спортивного соперничества, а также, в силу разделения участников смены на юношей и девушек, которые могут быть нивелированы различной активностью, потенциалом и другими личностными качествами, а, не «физически различными особенностями».

Командную победы одержит Племя сохранившее или набравшее большее количество «очков жизни» на момент завершения смены.

«Очки жизни» Племени представлены максимальным начальным количеством в размере 300 (15 дней по 20 участников).

Начисление«очков жизни Племени» проходит по результатам деятельности.

П/П	Показатель	Результат
1	Естественное снижение, постоянно, ежедневно	-10
2	Частота посещения лагеря Поселенцем: - посещение полного дня - отсутствие или частичное посещение	 0 -1
3	Занятое место в спортивном мероприятии: - 1 место - 2 место	 + по числу участников 0
4	Результат по итогу «вызова Племени» в настольную игру: - Победа - Проигрыш	 + по числу участников 0
5	Участие в творческом мероприятии: - 1 место - 2 место	 + по числу участников 0

«Вызов Племени» - единожды проводимое в день мероприятие по выбору и проведению одной из настольных игр.

Примечание: под термином «настольные игры» понимается комплексный сюжетно - тематический набор миниатюр/карточек/иных средств представления, связанных особыми правилами с элементами развития мышления. Личная коллекция автора программы содержит более 70 наименований игр, из которых порядка 30 могут быть применены по возрастным характеристикам участников смены. Основной источник сведений по настольным играм сайт -tesera.ru/game.

Дополнительные «очки жизни Племени» можно получить с добавлением обеим Племенам участие в переходящей и продолжающейся по смене настольной игре «Палео» (*tesera.ru/game/paleo*), которая предоставляет возможность совместными действиями Племен достичь результата.

Начальник лагеря (должностное лицо от учреждения):

- ведет подсчет личных достижений,
- командных достижений;
- информирует о итогах на начало дня.

3.4. Система мотивации и стимулирования

Мотивационная составляющая подразумевается в двух направлениях:

- индивидуальная/личная;
- командная.

Результаты индивидуальных достижений Поселенцев отражаются на фасаде личной«пещеры» представленной на информационном уголке команды. «Пещеры» первоначально представлены серыми контурами, их необходимо украсить, сделать цветными, нарядными. За каждое достижение, успех, помощь и добрые дела участник получают смальту – разноцветные камешки – мозаику, которыми украшают стены офиса. За смену каждый Поселенец должен преобразить свою«пещеру» и территорию около него, чтобы команда стала узнаваемой.

При подведении итогов лагеря выявляются лидеры активности в различных видах деятельности. По окончании лагеря каждый Поселенец забирает свой разноцветный офис и получает звание:

- самый активный;
- самый спортивный;
- самый творческий;
- самый трудолюбивый;
- самый зажиточный.

Смальта на «пещерах» разного цвета с изображениями символов. Цвет и символика смальты означают:

зеленая - символ творчества;

желтая – за спортивные успехи;

голубая – за интеллектуальные успехи;

оранжевая – за помощь и трудолюбие;

красная – за лидерство;

фиолетовая– за активность в делах.

Командная мотивация складывается из врученных медалей (по достоинству) во время подведения итогов лагеря.

3.5. Содержательные и организационные особенности деятельности детских объединений в лагере

В силу разделения команд – юноши и девушки, а также, учитывая возможный различный потенциал, вовлеченность и самоотдачу – предполагается предоставить участникам свободу творчества и выражения в мероприятиях программы и принять систему самоорганизации каждой из команд/Племен.

3.6. План – сетка воспитательных, досуговых, профилактических, оздоровительных мероприятий на смене

01 июня 2026 года - "СПОРТИВНЫЕ БУДНИ. Часть 1"		
1.	08-30	Торжественная линейка, открытие лагеря
	10-00 10-30	Проведение бесед по ТБ, ознакомление с режимом, правилами поведения в лагере
	11-30	Игры "на знакомство"
	14-00	Спартакиада лагеря - определение уровня общей физической подготовленности обучающихся
	15-00	Подвижная игра «Захват флага»
02 июня 2026 года - "ЗАНИМАЕМСЯ. Часть 1"		
2.	10-15	Профилактическая беседа "Правила дорожного движения"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	13-10	Оформление уголков и сценария/карточки команды
	14-00	Спартакиада лагеря (пионербол)
03 июня 2026 года - "ЗАНИМАЕМСЯ. Часть 2"		
3.	10-15	Профилактическая беседа "Организация спортмероприятий"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	13-10	Оформление уголков и сценария/карточки команды
	14-00	Спартакиада лагеря (пионербол)
04 июня 2026 года - "РАЗВИВАЕМСЯ. Часть 1"		
4.	10-15	Профилактическая беседа "Безопасность у водоема"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	13-10	Спартакиада лагеря - презентация команд (уголки, танцевальная или сценическая постановка)
	14-00	Встреча с ветеранами спорта округа
05 июня 2026 года - "ОТДЫХАЕМ. Часть 1"		
5.	10-15	Профилактическая беседа "Солнечный загар"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)

	13-30	Экскурсия в охотничье хозяйство "Дубровное"

08 июня 2026 года - " СПОРТИВНЫЕ БУДНИ. Часть 2"		
6.	10-15	Профилактическая беседа "Массаж - средство отдыха"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	13-10	Просмотр фильма из рекомендаций Минкультуры
	14-00	Подвижная игра «Захват флага»
09 июня 2026 года - "ЗАНИМАЕМСЯ. Часть 3"		
7.	10-15	Профилактическая беседа "День России"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	13-10	Настольные игры (изготовление)
	14-00	Спартакиада лагеря (гандбол)
10 июня 2026 года - "ЗАНИМАЕМСЯ. Часть 4"		
8.	10-15	Профилактическая беседа "Профессия - мой выбор"
	10-30	Настольные игры: практика, изготовление
	14-00	Спартакиада лагеря (гандбол)
11 июня 2026 года - "ОТДЫХАЕМ. Часть 2"		
9.	10-15	Профилактическая беседа "Наркотики - зло"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	14-00	Спартакиада лагеря (лапта)

15 июня 2026 года - "СПОРТИВНЫЕ БУДНИ. Часть 3"		
10.	10-15	Профилактическая беседа "Здоровый образ жизни"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	14-00	Спартакиада лагеря (лапта)
16 июня 2026 года - "ЗАНИМАЕМСЯ. Часть 5"		
11.	10-15	Профилактическая беседа "Электронная безопасность"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	14-00	Подвижная игра «Знамя»
17 июня 2026 года - "ЗАНИМАЕМСЯ. Часть 6"		
12.	10-15	Профилактическая беседа "Велосипед - транспорт"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	14-00	Маршрут здоровья (игра по станциям)
18 июня 2026 года - "РАЗВИВАЕМСЯ. Часть 3"		
13.	10-15	Профилактическая беседа "Допинг в спорте - опасность"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	14-00	Маршрут здоровья (игра по станциям)
19 июня 2026 года - "ОТДЫХАЕМ. Часть 3"		
14.	10-15	Профилактическая беседа "Курение - вред"
	10-30	Учебно - тренировочные занятия (по видам спорта)
	14-00	Определение уровня общей физической подготовленности

		воспитанников (завершение, подведение итогов)

22 июня 2026 года – день завершения смены		
15.	10-15	Профилактическая беседа "Великая Отечественная"
	10-30	Проведение Спартакиады (пожарно-прикладная эстафета)
	15-00	Общее подведение итогов Спартакиады, награждение лучших отрядов и участников лагеря дневного пребывания
	16-00	Закрытие лагеря

Учебно - тренировочные занятия предполагается вести по группам видов спорта в которых занимаются обучающиеся в течение учебного года - волейбол, настольный теннис, футбол.

Продолжительность занятий в день определяется - не более 1 часа 30 минут, а также, не более 1,5 часа иной двигательной (соревновательной) или творческой деятельности.

При необходимости или изменению погодных условий группы занятий могут располагаться по своим обычным местам проведения занятий - спортивные, тренажерные залы учреждения.

СЦЕНАРИЙ ОТКРЫТИЯ ЛАГЕРЯ

Время: 08:30 утра
Место: Спортивная площадка лагеря

1. Приветствие гостей и участников:
- Ведущий приветствует всех собравшихся, рассказывает о целях и задачах лагеря.
- Звучит гимн лагеря или песня о спорте.
2. Торжественное открытие:
- Поднятие флага лагеря.
- Выступление директора лагеря с приветственным словом.
3. Спортивные мероприятия:
- Разминка и зарядка под энергичную музыку.
- Эстафеты и спортивные игры: бег на скорость, прыжки в длину, метание мяча.
4. Творческие выступления:
- Художественные номера от участников лагеря: танцевальные и вокальные выступления.
- Рассказы и шутки на спортивную тематику.
5. Фотосессия с атрибутами лагеря.
6. Заключительное слово:
- Ведущий благодарит всех участников и гостей.
- Объявление распорядка дня и основных мероприятий лагеря.
7. Завершение мероприятия:
Звучит музыка, дети расходятся по своим отрядам для дальнейшего участия в программе лагеря.

3.7. Режим дня в лагере

1	08.00 – 08.30	встреча детей, утренний осмотр
2	08.30 – 08.40	линейка
3	08.40 – 08.50	зарядка, кинезиологические упражнения
4	08.50 – 09.00	переезд в столовую
5	09.00 – 09.40	завтрак
6	09.40 – 09.50	переезд к месту проведения лагеря
7	09.50 – 10.30	свободное время, динамические игры, дыхательно - голосовые упражнения
8	10.30 – 12.00	мероприятия, согласно календарного плана работы
9	12.00 – 12.10	переезд в столовую
10	12.10 – 13.00	обед
11	13.00 – 13.10	переезд к месту проведения лагеря
12	13.10 – 14.00	свободное время, релаксация, упражнения для глаз
13	14.00 – 15.30	мероприятия, согласно календарного плана работы
14	15.30 – 15.45	полдник
15	15.45 – 16.00	линейка
16	с 16.00 часов	время ухода отдыхающих
17	16.10 – 16.15	совещание вожатых

3.8. Формы работы с детьми, технологии, методы, приемы, способы, средства, необходимые методические рекомендации

Основными формами работы являются групповые занятия; участие в соревнованиях и контрольных тренировках; теоретические занятия; медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия; участие в конкурсах и смотрах.

Групповые теоретические занятия с обучающимися проводятся в форме кратких популярных бесед.

Кроме групповых учебно - тренировочных занятий под непосредственным руководством тренера-преподавателя, учащиеся должны заниматься самостоятельно, выполняя отдельные индивидуальные, в том числе и домашние задания по общей физической подготовке.

4. Учебно - календарные планы

4.1. Учебный план

В процессе многолетней тренировки чрезвычайно важна рациональная система применения учебно - тренировочных и соревновательных нагрузок. Она строится на основе следующих методических положений:

- ориентация уровней нагрузок юных спортсменов на соответствующие показатели, достигнутые сильнейшими спортсменами;

- увеличение темпов роста нагрузок;

- соответствие уровня учебно - тренировочных и соревновательных нагрузок возрастным особенностям и уровню подготовленности юных спортсменов;

- учет закономерностей развития и взаимосвязи различных систем растущего организма спортсмена.

Основными формами тренировочного процесса в рамках лагеря являются:

- групповые и индивидуальные учебно - тренировочные и теоретические занятия;

- участие в соревнованиях и мероприятиях;

- тестирование и контроль.

Обучение на данном уровне, включают:

1. теоретическую часть:

- знание истории развитие вида спорта,

- знания, умения и навыки гигиены,

- мотивация к регулярным занятиям по виду спорта;

- знание требований техники безопасности при проведении занятия.

2. тренировочная часть:

- укрепление здоровья,

- разностороннее физическое развитие силовых, скоростных, скоростно - силовых, координационных способностей, выносливости;

- овладение основами техники и тактики вида спорта;

- освоение комплексов подготовительных и подводящих упражнений; освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся учебно - тренировочных нагрузок.

