

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководитель организации

Геоенников А.В.

Приказ № 37 от «27» 2025

Подпись _____



2025

**Программа
спортивно -
ориентированной
и досуговой
профильной смены
«Олимпийский формат»**

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1.1. Наименование Программы	<u>« Олимпийский формат»</u>
1.2. Приоритетные направления Программы	1. Поддержка спортивного мастерства воспитанников. 2. Патриотическое воспитание юных спортсменов. 3. Поддержка процесса социализации спортсменов и интеграции их в общественную деятельность через формирование навыков ЗОЖ, общечеловеческих ценностей, научных и культурных знаний, а также развития творческих способностей.
1.3. Исполнитель	Государственное автономное учреждение дополнительного образования Республики Хакасия "Спортивная школа олимпийского резерва им. В.И. Чаркова", спортивно - оздоровительный лагерь «Баланкуль» Директор ГАУ ДО "СШОР им. В.И. Чаркова" – Андрей Викторович Тебеньков
1.4. Учредитель	Правительство Республики Хакасии, Министерство физической культуры и спорта Республики Хакасия
1.5. Название лагеря	Спортивно-оздоровительный лагерь «Баланкуль»
1.6. Сведения об утверждении	
1.7. Ф.И.О. лица, ответственного за реализацию Программы	Баранова Ольга Михайловна, начальник спортивно-тренировочного центра «Баланкуль», Соловьева Ирина Ивановна, начальник лагеря, заместитель директора МБУ «СОШ № 20» города Абакан
1.8. Продолжительность, сроки реализации Программы	Общая продолжительность реализации Программы – 21 день
1.9. Место реализации	Республика Хакасия
1.10. Год реализации	2025
1.11 Авторская группа	Баранова Ольга Михайловна, Почетный работник общего образования Российской Федерации, начальник спортивно-тренировочного центра «Баланкуль» Соловьева Ирина Ивановна, Почетный работник общего образования Российской Федерации, заместитель директора МБУ «СОШ № 20» города Абакан

ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Пояснительная записка

Аналитическое обоснование проблемы.

Практически все спортивные школы Республики Хакасия, за малым исключением, являются учреждениями дополнительного образования, а это значит, что в летний период большинство из них не работает (по крайней мере, два летних месяца). И тут возникает определенные проблемы. Во-первых, как юным спортсменам в летний период не потерять свою спортивную форму. Во-вторых, как детям и подросткам не попасть под влияние "улицы". Данная программа предназначена тем, для кого спорт становится частью их жизни.

Еще одна насущная проблема для настоящих спортсменов - это умение социализации в своей референтной группе и обществе в целом, многие юные спортсмены так заиклены на своем виде спорта, что не признают другие виды, не умеют общаться с представителями другой деятельности и т.п., и программа эта дает возможность приобрести навыки социализации спортсмена в современном обществе.

И третье, важно воспитать и сохранить спортивно-патриотический настрой в современных реалиях изоляции российского спорта на международной арене.

Обоснованность реализации

Программу «Олимпийский формат» предполагается реализовать на базе оздоровительного загородного лагеря «Баланкуль». Лагерь расположен вблизи озера Баланкуль, в среднегорье на высоте 800 метров. Уникальный ландшафт, целебный воздух близость чистейшего озера максимально увеличивают показатели эффективности оздоровления воспитанников.

Подготовительный этап реализуется с 1 апреля 2025 года и предполагает подготовку кадров, материально-хозяйственное оснащение; подготовку нормативной базы.

Основной этап программы будет реализован в рамках летней лагерной смены (за 21 день) и предполагает проведение базовых мероприятий для достижения цели программы.

Заключительный этап предполагает анализ результатов, выработку рекомендаций для тренеров, занимающихся воспитанием подростков вне каникул и подготовки их к значимым соревнованиям; издание печатной продукции.

Кадровая политика программы направлена на то, чтобы процесс обеспечивали только профессиональные кадры: все воспитатели, руководители кружков, инструктор по физвоспитанию, психологи имели специальное, высшее педагогическое образование.

Новизна программы для данной социальной группы подростков региона в том, что он позволит комплексно решать все три вышеизложенные проблемы.