по виду спорта – ВОЛЕЙБОЛ

Предметная область	Неделя		
	1	2	3
Количество часов в неделю	6	6	6
Количество занятий в неделю	4	4	4
1. Теория и методика физической культуры и спорта	0,5	0,5	0,5
2. Физическая подготовка	3	3	3
2.1. Общая физическая подготовка	2	1,5	1
2.2. Специальная физическая подготовка	1	1,5	2
3. Избранный вид спорта	2,5	2,5	2,5
3.1. Техническая подготовка	2	1	0
3.2. Тактическая подготовка	0	1	2
3.3. Психологическая подготовка	0,5	0,5	0,5
Всего часов	6	6	6

по виду спорта – ФУТБОЛ

Предметная область	Неделя		
	1	2	3
Количество часов в неделю	6	6	6
	4	4	4
1. Теория и методика физической культуры и спорта	0,5	0,5	0,5
2. Физическая подготовка	3,5	3,5	3,5
2.1. Общая физическая подготовка	2,5	2	1,5
2.2. Специальная физическая подготовка	1	1,5	2
3. Избранный вид спорта	2	2	2
3.1. Техническая подготовка	2	1	0
3.2. Тактическая подготовка	0	1	2
Всего часов	6	6	6

4.2.Календарный учебный план

Учебно - тренировочные занятия проводятся, как правило, раз в день (4 раза в неделю) в соответствии с планом - сеткой мероприятий. Состязательный фактор по видам программы включает противостояние как между отрядами/командами, так и объединенной команде воспитателей и их помощников, что придает борьбе дополнительный азарт и эмоции.

5. Механизм реализации программы

5.1. Сроки и этапы реализации программы

Реализация программы предусматривает три этапа:

№ п/п	Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные
1 этап - Подготовительный			
1.	Изучение потребностей детей, родителей в организации свободного времени в период летних каникул	январь	Специалист отдела физкультурной и спортивной работы по месту жительства, инструкторы-методисты
2.	Подготовка нормативных документов	январь, февраль	Заместитель директора, специалист отдела

			правовой и методической работы
3.	Разработка комплексной программы	Февраль-март	Заместитель директора, специалист отдела физкультурной и спортивной работы по месту жительства
4.	Собрание коллектива по организации деятельности в период лета – 2026, принятие и утверждение программы	Март-апрель	Директор, заместитель директора
5.	Планирование занятости несовершеннолетних «группы риска»	апрель	Специалист отдела физкультурной и спортивной работы по месту жительства
6.	Оформление документов для трудоустройства несовершеннолетних	апрель - май	Специалист отдела правовой и методической работы
7.	Обновление инструкций по ППБ, ПДД, правилам поведения воспитанников при проведении экскурсий, прогулок, ТБ	апрель	Заместитель директора, Специалист отдела правовой и методической работы
8.	Комплектование списочного состава лагеря дневного пребывания, спортивной площадки	апрель, май	Специалист отдела физкультурной и спортивной работы по месту жительства, инструктор - методист
9.	Подготовка и обучение кадров: начальника лагеря, воспитателей, обслуживающий персонал, помощников инструкторов по спорту, инструкторов-методистов	май	Директор, заместитель директора
10.	Заключение договоров с учреждениями и организациями	май	Директор

11.	Подготовка материально-технической базы учреждения к летнему лагерю	май-июнь	Директор
12.	Подготовка методических материалов, обеспечивающих работу спортивной площадки	апрель, май	Инструктор-методист
2 этап - Основной этап			
13.	Обеспечение деятельности летнего лагеря дневного пребывания	до 15.05.2026	Начальник лагеря
14.	Организация трудовая деятельность несовершеннолетних	до 29.05.2026	Специалист отдела правовой и методической работы
15.	Организация и проведение секционных занятий	в период с 01.06. по 22.06.2026	Заместитель директора, Специалист отдела физкультурной и спортивной работы по месту жительства
3 этап - Заключительный этап			
16.	Анкетирование участников программы по итогам организации лагеря дневного пребывания	июль, август	Вожатые, воспитатели
17.	Анализ реализации комплексной программы организации летнего отдыха и занятости детей и молодёжи	сентябрь	Заместитель директора, специалист отдела физкультурной и спортивной работы по месту жительства
19.	Подведение итогов летней кампании 2026 года на собрании коллектива	Август-сентябрь	Директор, заместитель директора

5.2. Модель управления программой

Основу управления программой составляют:

- закрепление полномочий и ответственности за проведением программы мероприятий программы за сотрудниками учреждения, должностные обязанности которых, установлены в приказе по организации лагеря с дневным пребывание детей на базе учреждения;

- самоуправление команд участников смены в творческих или иных методах и подходах к выполнению программы лагеря.

5.3. Модель внешнего взаимодействия

Основу взаимодействия составляют сетевое взаимодействие:

1. с предварительным заключением договоров и предоставлением соответствующих уведомлений между сторонними/ подведомственными учреждениями и организациями:

а) МАОУ Сладковская СОШ (ведомство департамента образования и науки) - заключение прямого договора с фиксацией количества оказываемых услуг и их четкой суммой оплаты согласно установленных нормативных документов;

б) ГБУЗ ТО "Областная больница № " в г. Ишиме" (филиал № 1 с. Сладково, департамент здравоохранения) - утверждение и согласование кандидатуры закрепленного за лагерем медицинского работника для ежедневного осмотра обучающихся;

в) ОП № 4 МО МВД «Ишимский» (ведомство министерства внутренних дел) - предварительное закрепление за лагерем сотрудника местного отделения полиции).

2. с формированием перечня мероприятий совместного плана проведения мероприятий летней оздоровительной кампании.

6. Условия реализации программы

6.1. Кадровое обеспечение

Директор

Издание нормативно базы для организации летней оздоровительной кампании

Заместитель директора по УСР (начальник лагеря)

Разрабатывают должностные обязанности работников;

Составляют график работы;

Осуществляют контроль за ведением учета детей;

Отвечают за технику безопасности и профилактику травматизма;

Отслеживают результаты реализации комплексной программы;

Взаимодействие и привлечение к совместной деятельности с лагерем различных учреждений и организаций;

Составление плана работы лагеря на смену и подведение итогов работы;

Обеспечение проведения образовательных, воспитательных и досуговых мероприятий

Вожатый (тренер – преподаватель, педагог дополнительного образования детей)

Проведение для обучающихся инструктаж по технике пожарной безопасности, правил безопасности перед выполнением различных видов деятельности;

Ведет учет посещаемости детей;

Осуществляет организацию и проведение секционных занятий, физкультурных, спортивных мероприятий;

Отвечает за охрану жизни, здоровья детей при проведении занятий;

Обеспечение безопасного проведения воспитательного процесса, строгого соблюдения правил охраны труда, техники безопасности, санитарных и противопожарных правил;

Осуществляет организацию и проведение мероприятий лагеря

Педагог - организатор

Проведение образовательных, воспитательных и досуговых мероприятий

Помощник вожатого

Оказывает содействие в проведении физкультурных, спортивных мероприятий

Обслуживающий персонал - техничка

Осуществляет влажную уборку;

Проветривание помещений в течение дня, по мере необходимости - генеральную уборку

Обслуживающий персонал - водитель автобуса

Транспортировка от места нахождения групп до столовой и обратно

Главный бухгалтер

Отвечает за финансовую часть

6.2. Информационно - методическое обеспечение

Данный раздел включает две составляющие:

- методическую часть, отвечающую за формирование комплекса документов для непосредственной работы лагеря или начала его функционирования;
- информационную часть, служащую средством отражения текущего положения дел в лагере и достигнутых результатов его обучающихся или целевой составляющей от его функционирования.

Методическое обеспечение

- собрана нормативно – правовая документация, регламентирующая деятельность лагеря;
- разработаны должностные инструкции и инструкции по ТБ, ППБ, правилам безопасности проведения массовых мероприятий, проведения экскурсий, организации выхода и транспортировки детей;
- определены темы профилактических бесед, проводимых в течение смены.

- разработана документация по работе лагеря: график работы персонала, акт о приемке лагеря, режим дня, договора с законными представителями,
- подготовлены журналы инструктажей, журнал посещаемости детьми лагеря;
- разработано оформление лагеря и отрядных мест.

Информационное обеспечение

В лагере будут оформлены уголки/материалы:

- по обеспечению безопасности жизнедеятельности;
- спортивно - оздоровительной деятельности;
- команды/отряда.

Уголок по обеспечению безопасности жизнедеятельности включает:

- правила поведения в лагере;
- памятка для родителей;
- правила пожарной безопасности;
- безопасность при проведении физкультурных мероприятий;
- безопасные маршруты в лагерь и обратно домой;
- сигналы тревоги и действия при экстренной эвакуации из здания;
- действия на улице в экстремальной ситуации;

Уголок спортивно - оздоровительной деятельности:

- предстоящих соревнованиях,
- фамилии победителей,
- поздравления участникам.

В оформление по лагерю также можно включить поздравления именинников, достижения в конкурсах и состязаниях, фотографии, объявления и др.

Уголок команды:

- календарь;
- план на смену;
- важная информация «Скоро в отряде»;
- книга жалоб и предложений.

6.3. Материально - техническое обеспечение программы

Учреждение в оперативном управлении имеет спортивный комплекс (с. Сладково, ул. Ленина, 15б - стадион), в котором будет осуществляться работа лагеря с дневным пребыванием.

Физкультурные, спортивные мероприятия, спортивные массовые мероприятия будут проводиться на плоскостных сооружениях и в спортивных залах.

Сладковское сельское поселение (с. Сладково):

1. Плоскостное спортивное сооружение, S=2108 м.^{2}
2. Плоскостное спортивное сооружение, S=162 м.^{2}
3. Плоскостное спортивное сооружение, S=364 м.^{2}

4. Плоскостное спортивное сооружение - площадка для сдачи нормативов ВФСК "ГТО"

5. Тренажерный зал, S=86 м.^{2}

6. Спортивный зал, S=269 м.^{2}

7. Теннисный зал, S=96 м.^{2}

8. Места отдыха в модульных зданиях стадиона (4 единицы).

9. Инвентарь по видам спорта.

6.4. Финансово - экономическое обеспечение

Согласно финансового плана учреждения на 2026 календарный год фактический уровень расходов на проведение лагеря составляет величину 220.000,00 (Двести двадцать тысяч) рублей.

Основными статьями расходов и средствами доходной части, которые могут быть задействованы для нужд лагеря являются:

- целевые средства "на питание обучающихся": 160.000,00 (Сто шестьдесят тысяч) рублей;

- целевые средства "на нужды лагеря": 60.000,00 (Шестьдесят тысяч) рублей;

- платные услуги по "компенсации расходов на питание обучающихся в лагере": 41250,00 (Сорок одна тысяча двести пятьдесят) рублей, складывающихся из внесения "родительской платы" в размере 1031,25 рубль.

Согласно Приложения № 2 распоряжения Правительства Тюменской области № 1019-рп от 28.11.2025 года стоимость одного набора продуктов питания для сельских территорий составляет "до 275 рублей". При полном посещении обучающимися лагеря в период его проведения сумма необходимая на питание составляет 165.000,00 (Сто шестьдесят пять тысяч) рублей. Таким образом, и при учете дополнительных средств от компенсации расходов на питание сумма расходов в достаточной мере будет покрыта.

Средствами выделяемыми "на нужды лагеря" являются затраты на следующие составляющие:

- проведения лабораторных работ для целей получения санитарно - эпидемиологического заключения;

- приобретение одноразовой посуды и организация питьевого режима;

- прочие работы и услуги.

7. Методические материалы

Методическая часть Программы включает учебный материал:

- по основным предметным областям;

- рекомендуемые объемы учебно - тренировочных нагрузок;

- содержит практики и рекомендации по проведению учебно - тренировочных занятий.

7.1. Краткое описание общей методики работы с детьми

Основу методики работы с коллективом участников смены составляют учебно - тренировочные задания.

Учебно - тренировочные задания являются важнейшим начальным структурным компонентом тренировочного процесса. Учебно - тренировочные задания - это физическое упражнение или их комплекс, специально созданный для решения конкретных задач тренировочного процесса. Тренер-преподаватель разрабатывает каталоги учебно - тренировочных заданий по каждому виду подготовки, для учебно - тренировочных занятий по направленности, для разных типов микроциклов или по игровым функциям

Тренировочная деятельность включает:

- учебно - тренировочные задания - арсенал упражнений по направлениям занятий: общеразвивающих, подготовительных, подводящих, технике, тактике по виду спорта;
- учебно - тренировочные занятия и их составляющие - теоретическая, физическая(общая, специальная), техническая, тактическая подготовки по виду спорта;
- контрольные мероприятия.

Учебно - тренировочные задания группируются в отдельные блоки по принципу их преимущественной направленности.

Каждое тренировочное задание должно иметь:

- конкретные педагогические и воспитательные задачи;
- содержание занятия (комплекс упражнений, последовательность выполнения);
- дозировку нагрузки и режим ее выполнения (интенсивность, количество повторений, серий, вес спортивных снарядов, длина дистанций, продолжительность и характер пауз отдыха и др.):
- методические указания (год обучения, возможные ошибки при выполнении упражнения и способы их устранения);
- организационные указания (место проведения занятий, необходимый инвентарь и оборудование).

7.2. Основные способы и формы работы с детьми

Основными формами работы являются групповые занятия; участие в соревнованиях и контрольных тренировках; теоретические занятия; медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия; участие в конкурсах и смотрах.

Групповые теоретические занятия с обучающимися проводятся в форме кратких популярных бесед.

Кроме групповых учебно - тренировочных занятий под непосредственным руководством тренера-преподавателя, учащиеся должны заниматься самостоятельно,

выполняя отдельные индивидуальные, в том числе и домашние задания по общей физической подготовке.

Учебно - тренировочные занятия проводятся под строгим наблюдением тренера-преподавателя с последующим анализом полученной нагрузки.

Индивидуальной работы в отношении отдельного отдыхающего не предусматривается.

Занятия проводятся групповым методом, в соответствии с количеством занимающихся, предусмотренным учебной программой. Учебный материал программы состоит из теоретического и практического разделов.

В групповых занятиях дети овладевают тренерскими, педагогическими и судейскими навыками. Умеют правильно держаться перед строем занимающихся, показывать и объяснять отдельные упражнения, правильно подавать команды и отдельные распоряжения, замечать ошибки и исправлять их.

При подборе средств и методов учебных занятий, дозировки, деления объёма и интенсивности физических нагрузок следует учитывать анатомо-физиологические особенности и функциональные возможности детей школьного возраста.

Для предотвращения травматизма на занятиях тренер-преподаватель обязан соблюдать следующие основные положения:

- проводить общую разминку (вводно-подготовительная часть занятия) с целью всесторонней подготовки организма к учебно-оздоровительным и учебно-тренировочным занятиям;
- соблюдать последовательность на занятиях;
- знать и учитывать индивидуальные особенности, физическую подготовку и состояние здоровья детей;
- не допускать нарушение дисциплины на занятиях;
- следить за регулярностью медицинского осмотра;
- правильно использовать, беречь инвентарь и оборудование.

7.3. Педагогические технологии

Основной принцип учебно-тренировочной работы – универсальность подготовки учащихся.

Принцип универсальности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки: воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

7.4. Методические материалы, планируемые по разделам программы

Методические материалы по виду спорта - волейбол

Теоретическая подготовка

1. Физическая культура и спорт в России.
2. Сведения о строении и функциях организма человека.
3. Влияние физических упражнений на организм человека.
4. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
5. Правила игры в волейбол.
6. Места занятий и инвентарь.
7. Техника безопасности при проведении занятий.

Физическая подготовка

Общая физическая подготовка

Средства общей физической подготовки подбираются с учетом возраста занимающихся и специфики волейбола. Из всего многообразия средств общей физической подготовки в занятиях с юными волейболистами преимущественно используются упражнения из гимнастики, акробатики, легкой атлетики, баскетбола, гандбола, подвижные игры.

Удельный вес общеразвивающих упражнений в занятиях различен на отдельных этапах учебно-тренировочного процесса. Общеразвивающие упражнения в зависимости от задач урока можно включать в подготовительную часть занятия, в основную и. отчасти, в заключительную. Так, гимнастические, легкоатлетические и акробатические упражнения, баскетбол, ручной мяч, подвижные игры применяются как в подготовительной части, так и в основной. Это особенно характерно для начального этапа обучения, когда эффективность средств волейбола еще незначительна (малая физическая нагрузка в упражнениях по технике и двусторонней игре).

Периодически для выполнения общеразвивающих упражнений целесообразно выделять отдельные занятия. В этом случае в подготовительной части даются упражнения и игры, хорошо известные занимающимся. Основную часть занятия посвящают разучиванию техники, например легкоатлетических видов. Занятие заканчивают подвижной игрой, баскетболом и ручным мячом.

Специальная физическая подготовка

Основным средством специальной физической подготовки являются специальные (подготовительные) упражнения и игры.

Одни упражнения развивают качества, необходимые для овладения техникой (укрепление кистей, увеличение их подвижности, скорости сокращения мышц, развитие мышц ног и т.д.), другие направлены на формирование тактических умений (развитие быстроты реакции и ориентировки, быстроты перемещения в

ответных действиях па сигналы и т.п.). Важное место занимают специально отобранные игры. Систематическое применение подготовительных упражнений ускоряет процесс обучения техническим приемам волейбола и создает предпосылки для формирования более прочных двигательных навыков.

Техническая подготовка

1. Упражнения на точность второй передачи.
2. Упражнения в передачах сверху у стены, стоя лицом и спиной (чередование).
3. Упражнения на точности подач.
4. Упражнения на точность нападающих ударов.
5. Упражнения на точность первой передачи (прием мяча).
6. Упражнения в блокировании.

Тактическая подготовка

1. Действия при второй передаче, стоя и в прыжке.
2. Действия при нападающих: ударах.
3. Командные действия в нападении.
4. Действия при одиночном блокировании.
5. Командные действия в защите.

Методические материалы по виду спорта - ФУТБОЛ

Теоретическая подготовка

Тема 1. Соблюдение мер и требований безопасности при проведении учебно-учебно - тренировочных занятий.

Тема 2. Физическая культура и спорт в России.

Тема 3. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим питания.

Тема 4. Врачебный контроль и самоконтроль.

Тема 5. Общая и специальная физическая подготовка.

Тема 6. Техническая подготовка.

Тема 7. Тактическая подготовка.

Тема 8. Правила игры.

Тема 9. Места занятий, оборудование и инвентарь.

Общая физическая подготовка

1) Строевые упражнения.
2) Гимнастические упражнения без предметов.
3) Гимнастические упражнения с предметами.

4) Акробатические упражнения.
5) Подвижные игры и эстафеты.
6) Легкоатлетические упражнения.

Техническая подготовка

1. Техника полевого игрока.
2. Техника игры вратаря.
3. Техника передвижения.

8. Оценочные материалы

8.1. Перечень методик

Цель оценки и контроля – в соответствии с Программой обеспечить оптимальность воздействий учебно - тренировочных нагрузок на организм занимающихся при планомерном повышении уровня их специальной подготовленности по годам и в зависимости от целевой направленности уровней подготовки.

Задачи контроля следующие:

- определение фактического состояния объекта в данный момент времени;
- прогнозирование состояния объекта на заданный будущий период времени;
- определение причин выявленных отклонений объекта от заданных параметров.

Первое, что необходимо сделать педагогу, когда ребенок пришел - это зафиксировать его начальный уровень (знаний, навыков, развития и т.п.).

Если рассматривать период действия программы в качестве некоего самостоятельного отрезка, то оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале, середине и в конце срока. Это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися.

Педагоги дополнительного образования свободны в выборе форм контроля/аттестации. В таком случае, лучше остановиться на той форме, которая бы была интересной и увлекательной для обучающихся.

Правильный выбор форм контроля/аттестации обучающихся говорит о профессиональном мастерстве педагога дополнительного образования.

Наиболее приемлемой и отражающей направленность занятий используемой в программе является - зачет.

Направление занятий вида спорта - ВОЛЕЙБОЛ

При проведении приема выполнения контрольных нормативов следует обратить особое внимание на соблюдение требований инструкции и создания единых условий для выполнения упражнений для всех занимающихся.

Сдача контрольных нормативов проводится:

- во всех группах, со всеми занимающимися,
- после проведения обязательной разминки.

Описание контрольных тестов:

1. Бег 30 м. Испытание проводится по общепринятой методике, старт высокий.

2. Челночный бег 3х10 м. На расстоянии 10 м чертятся две линии - стартовая и контрольная. По зрительному сигналу занимающийся бежит, преодолевая расстояние 10 м - три раза. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

3. Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.

4. Бег 6 мин. Испытание проводится по общепринятой методике, старт высокий.

5. Наклон вперед из положения сидя. Во время испытания участник выполняет два предварительных наклона вперед, скользя пальцами рук (кисти рук вместе) по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд. Результат фиксируется линейкой с нулевым отсчетом в обе стороны от вертикальной линии основания стоп тестируемого.

6. Подтягивание на перекладине. Испытание проводится по общепринятой методике.Выполняется в висе и представляет собой поднятие и опускание тела с помощью рук.

В основе оценки физических способностей обучающегося заложен бальный метод: результат выполнения контрольного норматива оценивается от 1 до 5 и суммарно дает возможность вывести средний показатель для характеристики начального результата и его значения по завершению освоения программы.

№	Физические способности	Контрольные нормативы (тест)	Уровень		
			Девочки		
			Низкий (1)	Средний (3)	Высокий (5)
1	Скоростные	бег 30 м, сек.	7,6 и выше	7,5-6,4	5,8 и ниже
2	Координационные	Челночный бег 3х10 м, сек.	11,7 и выше	11,3-10,6	10,2 и ниже
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	85 и ниже	110-130	150 и выше
4	Выносливость	6-мин. бег, м	500 и ниже	600-800	900 и выше
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	2 и ниже	6-9	12,5 и выше
6	Силовые	Подтягивание: на	2 и ниже	4-8	12 и выше

		низ. перекл-е из виса лежа, кол. раз - (Д)			

Определение уровня физической подготовленности

№	Средний балл	Уровень
1	От 1 до 1,55	Низкий
2	От 1,56 до 2,55	Ниже среднего
3	От 2,56 до 3,55	Средний
4	От 3,56 до 4,55	Выше среднего
5	От 4,56 до 5,00	Высокий

Направление занятий вида спорта - ФУТБОЛ

При проведении приема выполнения контрольных нормативов следует обратить особое внимание на соблюдение требований инструкции и создания единых условий для выполнения упражнений для всех занимающихся.

Сдача контрольных нормативов проводится:

- во всех группах, со всеми занимающимися,
- после проведения обязательной разминки.

Описание конртольных тестов:

1. Бег 30 м. Испытание проводится по общепринятой методике, старт высокий.

2. Челночный бег 3х10 м. На расстоянии 10 м чертятся две линии - стартовая и контрольная. По зрительному сигналу занимающийся бежит, преодолевая расстояние 10 м - три раза. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

3. Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.

4. Бег 6 мин. Испытание проводится по общепринятой методике, старт высокий.

5. Наклон вперед из положения сидя. Во время испытания участник выполняет два предварительных наклона вперед, скользя пальцами рук (кисти рук вместе) по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд. Результат фиксируется линейкой с нулевым отсчетом в обе стороны от вертикальной линии основания стоп тестируемого.

6. Подтягивание на перекладине. Испытание проводится по общепринятой методике.Выполняется в висе и представляет собой поднятие и опускание тела с помощью рук.