3.1. Основная педагогическая идея	Формирование здоровой, духовно-нравственной, разносторонней, патриотически настроенной личности через спортивно-тренировочную, игровую и познавательную деятельности.
2.3. Цели Программы	-поддержка спортивного мастерства подростков; -всестороннее развитие подростков, в том числе патриотическое, гражданское, духовно-нравственное, через занятия массовыми видами спорта и общий организованный досуг; -предоставление возможности организации содержательного досуга, способствующего социализации в обществе.
2.4. Задачи Программы	-создать условия для подготовки юных спортсменов, их физического и духовного развития; -организовать поддержку спортивно-одаренных детей и подростков, потребности в саморазвитии в избранном виде спорта; -показать значимость спортивных достижений каждого для своей страны; -пропагандировать здоровый образ жизни через проведение спортивно-массовых мероприятий -создать условия для эффективной деятельности в рамках интересного и полноценного досуга подростков в целях удовлетворения потребности детей в общении, в совместной творческой деятельности; - создать условия для формирования гражданской позиции юных спортсменов, их духовно-нравственного и культурного развития; -создать условия для формирования межличностного и межгруппового общения; -организовать адресную психологическую поддержку.
2.5. Адресная направленность Программы	а) категория целевой группы Программы - воспитанники спортивных школ республики Хакасия и других регионов в возрасте с 6 до 17 лет включительно; б) число детей, входящих в состав целевой группы Проекта - 850
2.6. Наименование органа исполнительной власти (учреждений, организаций), с которыми будет согласовываться список детей для включения в	Министерство физической культуры спорта Республики Хакасия Министерство образования Республики Хакасия Министерство труда социальной защиты Республики Хакасия

состав целевой группы Программы	
2.7. Содержание Программы	<u>Разделы программы</u> <i>Базовые мероприятия</i> 1. Сегодня старты детские – завтра олимпийские. 2. Сегодня игры русские – завтра олимпийские. 3. Олимпийский калейдоскоп 4. Вперед к олимпийским достижениям 5. Кабинет психолога (групповые и индивидуальные психологические тренинги). <i>Мероприятия, направленные на закрепление результатов программы</i> 1. Презентация деятельности спортивных школ, клубов и федераций. 2. Заключительное анкетирование по итогам реализации программы <i>Подведение итогов деятельности педагогического коллектива</i>
2.8. Ожидаемые результаты Программы	<u>Ожидаемые результаты:</u> 1. <i>Повышение спортивной компетентности</i> • Рост спортивных показателей целевой группы. • Повышение интереса подростков к занятиям физической культурой и спортом. 2. <i>Повышение познавательной компетентности</i> • Расширение кругозора • Усвоение принципов и истории олимпийского движения • Умение ориентироваться в общественных событиях 3. <i>Повышение коммуникативной и социальной компетентности</i> • Повышение уровня занятости подростков в свободное от учебы время • Повышение способности подростков самостоятельно провести и организовать продуктивный досуг • Умение общаться в разных формах и через различные средства общения • Понимание необходимости и форм общения с различными социальными группами в доступных формах Таким образом, значимость программы состоит в том, что в регионе будет развит опыт работы с данной категорией детей; повысится уровень их социализации и интеграции в продуктивную группу подростковой общественности.

2.10. Ресурсное обеспечение Программы	Финансовые ресурсы Финансирование деятельности загородного лагеря в рамках сметы расходов Кадровые ресурсы: 1. Кураторы по видам спорта – тренеры 1 и высшей квалификации, специальное образование 2. Воспитатели- тренеры спортивных школ Республики Хакасия,. 3. Медицинские работники учреждений здравоохранения города Абакана Материально-техническое обеспечение 1. Стационарная база загородного оздоровительного лагеря «Баланкуль»: 10 корпусов на 40 мест каждый, оборудованные столовая и пекарня 2. Спортивные сооружения: стационарный зал для настольного тенниса, тренажерный зал, летний зал для занятий борьбой, футбольное поле, волейбольные площадки – 2 шт, баскетбольная площадка, беговые трассы, площадки для выполнения норм ГТО, универсальная спортивная площадка 3. Собственный автотранспорт 4. бани – 3 шт, душевые – 7 шт. 5. Музыкальная аппаратура, оргтехника. Информационные ресурсы 1. Ресурсы сети Интернет
2.11. Управление и контроль за реализацией Программы	<u>Схема управления реализацией программы</u> <pre> graph TD RP[Руководитель программы] --> KS[Кураторы по видам спорта Организация Малых Олимпийских игр Мониторинг уровня спортивных достижений Диагностика уровня удовлетворенности участием] RP --> SV[Старший воспитатель] RP --> DDD[Директор «Баланкульского дома» (старшая вожатая) Организация досуга Диагностика уровня удовлетворенности Мониторинг степени участия целевой группы Диагностика в динамике уровня] SV --> DDD RP --> CK[Контроль за выполнением программы Контроль за эффективным использованием средств] SV --> OMV[Организация межведомственного взаимодействия Выработка индикаторов успешности проекта и контроль их соответствия] PS[Психологическая служба Проведение тренингов Психологическое тестирование в динамике Индивидуальная работа Психолого-педагогическая поддержка] </pre>

"Олимпийский формат"

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная, общественно значимая спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности.