В основе оценки физических способностей обучающегося заложен бальный метод: результат выполнения контрольного упражнения оценивается от 1 до 5 и

суммарно дает возможность вывести средний показатель для характеристики начального результата и его значения по завершению освоения программы.

№	Физические способности	Контрольные нормативы (тест)	Уровень		
			Мальчики		
			Низкий (1)	Средний (3)	Высокий (5)
1	Скоростные	бег 30 м, сек.	7,5 и выше	7,3-6,2	5,6 и ниже
2	Координационные	Челночный бег 3х10 м, сек.	11,2 и выше	10,8-10,3	9,9 и ниже
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	100 и ниже	115-135	155 и выше
4	Выносливость	6-мин. бег, м	700 и ниже	750-900	1100 и выше
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	1 и ниже	3-5	9 и выше
6	Силовые	Подтягивание: на выс. перекл-е из виса, кол. раз - (М)	1	2-3	4 и выше

Определение уровня физической подготовленности обучающихся

№	Средний балл	Уровень
1	От 1 до 1,55	Низкий
2	От 1,56 до 2,55	Ниже среднего
3	От 2,56 до 3,55	Средний
4	От 3,56 до 4,55	Выше среднего
5	От 4,56 до 5,00	Высокий

8.2. Мониторинг эффективности реализации программы

1. Развитие знаний, умений и навыков в области спортивной подготовки

Ожидаемый результат	Приобщение детей и молодёжи к систематическим занятиям физической культурой и спортом
Отслеживание	Наблюдение, журналы, тесты

2. Создание благоприятной эмоциональной атмосферы, обеспечивающей социально – психологическую комфортность каждому ребёнку.
3. Улучшение психического и социального здоровья детей посредством цикла мероприятий оздоровительного, общеукрепляющего, спортивного характера.
4. Создание эффективного развивающего, оздоровительного пространства лагеря через формирование моделей игровой деятельности

Ожидаемый результат	Недопущение правонарушений и преступлений среди детей и молодёжи, охваченных организованными формами отдыха и занятости
Отслеживание	Мониторинг несовершеннолетних поставленных и снятых на различные виды учета, наблюдение

5. Развитие культуры межличностных отношений, потребности в духовном самосовершенствовании, познавательного интереса посредством включения в различные виды деятельности.

6. Формирование и развитие патриотизма

Ожидаемый результат	Повышение уровня сплоченности коллектива, создание благоприятного психологического климата
Отслеживание	Наблюдение, беседы, тест

ДИАГНОСТИКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

1. Анкета – знакомство

Дорогой друг! Ты пришел в лагерь, который очень рад встрече с тобой и хочет помочь тебе интересно, весело и с пользой для себя провести время. Что тебя интересует? Что ты ждёшь от лагеря? Какие у тебя задумки, осуществить которые ты хотел бы, но пока не знаешь как?

Вот почему мы предлагаем тебе ответить на вопросы анкеты. Твои искренние и полные ответы помогут нам быстрее познакомиться с тобой и позаботиться о тебе, учитывая твои желания, способности, интересы. Для этого надо прочитать сам вопрос, возможные ответы на него и выполнить рекомендации, которые даны в скобках. Итак, приступай!

1. Меня зовут (фамилия, имя)

_____

Возраст _____ лет

Команда _____

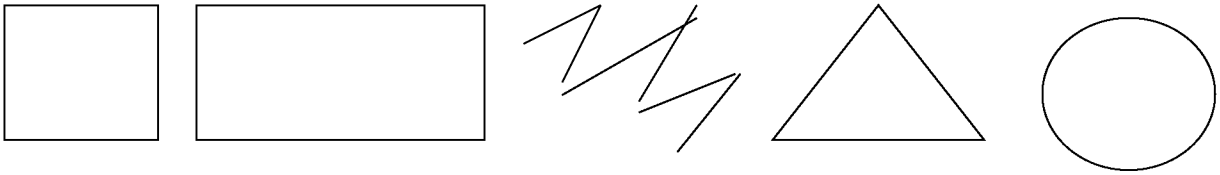
Мне нравится, когда меня называют (указать) _____

Какой Я (написать прилагательные, которые тебя характеризуют)

_____

Ты пришел (а) по желанию или по настоянию родителей _____

2. Выбери, пожалуйста, фигуру, которая больше всего соответствует твоему внутреннему миру:



квадрат прямоугольник зигзаг треугольник круг

3. Дома в свободное время я увлекаюсь:

а) танцами	д) спортом	з) журналистикой	л) свой вариант:
б) литературой	е) театром	и) вязанием	
в) музыкой	ё) туризмом	й) вышиванием	
г) пением	ж) рисованием	к) компьютер	

4. Мои ожидания от смены (отметь выбранные варианты):

а) получить новые знания о _____

б) лучше понять и узнать себя;

в) познакомиться с новыми людьми;

г) беспечно провести время;

д) попробовать себя в самостоятельной жизни;

е) что-то ещё (указать) _____

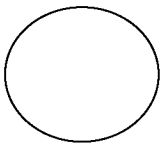
5. Я пришел в этот лагерь, чтобы (продолжи фразу):

_____

6. В своих сверстниках я ценю больше всего (отметь наиболее 3 важных для тебя):

а) честность	е) общительность	й) достоинство
б) взаимоуважение	ё) интеллект	к) благородство поступков
в) решительность	ж) внешние данные	л) инициативность
г) взаимопомощь	з) сильный характер	м) целеустремлённость
д) чувство юмора	и) аккуратность	н) ответственность

7. Представь себе, что круг – это твой отряд, поставь крестик в том месте, где ты ощущаешь себя в команде:



2. Тест «Я в круге» на выявление уровня психологической комфортности пребывания ребёнка в отряде.

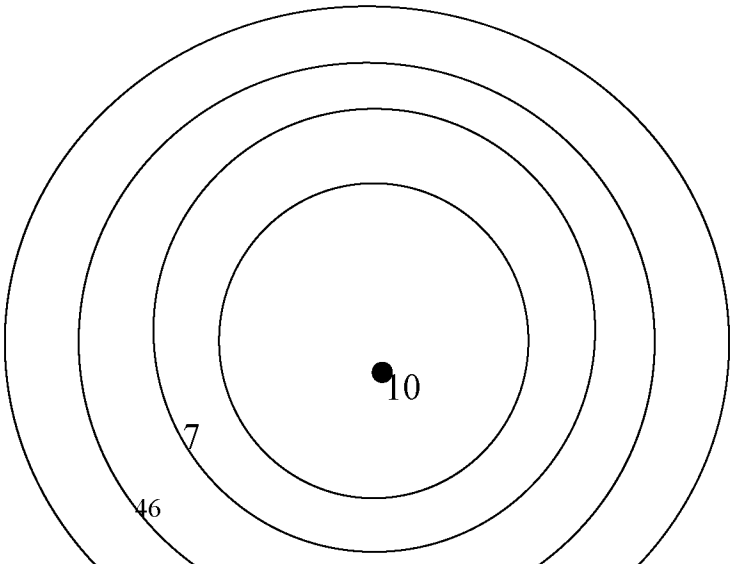
10 – высокий уровень, максимум комфортности.

7 – легкий дискомфорт

5 – 50/50

3 – весьма ощутимый дискомфорт

0 – низкий уровень, максимум дискомфорта.



5
0 3

ДИАГНОСТИКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД СМЕНЫ

1. Анкета «Комфортно ли ребёнку в лагере»

Дорогие ребята!

Просим вас ответить на предложенные вопросы нашей анкеты. Помните о том, что здесь нет хороших и плохих, правильных и неправильных вопросов.

1. Как ты считаешь, создаёт ли вожатый в отряде:

- условия для самовыражения,
- условия для эмоционального, психологического комфорта,
- творческую атмосферу,
- атмосферу понимания, добра, взаимопомощи.

2. Как часто тебе хотелось бы участвовать в общелагерных и отрядных (командных) мероприятиях?

- часто,
- иногда,
- никогда.

3. Как часто тебе это удавалось?

- часто,
- иногда,
- никогда.

4. Интересно ли тебе общаться со своими вожатыми?

- чаще да,
- иногда,
- чаще нет.

5. Какие качества твоего вожатого наиболее ценны для тебя (чему бы ты хотел научиться у вожатого)

Спасибо!

---

2. Анкета для родителей

1. С какой целью Ваш ребенок посещает летний лагерь:
- ему здесь нравится;
- нет возможности отправить в загородный лагерь;
- в течение года занимается в секции и не хочет прерывать занятия;

(подчеркните самое важное для Вас)

- Ваш вариант _____

2. Видите ли Вы положительные результаты посещения Вашим ребенком лагеря:
- стал более дисциплинированным;
- более ответственным;
- целый день занят делом;
- получает горячее питание;
- стал больше читать,
- интересоваться спортом,
- культурой,
- проявил свои лучшие качества
- попробовал себя в качестве лидера (нужное подчеркнуть)
- Ваш вариант _____

3. Достаточна и доступна ли для Вас информация о деятельности МАУ ДО СШ "Темп" СР в летне-оздоровительную кампанию _____

4. Нравится ли Вам программа МАУ ДО СШ "Темп" СР по летнему отдыху детей

_____

5. Какие мероприятия, экскурсии необходимо исключить из программы, учитывая мнение детей

_____

6. Ваши замечания и предложения по совершенствованию работы лагеря

_____

Мы Вам очень признательны за сотрудничество. Ваше мнение очень важно для нас и мы постараемся его учесть в нашей дальнейшей работе.

Всего Вам самого доброго!

ДИАГНОСТИКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

Анкета « Как мы жили?»

Дорогой друг! Прошла лагерная смена. Чем она запомнилась тебе, как ты чувствовал себя в нашем лагере, что волновало тебя? Это те вопросы, ответив на которые, ты сможешь помочь нам проанализировать нашу работу. А мы постараемся сделать так, что бы приехав в следующий раз, ты чувствовал себя более комфортно.

Фамилия, имя _____

Возраст _____ лет

Место проживания _____

Команда _____

Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

1. Понравилось ли тебе отдыхать в нашем лагере?_____

2. Кем ты чаще всего был в течение смены (выбери одну позицию)?

а) организатором
б) активным участником
в) генератором идей (предлагал (а) новые идеи)
г) наблюдателем (на всё смотрел со стороны)

3. В чём из предложенного в смене ты смог себя проявить (отметь галочкой)?

а) в оформлении отрядного уголка
б) в организации и проведении дел в отряде
в) в активном участии в общелагерных мероприятиях
г) в спорте
д) в прикладном творчестве (кружках)
е) в сценическом творчестве (выступления на сцене)
ё) свой вариант _____

4. Какие отрядные, общелагерные мероприятия тебе запомнились (понравились) больше всего (перечисли):

_____

_____

_____

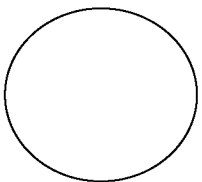
5. Самым трудным для меня в лагере было: _____

_____

6. За время, проведённое в лагере, я стал (научился, изменился): _____

_____

7. Представь себе, круг – это твоя команда, поставь крестик в том месте, где ты



ощущаешь себя в команде:

8. Больше всего за смену мне понравилось (запомнилось) _____
_____
_____
_____
_____

9. Уезжая из лагеря, я хотел (а) бы сказать _____
_____
_____

СПАСИБО! НАДЕЕМСЯ НА ДАЛЬНЕЙШИЕ ВСТРЕЧИ В НАШЕМ ЛАГЕРЕ!

8.3. Прогноз возможных факторов риска реализации программы

При реализации программы могут возникнуть негативные условия, препятствующие проведению мероприятий плана смены, для сокращения рисков предусматриваются меры их профилактики и если потребуется внесение корректировок в действия состава лагеря.