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и честью выходить из непростых ситуаций.

Спорту, как и настоящей полнокровной жизни, чужды **пассивность, безволие, успокоенность**. Каждодневное напряжение, преодоление всех объективных и субъективных трудностей - вот обязательные условия достижения жизненных целей. Этому учат постоянные тренировки.

Жизнь и практика показывают, что тот, кто прошел хорошую школу физического воспитания, более приспособлен к высокому производительному физическому и умственному труду, способен более легко находить правильные и нужные решения в трудных ситуациях. Это ярко доказала военная служба, космонавтика, различные трудные этапы жизни человека.

Физкультура и спорт помогли тысячам граждан воспитать в себе силу воли, целеустремленность, выдержку, самодисциплину, коллективизм, товарищество, дружбу, взаимовыручку и другие качества.

В связи с вышеизложенным, актуальность данной программы трудно переоценить.

Цели:

- поддержка спортивного мастерства подростков;
- всестороннее развитие подростков, в том числе патриотическое, культурное, ценностное через занятия массовыми видами спорта;
- предоставление возможности организации содержательного досуга, способствующего социализации в обществе и всестороннему развитию

Задачи:

- создать условия для подготовки юных спортсменов, их физического и духовного развития;
- организовать поддержку спортивно-одаренных детей и подростков, потребности в саморазвитии в избранном виде спорта;
- -показать значимость спортивных достижений каждого для своей страны;
- пропагандировать здоровый образ жизни через проведение спортивно-массовых мероприятий;
- создать условия для эффективной деятельности в рамках интересного и полноценного досуга подростков в целях удовлетворения потребности детей в общении, в совместной творческой деятельности;
- создать условия для формирования гражданской позиции юных спортсменов, их духовно-нравственного и культурного развития;
- создать условия для формирования межличностного и межгруппового общения;
- организовать адресную психологическую поддержку

Основная педагогическая идея

состоит в формировании здоровой разносторонней личности через спортивно-тренировочную, игровую и познавательную деятельности.

Используемые педагогические технологии

Реализация выдвинутой идеи достигается путем проведения сюжетно-ролевой игры, использования методики проведения коллективных творческих игр, технологии тим-билдинга и анимационных технологий.

Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены.

1. Формирование разновозрастных отрядов на основе общности по видам спорта.
2. Формирование в первые два дня смены Совета Лидеров (Совета Капитанов спортивных команд).

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

Структура лагерной смены

Каждую лагерную смену можно разделить на три основных периода:

1. Адаптационный (2 дня)

Задачи:

- познакомить ребят друг с другом;
- обучить и приучить ребят соблюдать режим, санитарно-гигиенические нормы, обслуживать себя в условиях лагеря;
- ориентировать ребят на создание дружного детского коллектива с комфортным для каждого ребенка общением и психологической атмосферой;
- выявить и определить лидеров отряда, оформить организационную структуру отряда.

2. Основной (16 дней)

Задачи:

- создать условия для организации воспитывающей и развивающей деятельности и общения детей, стремиться к тому, чтобы дети могли реализовать себя по максимуму;
- дать возможность детям проявить себя, свои способности и возможности в разнообразной творческой, интеллектуальной, физической, художественной, соревновательной деятельности.

3. Заключительный (3 дня)

Задачи:

- усилить эмоциональный фон последних дней пребывания в лагере;
- подвести итоги работы.

Программа имеет блочно-модульную структуру. В основе лежит принцип параллельной реализации каждого раздела и их содержательного

взаимопроникновения. Программа подразумевает исключение модуля «Кабинет психолога» при отсутствии кадрового обеспечения.

1 модуль – Сегодня старты детские – завтра олимпийские.

Модуль предполагает проведение одного длительного мероприятия «Малые олимпийские игры». Это спортивные состязания по олимпийским видам спорта:

- Футбол
- Волейбол
- Пионербол
- Баскетбол
- Легкая атлетика
- Настольный теннис
- Большой теннис
- Тяжелая атлетика

Инструктор по физическому воспитанию, совместно с кураторами по видам спорта разрабатывают программу проведения спортивных состязаний с учетом возраста, подготовки и интереса воспитанников лагеря.

Церемонии открытия и закрытия организуются Советом Капитанов, при непосредственном руководстве старшего вожатого, *по технологии коллективного творческого дела и по традициям олимпийского движения, с соблюдением ритуалов и атрибутики Олимпийских игр.*

Ключевым мероприятием является Всероссийский Олимпийский день, традиционно проводимый под эгидой Министерства Спорта Российской Федерации в июне.

2 модуль – Сегодня игры русские – завтра олимпийские.

Главным в этом модуле является развитие патриотических чувств юных спортсменов через физического и духовного наследия русского народа, повышение эмоционального интереса к традициям наших предков.

Проводятся соревнования по русским народным видам спорта: городки, лапта, горелки, змейка, перетягивание каната. А также национальные спортивные игры

нашего региона: хол-тартызах (перетягивание палки), тас-хапканы (поднятие камня), оор-хабыс (поднятие вверх).

Отличительной особенностью этого модуля является проведение соревнований по выполнению норм комплекса ГТО, а также военно-патриотической игры «Зарница»

3 модуль – Олимпийский калейдоскоп.

Олимпийские игры – это не только спортивные состязания, но и психологические и социальные тренинги, снимающие дезадаптацию. А также организация досуга посредством «Баланкульского дома» (по типу Русского дома на Олимпийских играх) с целью формирования навыка продуктивной деятельности в свободное время, развития навыков общения между спортсменами разных видов спорта, развития сопутствующих интересов и творческих способностей.

В связи с этим, программа предполагает наличие третьего модуля

Вспомним, для чего каждая страна создает на Олимпийских играх свой национальный дом. для того, чтобы организовать досуг спортсменов через изучение культуры, истории и науки, поднять их дух, укрепить чувство патриотизма через развитие общероссийских ценностей, создать условия для плодотворного общения.

Данный модуль реализуется путем сюжетно-ролевой игры «Русские путешествия». Основная идея данной игры в том, что все участники «Баланкульского дома» в течение смены путешествуют и исследуют три острова: остров знаний, остров игр, остров дружбы.

Испытания на Острове знаний:

- литературные вечера
- конкурсы на знание родного края
- «Школа здоровья»
- Научные станции

- «Школа безопасности»
- Конкурс грамотеев и т.п.

Испытания на Острове игр:

- Мероприятия в форме игр
- День рекордов
- Музыкальные, танцевальные и театрализованные вечера
- Творческие мастерские и встречи

Испытания на Острове дружбы:

- Конкурсы по культуре и истории России
- Конкурсы;
- Мисс и Мистер Баланкуль;
- Флэшмобы;
- совместные дела различных групп участников игры;
- товарищеские встречи с соседними лагерями;
- встречи по обмену опытом, День открытых дверей;
- школа «Лидер»;
- школа семейных ценностей;
- «Праздник, который придумали мы!», итоговый концерт.

Каждый отряд в «Баланкульском доме» имеет свое название, девиз, эмблему. Путешествуя по островам каждый ребенок получает возможность попробовать себя в разных ролях: участник, организатор, лидер. Индивидуальные итоги успешности подводятся в рейтинговой таблице отряда. Итоги коллективного участия отмечаются в рейтинговых таблицах лагеря. По результатам участия в различных мероприятиях и КТД дети награждаются коллективными и индивидуальными призами.

Для анализа и наблюдения педагогический состав лагеря применяет диагностические методы: анкетирование, незаконченные предложения, ситуационный ряд.

Для успешной реализации работают органы детского самоуправления:

- Совет лидеров организует и проводит общелагерные мероприятия.

В Совет лидеров входят представители:

- Комитет чистоты и порядка (организует и проводит дела, смотры, конкурсы по самообслуживающему труду и бережливости);
- Спортивный комитет (организует и проводит зарядку, спортивные соревнования, «Малые олимпийские игры»);
- Досуговый комитет (организует проведение творческих конкурсов, праздников, планирует ежедневную работу);
- Комитет гласности и печати (организует работу пресс- центра, проводит анкетирование, осуществляет выпуск газет о ходе смены);
- Временные советы дела (организуются для реализации проектов, придуманных детьми во время смены);
- Совет консультантов (старшая вожатая, старший воспитатель, физрук, медицинский работник, руководители кружков, секции) – организует работу по реализации программы лагеря.