Возможные факторы риска / Меры профилактики

1. Не достаточное финансовое обеспечение.
- привлечение внебюджетных средств (родительские средства на мероприятия)
2. Неблагоприятные погодные условия.
- предварительное уточнение прогнозов погоды из нескольких источников информации;
- планирование мероприятий с учетом возможности альтернативы или замены плана по дням их проведения
3. Снижение посещаемости.
- составление списка участников с учетом его возможного увеличения
4. Низкая активность детей в мероприятиях.
- выявление индивидуальных особенностей и способностей ребенка для приобщения к занятости другой деятельностью в рамках программы;
- проведение мероприятий, актуальных среди детей и подростков
5. Травматизм.
- проведение инструктажей по технике безопасности с сотрудниками лагеря и детьми – обучающимися;
- соблюдение правил техники безопасности во время пребывания в лагере
6. Клещевая опасность.
- проведение акарицидной обработки территории
7. Кишечные инфекции.

- соблюдение личной гигиены, обработка помещений.

9. Рабочая программа и календарный план воспитательной работы

Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы в рамках деятельности лагеря с дневным пребыванием детей отражаются в отдельно утверждаемом документе - программе воспитательной работы лагеря с дневным пребыванием детей, в наибольшей степени учитывающей требования приказа Министерства просвещения РФ от 17.03.2025 г. № 209 "Об утверждении федеральной программы воспитательной работы для организации отдыха детей и их оздоровления и календарного плана воспитательной работы".

Кроме того, в учреждении ведется совместная разработка и в дальнейшие годы включение в настоящую программу тематических дней "Движения Первых", в настоящий момент представленных - участием отдыхающих в мероприятиях профильной смене "Движения Первых" проводимой в период деятельности лагеря на базе загородного лагеря "Прометей" (с. Менжинское).

Кратко и тезисно, моменты рабочей программы и календарного плана воспитательной работы, представлены в настоящем разделе.

Необходимость постоянного проведения воспитательной работы обусловливается тем, что в процессе занятий спортом человек не только овладевает определенными двигательными навыками, развивает физические качества и повышает уровень функциональных возможностей организма, но и происходит его социальное становление как члена общества, приобретение определенных стереотипов поведения.

Деятельность тренера, занятия спортом и вся обстановка в спортивном коллективе, команде также оказывает существенное влияние на становление его как личности, которое может носить как положительный, так и отрицательный характер.

Цель воспитания обучающихся: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства.

Достижению поставленной цели будет способствовать решение задач:

- усвоение ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций;
- формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- достижение личностных результатов освоения программы.

Аспектом воспитательной работы предполагает формирование у спортсменов определенных норм поведения как в процессе занятий спортом, так и в быту, воспитание трудолюбия, способности к конкретному проявлению чувства патриотизма, умение пожертвовать личными интересами ради интересов коллектива, эстетическое воспитание, воспитание ценностного отношения к занятиям спортом.

Место проведения мероприятий – учебные аудитории или помещения команд.

Ответственные за проведение мероприятий – начальник лагеря (заместитель директора по УСР), вожатые (тренера – преподаватели).

Мероприятия	Проведение
I. Воспитание здорового образа жизни	
1. Беседы, инструктажи, тестирование с целью восстановления навыков безопасного поведения на улицах, улучшения адаптации детей и подростков к транспортной среде в местах постоянного жительства и учёбы	2 раза, начало и окончания смены
2. Беседы, инструктажи по правилам поведения в лагере, спортивном зале, при проведении учебно - тренировочных занятий	1 раз в смену
3. Беседы и инструктажи о правилах безопасного поведения в случае чрезвычайных происшествий	1 раз в смену
4. Тематические часы по вопросам: - предупреждение подростками противоправных действий; - предупреждение совершения противоправных действий в отношении несовершеннолетних	1 раз в смену
5. Беседы, инструктажи о правилах безопасного поведения во время каникул, организация летнего отдыха	1 раз в смену
6. Беседы, инструктажи о правилах безопасного поведения во время посещения массовых мероприятий в период каникул	1 раз в смену
II. Гражданско-патриотическое и духовно-нравственное воспитание	
1. Участие детей в школьных мероприятиях и концертных программах, к государственным праздникам	по назначению
2. Участие в конкурсах, фестивалях детского творчества патриотической направленности	по назначению
3. Концерты для воспитанников СШ	по назначению
4. Концерт-лекция, посвященный Году единения народов России	по назначению
III. Работа с семьями	
1. Родительское собрание для участников смены	1 раз в смену
2. Концерты команд и тематические родительские собрания: - формирование здорового образа жизни подростков; - значение правового воспитания в формировании личности подростка; - воспитание характера и формирование нравственных качеств личности; - организация свободного времени подростка;	1 раз в смену

- труд и отдых в период летних каникул. 3. Беседы по профилактике детского - дорожно - транспортного травматизма и сохранения жизни и здоровья детей: «Безопасный маршрут», «Об административной и уголовной ответственности за исполнение родительских обязанностей». 4. Консультации по выполнению программных требований. 5. Профилактические беседы по предупреждению суицидов несовершеннолетних, а также исключения доступа несовершеннолетних к страницам интернет - ресурсов, содержащих информацию, представляющую угрозу жизни и здоровью детей	
6. Совместные посещения, с детьми, общешкольных мероприятий, филармонических концертов, выставок. Формирование семейных ценностей, единения семьи. Мероприятия для повышения уровня культуры общения и поведения между людьми и формирование всесторонне развитой личности	1 раз в смену

Приложение № 1

ТЕМАТИКА КОНСПЕКТОВ УЧЕБНО - ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Тематика конспектов по виду спорта - волейбол

Теоретическая подготовка

1. Физическая культура и спорт в России.

Задачи физической культуры и спорта, их оздоровительное и воспитательное значение. Характеристика волейбола.

2. Сведения о строении и функциях организма человека.

Костная и мышечная системы, связочный аппарат, сердечно - сосудистая и дыхательная системы человека.

3. Влияние физических упражнений на организм человека.

Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы, работоспособность мышц и подвижность суставов, развитие сердечно - сосудистой и дыхательной систем.

4. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.

Гигиенические требования к местам физкультурно-спортивных занятий. Понятие о травмах и их предупреждении. Первая помощь при ушибах, растяжении связок. Общие гигиенические требования к занимающимся волейболом. Общий режим дня. Гигиенические требования к инвентарю, спортивной одежде и обуви.

5. Правила игры в волейбол.

Состав команды. Расстановка и переход игроков. Костюм игроков. Начало игры и подача. Перемена подачи. Удары по мячу. Выход мяча из игры. Счет и результат игры. Права и обязанности игроков. Состав команды, замена игроков. Упрошенные правила игры. Судейская терминология.

6. Места занятий и инвентарь.

Площадка для игры в волейбол в спортивном зале, на открытом воздухе. Оборудование и инвентарь для игры в волейбол в спортивном зале и на открытом воздухе. Сетка и мяч. Уход за инвентарем. Оборудование мест занятий в закрытом зале и на открытой площадке.

7. Техника безопасности при проведении занятий.

Физическая подготовка

Общая физическая подготовка

Средства общей физической подготовки подбираются с учетом возраста занимающихся и специфики волейбола. Из всего многообразия средств общей физической подготовки в занятиях с юными волейболистами преимущественно

используются упражнения из гимнастики, акробатики, легкой атлетики, баскетбола, гандбола, подвижные игры.

Удельный вес общеразвивающих упражнений в занятиях различен на отдельных этапах учебно-тренировочного процесса. Общеразвивающие упражнения в зависимости от задач урока можно включать в подготовительную часть занятия, в основную и. отчасти, в заключительную. Так, гимнастические, легкоатлетические и акробатические упражнения, баскетбол, ручной мяч, подвижные игры применяются как в подготовительной части, так и в основной. Это особенно характерно для начального этапа обучения, когда эффективность средств волейбола еще незначительна (малая физическая нагрузка в упражнениях по технике и двусторонней игре).

Периодически для выполнения общеразвивающих упражнений целесообразно выделять отдельные занятия. В этом случае в подготовительной части даются упражнения и игры, хорошо известные занимающимся. Основную часть занятия посвящают разучиванию техники, например легкоатлетических видов. Занятие заканчивают подвижной игрой, баскетболом и ручным мячом.

Специальная физическая подготовка

Основным средством специальной физической подготовки являются специальные (подготовительные) упражнения и игры.

Одни упражнения развивают качества, необходимые для овладения техникой (укрепление кистей, увеличение их подвижности, скорости сокращения мышц, развитие мышц ног и т.д.), другие направлены на формирование тактических умений (развитие быстроты реакции и ориентировки, быстроты перемещения в ответных действиях па сигналы и т.п.). Важное место занимают специально отобранные игры. Систематическое применение подготовительных упражнений ускоряет процесс обучения техническим приемам волейбола и создает предпосылки для формирования более прочных двигательных навыков.

Техническая подготовка

1. Упражнения на точность второй передачи.

В упражнениях создаются условия, при которых можно получить количественный результат, устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи - рейки, цветные ленты, обручи, наносятся линии.

При передачах из зоны 3 в зону 4 расстояние передачи 3-3,5 м, высота ограничителей 3 м., расстояние от сетки не более 1,5 м. Если устанавливаются мишени (обруч, «маяк»), их высота над сеткой 30-40 см. расстояние от боковой линии 1 м и 20-30см от сетки.

При передаче из зоны 2 в зону 4 расстояние передачи 5-6м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток: учитываются количество передач, отвечающих требованиям в

испытании, а также качество исполнения передачи (переда нарушением правил игры не засчитывается).

2. Упражнения в передачах сверху у стены, стоя лицом и спиной (чередование).

Учащийся располагается на расстоянии 3м от стены, на высоте 4 м на стене делается контрольная линия - надо стремиться выдерживать расстояние от стены и высоту передач. Учащийся подбрасывает мяч над собой и передачей посылает его в стену, выполняет передачу над собой и поворачивается на 180° (спиной к стене), выполняет передачу, стоя спиной, поворачивается кругом, выполняет передачу, стоя лицом к стене и т.д. Передачи, стоя лицом над собой и стоя спиной, составляют одну серию. Учитывается максимальное количество серий. Устанавливается минимальное число серий для каждого года обучения.

3. Упражнения на точности подач.

Основные требования, при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенном направлении - в определенный участок площадки. Эти участки следующие:

- правая (левая) половина площадки, зона 4-5 (1-2),
- площадь > боковых линий в зонах 5-4 (1 -2) размером 6х2 м.,
- в зоне 6 у лицевой линии размером 3х3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток.

4. Упражнения на точность нападающих ударов.

Требования в этих упражнениях сводятся к тому, чтобы качественно в техническом исполнении произвести тот или иной нападающий удар, учащиеся могли достаточно сильно послать мяч с определенной точностью.

При ударах из зоны 4 в зоны 4-5 площадь попадания ограничивается лицевой, боковой линиями и линией нападения, на расстоянии 3м от боковой.

При ударах с переводом, площадь ограничена боковой линией и линией, параллельной ей на расстоянии 2м.

Если удар из зоны 4, то в зонах 1-2, при ударах из зоны 2 - в зонах 4-5. Каждый учащийся должен выполнить 5 попыток.

5. Упражнения на точность первой передачи (прием мяча).

Упражнения преследуют цель определить степень владения навыками приема подачи. Выполняется подача, нацеленная на зону, где расположен испытуемый. Только при этом условии идут в зачет попытки. При наличии специального снаряда «мячемета» мяч посылается с его помощью.

Принимая мяч в зоне 6 (5),учащийся должен направить его через ленту, натянутую на расстоянии 1,5 м от сетки и на высоте 3 м, в зону 3 или 2. Если мяч выйдет за пределы указанной зоны или заденет сетку, то такая попытка не засчитывается. Вместо ленты можно установить рейку. Очень хорошо установить на площадке обод диаметром 2 м на высоте 1.5 м, который и будет служить мишенью. Каждому учащемуся дается 5 попыток.

Подачи в группах с 10 до 11 лет - нижние, с 12-14 лет - верхние. Учитываются количество попаданий и качество выполнения.

6. Упражнения в блокировании.