4 модуль – Вперед к олимпийским достижениям

Данный модуль программы предполагает интеграцию в план мероприятий тренировочного процесса. Поскольку спортивно-оздоровительный лагерь «Баланкуль» организует набор отдыхающих только из спортивных школ Республики Хакасия и других регионов, то тренеры – воспитатели включают в ежедневное планирование тренировки по своему виду спорта, что в конечной итоге отражается в программе деятельности лагеря.

5 модуль – Кабинет психолога

Основные направления работы психолога:

1 диагностическое:

- диагностические срезы на выявление индивидуальных особенностей, определение лидеров, выявление детей, нуждающихся в поддержке
- тренинги знакомства

2 консультационное:

- тренинги «Я учусь сотрудничать», «Пойми себя»
- спортивная психология (повышение общей эффективности тренировочного процесса за счет выработки нужного уровня мотивации, четкой ориентацией на конкретную цель, а также формирования нужных двигательных умений и навыков; создание необходимых психологических условий для достижения лучшей психологической выносливости, высоких показателей силы, ловкости, а также для развития специализированных видов восприятия; психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям; психическая регуляция, формирование личности спортсмена для лучшего взаимодействия с тренером, а также другими спортсменами в команде; повышение у спортсмена силы воли в ситуациях, когда этот показатель находится либо на недостаточном для успешных спортивных выступлений уровне, либо этот показатель слишком высок и есть риск того, что спортсмен может «перегореть» еще до старта соревнований, Оперативная помощь спортсмену)

3 просветительское.

Данный модуль реализуется при качественном кадровом обеспечении Программы.

Условия реализации:

I. Кадровое обеспечение:

- Команда педагогов – тренеров , владеющих опытом работы с разновозрастным составом детей с использованием современных технологий и приемов оптимизации воспитательного процесса во временном коллективе;
- Для реализации плана работы «Школы здоровья» привлекаются:
 - «Центр-спид»
 - медицинские работники лагеря
 - тренеры спортивных школ Республики Хакасия

Для реализации деятельности «Школы Лидера» привлекаются:

- НП «Центр психологического сопровождения «Рост»
- Центр занятости населения

II. Методическое обеспечение представлено следующими документами:

- план работы смены,
- планы работы отрядов,
- планы – сетки,
- должностные инструкции,
- разработки мероприятий по направлениям,
- видеотека с фильмами по пропаганде ЗОЖ,
- пакет диагностики развития коллектива и личности,
- инструкции по безопасности

III. Материально-технические:

- Спортплощадки;
- Танцплощадка;
- Помещение для проведения кружков;
- Музыкальное оборудование;
- Спортивный инвентарь;
- Канцтовары, призы.

Предполагаемые результаты:

Ожидаемые результаты:

4. *Повышение спортивной компетентности*

- Рост спортивных показателей целевой группы.
- Повышение интереса подростков к занятиям физической культурой и спортом.

5. *Повышение познавательной компетентности*

- Расширение кругозора
- Усвоение принципов и истории олимпийского движения
- Умение ориентироваться в общественных событиях

6. *Повышение коммуникативной и социальной компетентности*

- Повышение уровня занятости подростков в свободное от учебы время
- Повышение способности подростков самостоятельно провести и организовать продуктивный досуг
- Умение общаться в разных формах и через различные средства общения
- Понимание необходимости и форм общения с различными социальными группами в доступных формах

Таким образом, значимость программы состоит в том, что в регионе будет развит опыт работы с данной категорией детей; повысится уровень их социализации и интеграции в продуктивную группу подростковой общественности.

Оценка эффективности и успешности реализации программы

В лагере диагностика будет проходить в несколько этапов:

- на начальном этапе будет происходить сбор данных о направленности интересов ребенка, мотивации деятельности и уровень готовности к ней (тесты, анкеты, игры);
- промежуточная диагностика позволит корректировать процесс реализации программы и определить искомый результат с помощью аналогии и ассоциации:
- Сочинение «Я вчера, сегодня, завтра»;
- "Мой портрет"- ассоциация;
- "Мой отряд" (рисунок, сочинение и др.).
- Методика оценки психологической атмосферы в коллективе А.Ф. Фидпера (приложение №3);
- анкетирование;
- экран настроения;

- карта наблюдения за состоянием здоровья детей
- итоговая диагностика позволит оценить результаты реализации программы :опрос, тестирование, анкеты (приложение №4,5)

Список литературы:

1. Большая энциклопедия спорта для школьников и студентов. – Москва: ОЛМА Медиа Групп, 2007.
2. Матвеев А.П. Очерки по теории и методике образования школьников в сфере физической культуры - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1997.
3. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. - М.: ФиС, 1988, с. 2008 .
4. Алабин В. Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов. Харьков 1999
5. Мильштейн О. А. Олимпийская сага: олимпионики, жрецы, пилигримы. М.-Тера. 2001 г.
6. Твой Олимпийский учебник. Олимпийский комитет России, 2002г.
7. Спорт в школе. Изд. дом «Первое сентября». 2005 - 2006 г.
8. Кудрявцев М. Д. Физкультурно-образовательное пространство как среда реабилитации и социальной адаптации учащихся. М. АПК ПРО 2002г.
9. «Ах, лето!» С. В. Савинова, В. А. Савинов. – Волгоград, 2003
10. Вяткин Л.А, Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование- М., 2001
11. Козырева О.В., Губарева Т.И., Ларионова Н.Н.. Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах, плоскостопии.- Ростов н/Д-1999
12. Лето. Каникулы. Лагерь / Под ред. С.А. Шмакова. – Липецк, 1995
13. Марфина С.В. Летний лагерь от А до Я / С.В.Марфина; худож.Е.А.Афоничева. – Ярославль: Академия развития, 2007
14. Туристическая игротека. Игры, конкурсы, викторины. -М., 2001
15. «Чтобы увидеть радугу.....» (из опыта реализации педагогических

программ в условиях детского оздоровительного лагеря). – Ижевск, 2001

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

17. «Решаем и планируем вместе» (методическое пособие в помощь организатору). – Москва., 1998.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

Деятельность «Школы здоровья»

Цель: создание системы оздоровления детей для осмысленного отношения к каждому к собственному здоровью в условиях временного детского коллектива.

Направления:

- Создание банка информации о здоровье отдыхающих детей;
- Расширение сферы двигательной активности детей через проведение соревнований, секций, походов;
- Информационно-пропагандистская деятельность по профилактике ЗОЖ.

Формы и содержание:

1. Утренняя зарядка.
2. Питье витаминного чая.

3. Профилактика заболевания щитовидной железы (употребление йодомарина, приготовление пищи с йодированной солью).
4. Проведение упражнений для глаз, осанки .
5. Конкурс рисунков, КВН.
6. Общение с природой, экскурсии.
7. Тематические беседы:
 - «Роль воды в здоровье человека»
 - «Здоровое питание»
 - «Витамины»
 - «В здоровом теле – здоровый дух» (профилактика вредных привычек)
 - «Профилактика клещевого энцефалита»
8. Качественная организация спортивно-массовых мероприятий;
9. Строгое соблюдение режима дня;
10. Трудотерапия;
11. Организация полноценного, сбалансированного питания;
12. Использование природно-климатической базы для закаливания, принятия солнечных и воздушных волн.

Результат: расширение знаний о своем здоровье и формах его сохранения.

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

Деятельность «Школы Лидера»

Цель: развитие организаторских способностей

Направления и содержание деятельности:

- изучение символики России, Республики Хакасия (гимн, герб, флаг);
- изучение прав и обязанностей детей;
- развитие органов детского самоуправления;
- проведение тренингов по формированию лидерских качеств;
- социальное проектирование;
- проведение КТД;
- проведение ключевого отрядного дела «Праздник, который придумали мы!»;
- система индивидуального роста: участник, организатор, лидер.

- Система коллективного роста (рейтинговые таблицы: «Самый активный отряд», «Самый чистый корпус», «Самая чистая территория»)
- Работа пресс-центра

ПРИЛОЖЕНИЕ №3

Методика оценки психологической атмосферы в коллективе А.Ф. Фидпера

Методика используется для оценки психологической атмосферы в коллективе. В основе лежит метод семантического дифференциала. Ниже представлен бланк методики. Ответ по каждому из 10 пунктов шкалы оценивается слева направо от 1 до 8 баллов. Чем левее расположен знак *, тем ниже балл, тем благоприятнее психологическая атмосфера в коллективе, по мнению отвечающего. Итоговый показатель колеблется от 10 (наиболее положительная оценка) до 80 (наиболее отрицательная).

На основании индивидуальных профилей создается средний профиль, который и характеризует психологическую атмосферу в коллективе. Методика интересна тем, что допускает анонимное обследование, а это повышает ее надежность. Надежность увеличивается и в сочетании с другими методиками (например, социометрией)

Пример заполненного бланка методики:

В табл. 1 приведены противоположные по смыслу пары слов, с помощью которых можно описать атмосферу в Вашем коллективе. Чем ближе к правому или левому слову в каждой паре Вы поставите знак *, тем более выражен этот признак в Вашем коллективе.