При одиночном блокировании учащийся располагается в зоне 3 и в момент передачи на удар выходит в соответствующую зону для постановки блока. Направление удара известно, высота передачи на удар тоже. Дается 5 попыток каждому занимающемуся.

Тактическая подготовка

1. Действия при второй передаче, стоя и в прыжке.

Расположение испытуемого в зоне 3 (или на границе с зоной 3). Сигналом служат: зажигание ламп за сеткой (на сетке), положение рук тренера (учащегося) за сеткой, звуковой сигнал (команда, свисток). Мяч первой передачей («мячемет» или игрок) посылается из глубины площадки. Сигнал подается в тот момент, когда мяч начинает опускаться вниз. Задания следуют в различном порядке. Даются 6 попыток (примерно поровну в каждую зону). Учитываются количество правильно выполненных заданий и точность передачи с соблюдением правил игры.

2. Действия при нападающих: ударах.

Нападающий удар или «скидка» (передача через сетку в прыжке) в зависимости от того, поставлен «блок» или нет. Блок имитируется специальными приспособлениями (типа «механический блок» и др.). «Блокировать» может партнер, стоя на подставке. «Блок» появляется во время отталкивания нападающего при прыжке. Учитываются количество правильно выполненных заданий и точность полета мяча.

3. Командные действия в нападении.

В этих упражнениях выявляется умение учащихся взаимодействовать в составе команды. Содержание испытаний составляют действия: прием подачи, вторая передача игроком линии нападения или выходящим с задней линии к сетке и нападающий удар одним из учащихся, другие выполняют имитацию удара, окрестные перемещения в зонах и др. (по заданию). Характер взаимодействий и условия испытаний представлены в оценочной таблице, Даются 6 попыток. Требования такие же, как при групповых действиях.

4. Действия при одиночном блокировании.

Основное требование в упражнениях - выявить умение в блокировании: выбор места, своевременная постановка рук на пути мяча. Надо определить зону, откуда будет произведен удар (четвертая, третья или вторая), направление удара - по диагонали. Дается по 10 попыток в каждом испытании (примерно поровну по видам задания). Учитываются количество правильно выполненных заданий и качество блокирования (техническое исполнение).

5. Командные действия в защите.

Основные требования - командные действия при построении защитных действий по системе «углом вперед» и «утлом назад». Нападающая команда чередует действия в нападении: удары из различных зон и в разных направлениях, обманные

удары и «скидки». Даются 10 попыток в двух расстановках, после 5 попыток игроки передней и задней линий меняются местами. Учитываются количество правильно выполненных действий и ошибки.

Тематика конспектов по виду спорта - ФУТБОЛ

Теоретическая подготовка

Тема 1. Соблюдение мер и требований безопасности при проведении учебно-учебно - тренировочных занятий.

Общие требования безопасности. Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий.

Тема 2. Физическая культура и спорт в России.

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Физическая культура в системе народного образования. Коллективы физической культуры, спортивные секции СШ, СДЮШОР в общеобразовательные школы-интернаты олимпийского резерва. Единая спортивная классификация и ее значение. Разрядные нормы и требования по футболу.

Тема 3. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим питания спортсмена. Гигиена. Общее понятие о гигиене. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями ногами. Гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание). Гигиена сна.

Тема 4. Врачебный контроль и самоконтроль.

Оказание первой помощи. Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, динамометрия, спирометрия, кровяное давление. Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

Тема 5. Общая и специальная физическая подготовка.

Значение всесторонней физической подготовки – важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем и воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Тема 6. Техническая подготовка.

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов.

Тема 7. Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря,

защитников, полузащитников, нападающих). Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Перспективы развития тактики игры.

Тема 8. Правила игры.

Организация проведение соревнований. Разбор правил. Права и обязанности игрока. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения удаление игроков с поля.

Тема 9. Места занятий, оборудование и инвентарь.

Футбольное поле для проведения занятий и соревнований по футболу и требования к его состоянию. Уход за футбольным полем.

Общая физическая подготовка

1) Строевые упражнения.

Понятие о строе и командах. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанции, направляющий, замыкающий. Понятие о предварительной и исполнительной командах. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Переход с шага на бет и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Повороты в движении.

2) Гимнастические упражнения без предметов.

Упражнения для рук и плечевою пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. 15 различных исходных положениях - наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих ногах и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

3) Гимнастические упражнения с предметами.

Упражнения с набивными мячами - поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывания с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Упражнения па месте (стоя, сидя, лежа) ив движении. Упражнения в парах и труппах с передачами, бросками н ловлей мяча. Упражнения на снарядах (перекладина, брусья, кольца, гимнастическая стенка массового типа) - висы, упоры, размахивания в висе и упоре, подтягивание; лазание по канату.

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Упражнения с гимнастической палкой.

Упражнения с малыми мячами - броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену. Ловля мячей на месте, в прыжке, в движении.

4) Акробатические упражнения.

Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Длинный кувырок вперед. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. Перекаты и перевороты.

5) Подвижные игры и эстафеты.

Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию: «Гонка мячей», «Салки» (Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель». «Подвижная цель», «Мяч среднему». «Охотники и утки». «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната», «Катающаяся мишень», «Вышибалы» и т.д.

Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

6) Легкоатлетические упражнения.

Бег на 30,60,100,400,500 м. Кроссы от 1000 м до 1500 м (в зависимости от возраста), 6-минутный и 12-минутный бег. Прыжки в длину с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега. Пятикратный прыжок с места. Метание малого мяча на дальность и в цель.

Техническая подготовка

1. Техника полевого игрока.

Техника полевого игрока состоит из двух подразделов: техники передвижения и техники владения мячом.

Техника передвижения в футболе состоит из следующих приемов: бег, прыжки, остановки, повороты. Особенностями передвижения футболистов, как и во многих спортивных играх, являются: резкие изменения скорости, направления бега; сочетание бега с остановками, прыжками, поворотами. Существование таких особенностей предполагает наличие у занимающихся наряду с определенным уровнем физической подготовленности достаточного запаса технического мастерства. Приемы и способы техники передвижения находятся в тесной взаимосвязи с искусством владения мячом полевыми игроками и вратарем. Комплексное использование элементов техники передвижения обусловливает эффективное решение многих тактических задач (выбор позиции, выход на мяч, создание положения “вне игры”, “закрывание” игрока и т.п.).

Полевые игроки используют все многообразие приемов, способов и разновидностей техники передвижения, анализ которой дан выше.

Техника владения мячом включает следующую группу приемов: удары, (удар внутренней стороной стопы; удар внутренней частью подъема; удар средней частью подъема; удар внешней частью подъема; удар носком. Техника ударов по мячу головой: удар серединой лба; удар боковой частью лба.

Остановки: остановка мяча внутренней стороной стопы, подошвой, подъемом, бедром, грудью, головой.

Ведение (ведение мяча ногой; ведение мяча головой.)

Обманные движения (финты), (финт «уходом»; финт «ударом»; финт «остановкой».

Отбор мяча (отбор мяча ногой; отбор мяча в подкате; отбор мяча толчком плеча.)

Кроме того, в технику владения мячом входит специфичный прием, выполняемый руками,— вбрасывание мяча из-за боковой линии.

В зависимости от игровой функции футболисты выполняют различное количество тех или иных приемов в процессе игры. Что касается качества выполнения приема, то оно у всех полевых игроков должно быть достаточно высоким.

2. Техника игры вратаря.

Вратарь должен отлично владеть всем арсеналом технических приемов игры на месте, в движении и в прыжке. От того, насколько правильно, четко и надежно выполняются эти приемы, зависит классность вратаря. Успешное сочетание игры в воротах с действиями на выходах и умелое взаимодействие с партнерами при обороне своих ворот и организации атак также показатели высокого класса вратаря.

1) ловля мяча (катящегося, в приседе, снизу, сверху, сбоку, в падении);

2) отбивание мяча (одной рукой в падении, кулаком, двумя кулаками);

3) перевод мяча;

4) броски мяча (сверху, сбоку, снизу).

3. Техника передвижения.

Бег является основным средством передвижения при игре в футбол.

Используются следующие типы бега: обычный бег, спиной вперед, скрестным шагом, приставным шагом.

Приложение № 2

ИНСТРУКЦИИ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

"ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ"

1. Общие требования безопасности

Занятия проводятся на оборудованных для этого спортивных площадках и в спортзале.

К занятиям допускаются учащиеся:

- отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.

Учащийся должен:

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- не оставлять без присмотра спортинвентарь для прыжков и метаний, в том числе инвентарь, который не используется в данный момент на уроке;
- быть внимательным при перемещениях по стадиону;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

2. Требования безопасности перед началом занятий

Учащийся должен:

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висячие сережки и т. д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;
- под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

- убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;
- под руководством учителя инвентарь, необходимый для проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях;
- не переносить к месту занятий лопаты и грабли острием и зубьями вверх;
- по распоряжению учителя убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т. д.;
- по команде учителя встать в строй для общего построения.

3. Требования безопасности во время занятий

БЕГ

Учащийся должен:

- при групповом старте на короткие дистанции бежать по своей дорожке;
- во время бега смотреть на свою дорожку;
- после выполнения беговых упражнений пробегать по инерции 5-15 м, чтобы бегущий сзади имел возможность закончить упражнение;
- возвращаться на старт по крайней дорожке, при старте на дистанции не ставить подножки, не задерживать соперников руками;
- в беге на длинные дистанции обгонять бегущих с правой стороны;
- при беге по пересеченной местности выполнять задание по трассе или маршруту, обозначенному учителем;
- выполнять разминочный бег по крайней дорожке.

ПРЫЖКИ

Песок в яме для приземления должен быть влажным, хорошо взрыхленным, а его поверхность должна находиться на одном уровне с поверхностью дорожки для разбега. Перед выполнением прыжков необходимо убрать из ямы грабли, лопаты и другие посторонние предметы.

Техника прыжка должна соответствовать учебной программе и обеспечить приземление учащегося на ноги.

Учащийся должен:

- грабли класть зубьями вниз;
- не выполнять прыжки на неровном и скользком грунте;
- выполнять прыжки, когда учитель дал разрешение и в яме никого нет;
- выполнять прыжки поочередно, не перебегать дорожку для разбега во время выполнения попытки другим учащимся;
- после выполнения прыжка быстро освободить прыжковую яму и вернутся на свое место для выполнения следующей попытки с правой или левой стороны дорожки для разбега.

МЕТАНИЯ

Необходимо быть внимательным при упражнениях в метании.

Учащийся должен:

- перед метанием убедиться, что в направлении броска никого нет;
- осуществлять выпуск снаряда способом, исключающим срыв;
- при групповом метании стоять с левой стороны от метающего;
- в сырую погоду насухо вытирать руки и снаряд;
- находясь вблизи зоны метания, следить за тем, чтобы выполняющий бросок был в поле зрения, не поворачиваться к нему спиной, не пересекать зону метаний бегом или прыжками;
- после броска идти за снарядом только с разрешения учителя, не производить произвольных метаний;
- при метании в цель предусмотреть зону безопасности при отскоке снаряда от земли.

Не передавайте снаряд друг другу броском. Не метайте снаряд в не оборудованных для этого местах.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
- по распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

5. Требования безопасности по окончании занятий

- под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

вымыть с мылом руки.

"ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФУТБОЛУ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО ДЮСШ
«Темп» Сладковского района
_____О. Л. Савченков
«__» _____ 2017 г.

Инструкция № 6

по технике безопасности для учащихся на занятиях по футболу

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по спортивным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. Опасные факторы:

– травмы при падении на скользком грунте;

– выполнение упражнений без разминки;

– травмы при грубой игре и не выполнение требований судьи.

1.3. При занятиях спортивными играми должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4. После окончания занятий спортивными играми принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Занятия по спортивным играм проводятся на стадионах, футбольных полях и залах, имеющих размеры, отвечающие требованиям правил игры по мини-футболу и футзалу.