Таблица 1

	1	2	3	4	5	6	7	8	
1. Дружелюбие		*							Враждебность
2. Согласие			*						Несогласие
3. Удовлетворенность			*						Неудовлетворенность
4. Продуктивность		*							Непродуктивность
5. Теплота			*						Холодность
6. Сотрудничество				*					Несогласованность
7. Взаимоподдержка				*					Недоброжелательность
8. Увлеченность					*				Равнодушие
9. Занимательность				*					Скука
10. Успешность			*						Безуспешность

ПРИЛОЖЕНИЕ №4

Самооценка лидерства

Назначение. Данный экспресс-тест позволяет определить актуальный уровень проявления лидерства в совместной деятельности.

Инструкция. Внимательно прочтите каждое из десяти суждений и выберите наиболее подходящий для вас ответ в буквенной форме. Работая с опросником, помните, что нет ни плохих, ни хороших ответов. Немаловажным фактором является и то, что в своих ответах надо стремиться к объективности и записывать тот ответ, который первым приходит в голову.

Опросник

1. Что для вас важнее в игре?

А. Победа. Б. Развлечение.

2. Что вы предпочитаете в общем разговоре?

А. Проявлять инициативу, предлагать что-либо. Б. Слушать и критиковать то, что предлагают другие.

3. Способны ли вы выдерживать критику, не ввязываться в частные споры, не оправдываться?

А. Да. Б. Нет.

4. Нравится ли вам, когда вас хвалят прилюдно?

А. Да. Б. Нет.

5. Отстаиваете ли вы свое мнение, если обстоятельства (мнение большинства) против вас?

А. Да. Б. Нет.

6. В компании, в общем деле вы всегда выступаете заводилой, придумываете что-либо такое, что интересно другим?

А. Да. Б. Нет.

7. Умеете ли вы скрывать свое настроение от окружающих?

А. Да. Б. Нет.

8. Всегда ли вы немедленно и безропотно делаете то, что вам говорят старшие?

А. Нет. Б. Да.

9. Удастся ли вам в разговоре, дискуссии убедить, привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?

А. Да. Б. Нет.

10. Нравится ли вам учить (поучать, воспитывать, обучать, давать советы) других?

А. Да. Б. Нет.

Обработка и интерпретация данных

Подсчитать общее количество «А» и «Б» ответов.

Высокий уровень лидерства А = 7-10 баллов.

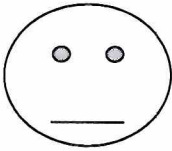
Средний уровень лидерства А = 4-6 баллов.

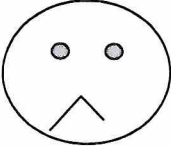
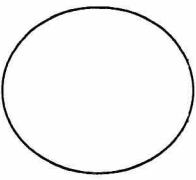
Низкий уровень лидерства А = 1 -3 балла.

Преобладание ответов «Б» свидетельствует об очень низком или деструктивном лидерстве

ПРИЛОЖЕНИЕ №5

АНАЛИЗ

ОЦЕНКА	ИНДИВИД.	ОЦЕНКА ДЕЛА
ОТЛИЧНО 	Активно обсуждал; предлагал идеи; творчески подготовил поручение; поработал с пользой для себя и для дела; получил удовольствие.	Все группы подготовились ответственно, тщательно; все участвовали в подготовке и проведении; дело всем понравилось, оно получилось творческим, интересным, полезным
ХОРОШО, НО МОЖНО ЛУЧШЕ 	Больше слушал других; предлагал когда спрашивали; поручения выполнял, но без выдумки; если бы постарался то было бы больше пользы и удовольствия	Дело готовилось, но не всеми; были такие, которые не приняли участия; дело пытались подготовить творчески с выдумкой, но не всегда получалось; группы поняли свои недочеты
ТАК СЕБЕ 	Отмалчивался; ничего не предлагал; не старался выполнить поручение; участвовал без удовольствия; думаю, что пользы себе и делу принес мало	Дело задумали активисты отряда, творческих групп при подготовке и проведении не было; не все приняли участие, а потому дело не очень понравилось; ни полезное, ни интересное

ПЛОХО 	С обсуждения ушел; поручения не готовил; в деле участвовал кое как; ни пользы, ни удовольствия	Дело задумали, но не спланировали, как его провести; не разбились на группы, не распределили поручения; никто ничего не готовил; собрались в последний момент, сделали кое что, кое как; было не интересно, без пользы
НЕ ВЫПОЛНИЛ НЕ УЧАСТВОВАЛ 	Вообще ничего не делал	Дело не выполнено.