2.2. Преподаватель до начала занятий проверяет состояние, готовность, футбольного поля и наличие необходимого инвентаря. Проверяет прочность ворот, наличие посторонних предметов на поле.

2.3. Инструктирует участников по технике безопасности, правилами игры, безопасной технике отбора мяча.

2.4. При занятие в спортивном зале проверяет полы, на полах после влажной уборки играть запрещается.

2.5. Проводить занятия по футболу разрешается на полях с ровным покрытием (без ям, канав, камней, луж) защищенных от проезжих магистралей, загазованности и запыления.

2.6. Опоздавшие к началу занятия или игры не допускаются к ней.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. На занятиях необходимо строго соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания судьи, преподавателя, тренера, капитана команды.

3.2. Все занимающиеся обязаны быть в спортивной форме (спортивный костюм, майка, трусы) и однотипной спортивной обуви.

3.3. Тренировочные игры должны проходить в соответствии с правилами данных видов.

3.4. Занятия должны проходить под руководством преподавателя, тренера или инструктора-общественника.

3.5. Во время занятий на футбольном поле не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травм. За воротами и в 10 метрах около них, а также в секторах для метания и прыжков не должны находится посторонние лица и спортсмены, занимающиеся другими видами спорта.

3.6. Во время проведения игр учащихся должны соблюдать игровую дисциплину и порядок выполнения полученных заданий, соблюдать игровую дисциплину, не применять грубых и опасных приемов, вести игру согласно правил соревнований

3.7. При выполнении прыжков, случайных столкновениях и падениях футболист должен уметь применять самостраховку.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю (преподавателю).

4.2. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать учащихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.3. При получении учащимся травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения и также родителям пострадавшего, при необходимости отправить в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

"ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ВОЛЕЙБОЛУ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО ДЮСШ
«Темп» Сладковского района
_____О. Л. Савченков
«__» _____ 2017 г.

Инструкция № 3

по технике безопасности для учащихся на занятиях по волейболу

Общие требования безопасности

1. К занятиям по волейболу допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Опасность возникновения травм:
   - при падении на твердом покрытии;
   - при нахождении в зоне удара;
   - при блокировке мяча;
   - при наличии посторонних предметов на площадке и вблизи;
3. У тренера–учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
4. Занимающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.
5. Занятия должны проходить на сухой площадке или сухом полу.

Требования безопасности перед началом занятий

1. Надеть спортивную форму и обувь с нескользкой подошвой.
2. Тщательно проверить отсутствие посторонних предметов на площадке и вблизи.
3. Провести физическую разминку всех групп мышц
4. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в волейбол.
5. Коротко остричь ногти.

Требования безопасности во время занятий

1. Во время занятий вблизи игровых столов не должно быть посторонних лиц.
2. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы самостраховки.
4. Соблюдать игровую дисциплину, особенно во время обучающих тренировок.
5. Не вести игру влажными руками.
6. При температуре воздуха +10 град. одевать спортивный костюм.
7. Пользоваться защитными приспособлениями (наколенниками, налокотниками и др.)

Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю – тренеру.
2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру.
3. Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

Требования безопасности по окончании занятий

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Снять спортивную форму и спортивную обувь.
3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
4. О всех недостатках, отмеченных во время занятия-игры, сообщить учителю-тренеру.

"ИНСТРУКЦИЯ ПО МЕРАМ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ НА ОТКРЫТЫХ СПОРТИВНЫХ ПЛОЩАДКАХ"

1. Общие требования безопасности

Состояние спортивной площадки должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

Нестандартное оборудование должно быть надежно закреплено и находиться в исправном состоянии.

К занятиям допускаются воспитанники:

- прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к тренировочным занятиям;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.

Воспитанник должен:

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- быть внимательным при перемещениях по стадиону;
- знать и выполнять настоящую инструкцию;

За несоблюдение мер безопасности воспитанник может быть не допущен или отстранен от участия в тренировочном процессе.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь; снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висячие сережки и т. д.);

2.2. Убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;

2.3. Организованно выйти с инструктором – методистом через центральный выход здания или запасный выход спортзала на место проведения занятий;

2.4. Под руководством инструктора - методиста подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

2.5. Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;

2.6. Под руководством инструктора – методиста инвентарь, необходимый для

проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях;

2.7. По распоряжению инструктора – методиста убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т. д.;

2.8. По команде инструктора – методиста встать в строй для общего построения.

3. Требования безопасности во время проведения занятий

3.1. Внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять;

3.2. Брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения инструктора - методиста;

3.3. Выполнять упражнения только на исправном оборудовании;

3.4. При выполнении упражнений потоком соблюдать необходимые интервал и дистанцию;

3.5. Быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;

3.6. Не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

4.1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность инструктора - методиста;

4.2. С помощью инструктора – методиста оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

4.3. При возникновении пожара немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством инструктора – методиста покинуть место проведения занятия;

4.4. По распоряжению инструктора – методиста поставить в известность администрацию центра и сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 112.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Под руководством инструктора – методиста убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

5.2. Организованно покинуть место проведения занятия;

5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

5.4. Вымыть с мылом руки.

"ИНСТРУКЦИЯ ПО МЕРАМ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ"

1. Общие требования безопасности

Занятия в спортзале проводятся только с исправным спортивным инвентарем и оборудованием.

Спортивный зал должен быть оборудован средствами пожаротушения (огнетушитель) и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом, для оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.

К занятиям допускаются воспитанники:

- прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к тренировочным занятиям;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Воспитанник должен:

- иметь коротко остриженные ногти;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения инструктора - методиста;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности воспитанников может быть не допущен или отстранен от участия в тренировочном процессе.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;

2.2. Снять с себя предметы, представляющие опасность для других воспитанников (часы, висячие сережки и т. д.).

2.3. Убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы.

2.4. Под руководством инструктора – методиста подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий.

2.5. Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии.

2.6. По команде инструктора – методиста встать в строй для общего построения.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Внимательно слушать объяснение упражнения и аккуратно выполнять задания.

3.2. Брать спортивный инвентарь с разрешения инструктора – методиста и использовать оборудование по его назначению, не виснуть на баскетбольных фермах и кольцах.

3.3. Выполнять упражнения на исправных снарядах с разрешения инструктора – методиста, а сложные технические элементы — со страховкой.

3.4. При выполнении упражнений потоком соблюдать достаточный интервал и дистанцию;

3.5. При перемещениях по залу избегать столкновений.

3.6. Не покидать место проведения занятия без разрешения инструктора – методиста.

4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

4.1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность инструктора – методиста.

4.2. С помощью инструктора – методиста оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь».

4.3. При возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством инструктора – методиста покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации.

4.5. По распоряжению инструктора – методиста поставить в известность администрацию центра и сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 112.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Под руководством инструктора – методиста убрать спортивный инвентарь в места его хранения.

5.2. Организованно покинуть место проведения занятия.

5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.4. Вымыть с мылом руки.

"ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ДОРОГАХ И В ТРАНСПОРТЕ"

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Для перевозки детей выделяются технически исправные автобусы с наименьшими сроками эксплуатации из числа имеющихся. К перевозке детей допускаются высококвалифицированные водители с непрерывным стажем работы на автобусе последние 3 года.

1.2. Заявки по выделению автобусов для перевозки детей и подростков автотранспортными предприятиями принимаются не позднее 3-х дней до начала перевозок. Заявки на сопровождение колонны автобусов с детьми (более трех единиц) подаются в подразделение ГИБДД не менее, чем за 10 дней. В заявках указывается количество перевозимых детей и фамилии сопровождающих лиц. Количество детей не должно превышать число мест для сидения в автобусе.

1.3. Перед выездом автобус, выделяемый для перевозки детей, тщательно осматривается техническими работниками предприятия. Перевозка детей осуществляется в светлое время суток со скоростью, не превышающей 60 км/час.

1.4. Не рекомендуется перевозка детей одиночными автобусами на загородных дорогах при температуре окружающего воздуха ниже - 30 градусов. При температуре - 40 градусов и ниже перевозка детей вне населенных пунктов запрещается.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ПОЕЗДКИ

2.1. Надеть одежду и обувь, соответствующую погодным условиям.

2.2. Подходить к автобусу для посадки только после полной остановки автобуса.

2.3. Занять посадочные места.

2.4. Разместить багаж в соответствии с указаниями руководителя

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя.

3.2. Обеспечить сохранность оборудования и чистоту.

3.3. Не ходить по салону автобуса во время движения.

3.4. Не выходить на проезжую часть во время остановок для отдыха, принятия пищи и других целей.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При проведении ремонта автобуса в пути следования по распоряжению руководителя покинуть автобус и удалиться на безопасное расстояние от проезжей части.

4.2. В случае дорожно-транспортного происшествия покинуть автобус, четко выполняя команды руководителя, исключив панику.

4.3. При невозможности выхода через двери автобуса, воспользоваться выходом через аварийные люки или оконные проемы.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ПОЕЗДКИ

5.1. Взять свой багаж и покинуть автобус.

"ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРОГУЛОК, ПОХОДОВ, ЭКСКУРСИЙ"

1. Общие требования

1.1. К прогулкам и экскурсиям допускаются дети, прошедшие инструктаж, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. К туристским походам и экспедициям допускаются отдыхающие, прошедшие инструктаж, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.3. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций необходимо соблюдать правила поведения, установленные режимы передвижения и отдыха.

1.4. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;
- потертости ног при неправильном подборе обуви;
- травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк или чулок;
- укусы ядовитых животных, пресмыкающихся и насекомых;
- отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов; травмирование в результате природных явлений (солнечный удар, удар молнии и т.д.).

1.5. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий группу обучающихся должны сопровождать двое взрослых.

1.6. Для оказания первой медицинской помощи при травмах следует обязательно иметь медицинскую аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

1.7. При несчастном случае пострадавнший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом руководителю прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции. Пострадавшему должна быть оказана первая медицинская помощь или его сопровождают в медицинское учреждение.

1.8. Обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции и правила личной гигиены.

1.9. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед проведением прогулки, туристского похода или экскурсии

2.1. Для проведения пешеходного (вело-, мото-, лыжного, горного) туристского похода продолжительностью более 5 км или более суток формируется группа обучающихся с учетом физических, психологических и коммуникативных качеств личности.

2.2. Руководитель многодневного туристского похода (более двух суток) должен хорошо знать маршрут экспедиции, природные и климатические особенности местности, криминогенную ситуацию в данном округе и владеть навыками (иметь опыт) руководства туристскими походами данного вида.

2.3. Руководитель многодневного похода должен владеть вариантами срочной эвакуации группы обучающихся из местности, по которой планируется туристский маршрут и, по возможности, иметь телефонную связь с руководителем образовательного учреждения.

2.4. При совершении экскурсии, прогулки с группой учащихся более десяти человек (в течение светового дня) присутствие двух взрослых людей (руководителей) обязательно.

2.5. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья.

2.6. Обучающиеся должны знать цель проведения экскурсии, прогулки, туристского похода и заочно быть ознакомлены с местностью (округе, объектом), по которой будет проходить маршрут. В случае необходимости учащимся даются предварительные задания.

2.7. Если обучающиеся берут сухие пайки, то преподаватель должен проверить их содержимое. Использование скоропортящихся и консервированных продуктов не допускается.

2.8. Подготовить удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки или чулки.

3. Требования безопасности во время проведения прогулки, туристского похода или экскурсии

3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и не покидать место расположения группы.

3.2. Соблюдать правила дорожного движения при передвижении по населенному пункту, правила перевозок учащихся автомобильным, железнодорожным и авиатранспортом.

3.3. Общая продолжительность прогулки составляет 1—4 часа, а туристского похода, экскурсии, экспедиции не должна превышать: 5—6 классов — 18 дней, 7—9 классов — 24 дней, 10—11 классов — 30 дней.

3.4. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.

3.5. В случае необходимости разведения костра соблюдать правила пожарной безопасности, не использовать горюче-смазочные смеси.

3.6. Не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы.

3.7. Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых, растений и грибов, а также колючих растений и кустарников.

3.8. При передвижении не снимать обувь и не ходить босиком.

3.9. Во избежание заражения желудочно-кишечными заболеваниями не пить воду из открытых непроверенных водоемов, использовать для этого питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой, или кипяченую воду.

3.10. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.11. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу.

4. Требования безопасности по окончании прогулки, туристского похода или экскурсии

4.1. Проверить по списку наличие обучающихся в группе.

4.2. Проверить наличие и сдать на хранение туристское снаряжение.

4.3. Принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

"ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ"

К проведению массовых мероприятий (вечеров, утренников, концертов, фестивалей, конкурсов, конференций, слетов, брейн-рингов и др.) допускаются отдыхающие в возрасте не моложе 10 лет, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж.

Любые массовые мероприятия (вечера, утренники, концерты, фестивали, конкурсы, конференции, слеты, брейн-ринги и др.) должны проводиться в присутствии взрослых (воститателя, родителей).

При проведении наиболее массовых мероприятий желательно присутствие не менее троих взрослых, двое из которых являются дежурными.

При проведении массовых мероприятий возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- возникновение пожара при неисправности электропроводки, использовании открытого огня (факелы, свечи, фейерверки, бенгальские огни, хлопушки, петарды и т п.), использовании световых эффектов с применением химических и других веществ, могущих вызвать возгорание;
- незначительные травмы при неосторожном выполнении танцевальных или конкурсных заданий;
- травмы при возникновении паники в случае пожара и других чрезвычайных ситуаций;
- эмоциональное воздействие на особо чувствительных детей или подростков результатов или хода мероприятия.

Помещения, где проводятся массовые мероприятия, должны быть обеспечены медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

Участники массового мероприятия обязаны соблюдать правила пожарной безопасности и техники безопасности в данном помещении, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Этажи и помещения, где проводятся массовые мероприятия, должны иметь не менее двух эвакуационных выходов, которые обозначаются указателями с надписью «Выход», обеспечены первичными средствами пожаротушения (не менее двух огнетушителей), оборудованы автоматической системой пожарной сигнализации и приточно-вытяжной вентиляцией.

Окна помещений, где проводятся массовые мероприятия, не должны иметь глухих решеток.

О каждом несчастном случае с участниками массового мероприятия немедленно сообщать руководителю мероприятия и администрации учреждения, принимать меры по оказанию первой помощи пострадавшему. На время проведения массового мероприятия должно быть обеспечено дежурство работников в составе не менее двух человек.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Нормативные документы и материалы

1. Федеральный закон от 21.12.1994 г. № 69-ФЗ "О пожарной безопасности".
2. Федеральный закон от 10.12.1995 г. № 196-ФЗ "О безопасности дорожного движения".
3. Федеральный закон от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации".
4. Федеральный закон от 06.03.2006 г. № 35-ФЗ "О противодействии терроризму".
5. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
6. Федеральный закон от 16.10.2019 г. № 336-ФЗ "О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части совершенствования государственного регулирования организации отдыха и оздоровления детей".
7. Распоряжение Правительства РФ от 22.05.2017 г. № 978 "Основы государственного регулирования и государственного контроля организации отдыха и оздоровления детей".
8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 30.06. 2016 г. № ВК-1497/09 "Об организации детского отдыха и оздоровления".
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14.04.2011 г. № МД-463/06 "О рекомендациях по организации детского оздоровительного отдыха".
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 31.03.2011 г. № 06-614 "О направлении рекомендаций"
11. Приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 31.03.2011 г. № 06-614 "Рекомендации по порядку проведения смен в учреждениях отдыха и оздоровления детей и подростков".
12. Приложение к письму Минобрнауки России от 20.07.2017 г. № ПЗ-818/09 "Методические рекомендации по обеспечению организации отдыха и оздоровления детей".
13. Письмо Министерства просвещения РФ от 25.11.2019 г. № ПЗ-1303/06 "О направлении методических рекомендаций"
14. Письмо Министерства просвещения РФ от 01.03.2021 г. № ДГ-409/06 "О перечне нормативных правовых актов в сфере организации отдыха и оздоровления детей".
15. Письмо Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 14.11.2011 г. № 18 "О типовом положении о детском оздоровительном лагере".
16. Письмо Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций РФ от 30.05.2019 г. № АВ-П17-062-11826 "О направлении памятки по основам информационной безопасности детей, находящихся в организациях отдыха детей и их оздоровления".
17. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648)".
18. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24.03.

2021 г. № 10 "О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 N 16".

19. Национальный стандарт РФ ГОСТ Р 52887 "Услуги детям в организации отдыха и оздоровления".

20. Постановление Правительства Тюменской области от 07.06.2010 г. № 160 "Об утверждении положения о создании детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей".

21. Постановление Правительства Тюменской области от 17.04.2018 г. № 148 "Положение о порядке формирования и ведения реестра организаций отдыха детей и их оздоровления в Тюменской области".

22. Постановление Правительства Тюменской области № 33 от 07.02.2022 года "О внесении изменений в постановление от 07.06.2010 года № 160 "Об утверждении положения о создании детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей".

23. Распоряжение Правительства Тюменской области от 28.11.2025 года № 1019-рп "Об организации детской оздоровительной кампании в Тюменской области в 2026 году".

Литература, использованная при разработке программы

1. «Летний оздоровительный лагерь» Нормативно – правовая база» Е. А. Гурбина. Волгоград 2006

2. Андреева О.С. Проект профилактической работы с детьми в период летней оздоровительной кампании «Лето – пора находок, а не потерь», Тюмень, 2008

3. Бетехтина О.Ф. Организация летнего досуга. //Досуг в школе.-2009. №4.- с.23

4. Большев А., Дьяков А. Новая идея в развитии физической культуры детей. //Народное образование. – 2008. - № 5. – С. 177 – 180

5. Гурбина А.Е. «Летний оздоровительный лагерь», Волгоград, 2009 г.

6. Калмыкова И.Б. Программа организации физкультурно- оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. //Классный руководитель. – 2007. - № 5. – С. 47 – 51

7. Летний лагерь на базе школы. / Авт.-сост. Е.В. Савченко, О.Е. Жиренко, С.И. Лобачева, Е.И. Гончарова. – М.: ВАКО, 2007. – 336 с.

8. Летний лагерь от А до Я. / С. В. Марфина. – Ярославль.: «Академия развития», 2007. – 160 с.

9. Марфина С.В. Летний лагерь от А до Я / С.В.Марфина; худож.Е.А.Афоничева. – Ярославль: Академия развития, 2007

10. Методические рекомендации по подготовке бригадиров (командиров) подростковых трудовых бригад (отрядов), организаторов досуга на летних площадках по месту жительства, помощников вожатых (воспитателей) в лагерях дневного пребывания. Тюмень, 2011 г.

11. Организация отдыха и оздоровления детей и молодёжи. Создание программ. Е.Д. Балахнина Заведующий по учебно-методической работе ГАУ ДО Тюменской

области «Дворец творчества и спорта «Пионер»

12. Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. Большое путешествие. - Ярославль, 2007

Литература, для подготовки педагогов к смене

1. «Летний оздоровительный лагерь» Нормативно – правовая база» Е. А. Гурбина. Волгоград 2006

2. Андреева О.С. Проект профилактической работы с детьми в период летней оздоровительной кампании «Лето – пора находок, а не потерь», Тюмень, 2008

3. Бетехтина О.Ф. Организация летнего досуга. //Досуг в школе.-2009. №4.- с.23

4. Большев А., Дьяков А. Новая идея в развитии физической культуры детей. //Народное образование. – 2008. - № 5. – С. 177 – 180

5. Гурбина А.Е. «Летний оздоровительный лагерь», Волгоград, 2009 г.

6. Калмыкова И.Б. Программа организации физкультурно- оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. //Классный руководитель. – 2007. - № 5. – С. 47 – 51

7. Летний лагерь на базе школы. / Авт.-сост. Е.В. Савченко, О.Е. Жиренко, С.И. Лобачева, Е.И. Гончарова. – М.: ВАКО, 2007. – 336 с.

8. Летний лагерь от А до Я. / С. В. Марфина. – Ярославль.: «Академия развития», 2007. – 160 с.

9. Марфина С.В. Летний лагерь от А до Я / С.В.Марфина; худож.Е.А.Афоничева. – Ярославль: Академия развития, 2007

10. Методические рекомендации по подготовке бригадиров (командиров) подростковых трудовых бригад (отрядов), организаторов досуга на летних площадках по месту жительства, помощников вожатых (воспитателей) в лагерях дневного пребывания. Тюмень, 2011 г.

11. Организация отдыха и оздоровления детей и молодёжи. Создание программ. Е. Д. Балахнина Заведующий по учебно-методической работе ГАУ ДО Тюменской области «Дворец творчества и спорта «Пионер»

12. Чередниченко Н.Г. Как сделать смену яркой и полезной. Журнал «Практика административной работы в школе», № 3/2014.

13. Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. Большое путешествие. - Ярославль, 2007

Материалы для детей - педагогов смены

1. Артамонова Л.Е. Летний лагерь: организация, работа вожатого, сценарии мероприятий. 1-11 классы. – М.: ВАКО, 2006

2. Богинская Н.Ф. Программа профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних «Будущее для всех!» // Практика административной работы в школе. – 2009. – № 2. – С. 27 – 41

3. Бразговка Л. Формирование нравственной установки младших подростков. // Воспитание школьников. – 2008. – № 6. – С. 38 -42

4. Вислова А. Нетерпимость в молодежной среде и способы ее преодоления. // Воспитание школьников. – 2008. - № 3. – С. 15 – 20

5. Воспитательная работа в современной школе: от коллективизма к

взаимодействию. / Кульневич С.В., Лакоценина Т.П. - Ростов-на-Дону: «Учитель», 2006. – 272 с.

6. Кудашов Г.Н. Педагогика социального творчества молодёжи.: учебное пособие. г. Тюмень, 2009. 224 с.

7. Куприянов Б.В. Восемнадцать форм воспитательной работы с детским коллективом класса. – 2007. - № 6. – С.103 – 125

8. Лучшие упражнения для сплочения команды. / Грецов А. Г. – СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. – 44 с.

9. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. С. И. Лобачева. Москва: ВАКО, 2007 г.

10. Петрусинский В.В.. Игры для активного отдыха. М., ВЛАДОС, 2007

11. Психологическая поддержка учащихся: развивающие занятия, игры, тренинги и упражнения / Авт.-сост. Е.Д.Шваб, Н.П. Пудикова. – Волгоград: Учитель, 2008. – 90 с.

12. 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.

13. Федин С.Н. Веселые игры и головоломки. - М., 2006

14. Хлебникова Л. Фортуна – значит удача. Летний лагерь для «трудных подростков». – 2009. - № 11. – С. 16 - 17

Материалы для детей - участников смены

1. Журнал «Народное образование», №3/2010, 2011, №2/2014

2. Как освободиться от влияния неконтролируемых эмоций. / Засыпкина Н. // Журнал «Директор школы», № 10. – 2010. – 113 с.

3. Научно-методический журнал «Внешкольник Оренбуржья», №1, 2014

4. Нещерет Л.Г. Хочу быть лидером! Выпуск 4.-Н. Новгород: изд-во ООО «Педагогические технологии», 2006. Ярославль: «Академия развития», 1998

5. Панченко С. Формирование толерантных взаимоотношений подростков в детском коллективе. // Воспитание школьников. – 2008. - № 7. – С. 33 – 38

6. Теоретический и научно-методический журнал «Воспитание школьников», №4/ 2011, №2, 4/ 2014

7. Что такое духовно-нравственное воспитание в школе?/Информационно-публицистический бюллетень «Просвещение», № 25, 2009. – 8 с.

Интернет - материалы

1. http://www.pioner72.ru/
2. http://www.rerik.ru/specialists/
3. http://tesera.ru/game