ПРИЛОЖЕНИЕ №6

ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН СПОРТИВНОЙ СМЕНЫ

Заезд в лагерь Операция «Уют» 20.00- экскурсия по лагерю 21.00- Дискотека	10.00 – сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00-19.00- футбол, настольный теннис Подготовка к открытию 20.00- вечер знакомств на острове игр « Сто затей для ста друзей» (презентация игры- путешествия по островам) 21.00-	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки, волейбол, настольный теннис 17.00-19.00 футбол 20.00- На острове игр: Вечер веселых игр и конкурсов 21.00- Дискотека	ДЕНЬ ГТО 10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 16.30- открытие лагерной смены и Малых олимпийских игр 20.00- На острове игр: день народных игр 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00 тренировки 17.00- футбол, волейбол 20.00- На острове игр: КВН 21.00 - Дискотека
--	---	---	---	--

	Дискотека			
10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки, пионербол, теннис 17.00-19.00 Футбол 20.00- На острове игр: Зарница 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки, волейбол 17.00-19.00 футбол, теннис 20.00 – На острове игр: День Рекордов 21.00 - Дискотека	ВСЕРОССИЙСКИЙ ОЛИМПИЙСКИЙ ДЕНЬ 10.00- сбор командиров 11.00-13.00- пионербол 17.00- футбол, тяжелая атлетика 20.00- На острове знаний: Интеллектуальное многоборье» 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки, волейбол 17.00-19.00 футбол, Школа здоровья 20.00- На острове знаний: «По страницам сказок» 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки, Школа здоровья 20.00- На острове знаний Путешествие в спортландию 21.00- Дискотека
10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00-19.00 футбол, тяжелая атлетика 20.00- На острове знаний игра Умники и умницы 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00-19.00- волейбол 20.00 – На острове знаний: День грамотеев, умников, знатоков 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00-19.00 Шахматно-шашечный турнир 20.00-армреслинг, дартс 21.00- Дискотека Танцевальный конкурс «Starteenager	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00-19.00 - волейбол 20.00- На острове дружбы: Алло, мы ищем таланты» 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00-19.00– футбол, волейбол 20.00- На острове дружбы: Спорт и красота спасет мир (Мисс Баланкуль) 21.00- Дискотека
10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 20.00- на острове дружбы: Флэш-моб (песенно-танцевальный марафон) 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00- День Бегуна 20.00- На острове Дружбы: «Минута славы» 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00-19.00 футбол, финал 20.00- На острове Дружбы: Спорт и красота спасет мир (Мистер Баланкуль) 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров 11.00-13.00- тренировки 17.00- Волейбол(финал) 20.00- подготовка к закрытию смены 21.00- Дискотека	10.00- сбор командиров Закрытие лагерной смены На острове дружбы: Праздник, который придумали мы (Концерт «звезд») Праздничная дискотека

День отъезда				

ПРИЛОЖЕНИЕ №7

Распорядок дня

8.00- 8.05- общий подъём
 8.05-8.15- утренняя зарядка
 8.15-8.30- утренний туалет
 8.30-9.00- уборка территории и корпуса
 9.00-10.00- завтрак(9.00-1 смена, 9.30 -2смена)
 10.00-11.00 – время встречи с родителями
 10.00-13.00- работа кружков, секций, школа Лидер, школа здоровья
 - спортивный калейдоскоп (Малая Олимпиада лагеря), тренировки
 13.00-14.00- обед (13.00-1 смена, 13.30 -2смена)
 14.00-16.00- тихий час
 16.00-16.30- полдник
 16.30-17.30- работа кружков, секций
 - спортивный калейдоскоп, тренировки
 17.30-19.00- свободное личное время детей, время встречи с родителями, Кабинет психолога
 19.00-20.00- ужин(19.00-1 смена, 19.30 -2смена)
 20.00-21.00- общелагерная развлекательная программа (Игра-путешествие)
 21.00- паузин
 21.10-21.45- дискотека для детей с 6 до 10 лет.
 21.10-22.45- дискотека для детей с 11 до 17 лет.
 22.45-22.55- вечерний туалет для детей с 11 до 17 лет.
 21.45-21.55- вечерний туалет для детей с 6 до 10 лет
 22.45-22.55- вечерний туалет
 22.00 – отбой для детей с 6 до 10 лет
 23.00- отбой для детей с 11 до 17 лет

ПРИЛОЖЕНИЕ №8