

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Оглавление**

**1.Информационная карта программы лагеря**

**2. Пояснительная записка**

**3.Целевой блок программы.**

**4.Содержание и средства реализации программы**

**5.Кадровое обеспечение программы. Партнеры реализации программы**

**6.Информационно-методическое сопровождение программы**

**7.Особенности материально-технического обеспечения программы**

**8.Список литературы и интернет-ресурсы**

**9.Приложение**

**1..Информационная карта программы лагеря**

|  |  |
| --- | --- |
| Образовательное учреждение | Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Сафакулевская средняя общеобразовательная школа» |
| название программы | Спортивно-оздоровительная программа лагеря с дневным пребыванием детей «Олимпионик» |
| ФИО, должность автора | Нурутдинова Василя Фарисовна  Учитель начальных классов |
| возраст детей | от 6 лет 6 месяцев до 17 лет включительно |
| Год разработки программы | 2023 |
| Контактная информация | С.Сафакулево  835243 2-98-31 |
| Цель программы | Приобщение детей к ценностям здорового образа жизни посредством включения их в спортивно-оздоровительную деятельность |
| Задачи программы | 1. Укрепить здоровье детей и подростков посредством спортивных и оздоровительных мероприятий 2. Сократить разрыв между физическим и духовным развитием  детей посредством  игры, познавательной и трудовой  деятельностью. 3. Вовлечь в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере. 4. Формировать у школьников навыков общения и толерантности. 5. Утвердить в сознании школьников нравственной и культурной ценности. 6. Привить навыки здорового образа жизни, укрепление здоровья. 7. Способствовать развитию творческих способностей детей и подростков |
| Направление деятельности | Физкультурно-спортивное |
| Ожидаемые результаты | - Повышение ответственного отношения к своему здоровью  - Приобретение и развитие компетенций в разных видах деятельности( творческой, организаторской, досуговой).  - Включенность в активную творческую деятельность через игры, творческие выступления.  - Общее оздоровление детей и подростков, приобретение ими положительных эмоций;  - Умение строить конструктивное общение друг с другом в разновозрастной группе, используя коммуникативные умения, основы правильного поведения, культуры, досуга;  - Расширение кругозора детей и социального опыта через общественно-значимую деятельность;  - Сформированное осознанное отношение к себе как части окружающего мира. |

**2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Лагерь – это новый образ жизни детей, новый режим с его особым романтическим стилем и тоном. Это жизнь в новом коллективе, это новая природосообразная деятельность. Это время игр, развлечений, свободы в выборе занятий, снятия напряжения, восполнения сил, восстановления здоровья. Это период свободного общения детей.

В течение учебного года загруженность ребенка уроками, дополнительными учебными занятиями резко увеличивается, появляется утомляемость и малоподвижность, которая негативно сказывается на иммунитете детей, осанке, тонусе мышц, координации движений.

Поэтому особое внимание в лагере будет уделяться физкультуре и спорту.

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 с честью выходить из непростых ситуаций.

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

Здоровье – бесценный дар природы, источник счастья. Лагерь с дневным пребыванием для юного спортсмена – это сфера активного отдыха, разнообразия, общественно-значимая спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности.

Олимпионик- победитель Олимпийских античных игр, а значит вся смена лагеря посвящена Олимпийским играм. А значит смена будет носить соревновательный характер.

В программе отражены многие виды спорта, которые проходят в период Олимпийских игр:футбол, волейбол, теннис, пионербол, веселые состязания, шахматы, шашки , легкая атлетика и т.д

Программа «Олимпионик» составлена таким образом, чтобы участники смены смогли получить новые знания о ЗОЖ, предоставляется возможность проявить свои таланты и способности, повысить свои физические и интеллектуальные способности. Профилактические мероприятия, мероприятия оздоровительного , общеукрепляющего, спортивного характера, проводимые в рамках программы лагеря с дневным пребыванием способствуют сохранению и укреплению здоровья ребенка.

Кроме физкультурно-спортивного направления программа предусматривает и разностороннее развитие детей: интеллектуальное, экологическое, спортивно-оздоровительное, нравственно-эстетическое, патриотическое, профилактическое, трудовое.

Актуальность программы определяется современными требованиями общества и государства к новым образовательным стандартам. Организация летнего отдыха - один из важных аспектов образовательной деятельности. Организованная деятельность детей в летний период позволяет сделать педагогический процесс непрерывным в течение всего года. Каникулы являются благоприятным временем для развития 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.

Перед воспитателями и работниками лагеря стоит непростая задача, каким образом организовать отдых детей, чтобы они смогли полноценно отдохнуть, реализовать себя в деятельности, соответствующей возрасту, полу, потребностям, модным тенденциям и притязаниям ребят, используя при этом малозатратные формы организации отдыха в условия небольшого села.

Новизна данной программы в том, что она была создана учитывая Федеральные государственные законы, весь период насыщен разноплановой интересной деятельностью, четким режимом жизнедеятельности и питания, действует латентный характер помощи и поддержки детей лагеря

**Программа универсальна**, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.

**3.ЦЕЛЕВОЙ БЛОК ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:**

Приобщение детей к ценностям здорового образа жизни посредством включения их в спортивно-оздоровительную деятельность

**Задачи:**

1. Укрепить здоровье детей и подростков посредством спортивных и оздоровительных мероприятий
2. Сократить разрыв между физическим и духовным развитием  детей посредством  игры, познавательной и трудовой  деятельностью.
3. Вовлечь в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере.
4. Формировать у школьников навыков общения и толерантности.
5. Утвердить в сознании школьников нравственной и культурной ценности.
6. Привить навыки здорового образа жизни, укрепление здоровья.
7. Способствовать развитию творческих способностей детей и подростков

**Предполагаемые результаты:**

* Общее оздоровление детей и подростков, приобретение ими положительных эмоций;
* Развитый интерес к занятиям физкультурой и спортом;
* Повышение уровня технической подготовки по различным видам спорта.
* Умение строить конструктивное общение друг с другом в разновозрастной группе, используя коммуникативные умения, основы правильного поведения, культуры, досуга;
* Расширение кругозора детей и социального опыта через общественно-значимую деятельность;
* Сформированное осознанное отношение к себе как части окружающего мира.

**Принципы, используемые при планировании**

**и проведение лагерной смены**

* Безусловная безопасность всех мероприятий;
* Учет особенностей каждой личности;
* Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и

творческой деятельности всеми участниками лагеря;

* Достаточное количество оборудования и материалов для организации

всей деятельности лагеря;

* Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение

каждого дня;

* Четкое распределение обязанностей и времени между всеми

участниками лагеря;

* Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных

категорий детей и взрослых;

* Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

**4. СОДЕРЖАНИЕ И СПОСОБЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

На период работы лагеря дневного пребывания составляется ***общий план мероприятий ЛДП.***В зависимости от погодных условий в план могут быть внесены изменения.

В соответствии с общим планом мероприятий в каждом отряде разрабатывается свой ***план-сетка.***

**Перечень мероприятий на период работы ЛДП - 2023**

1. Проведение инструктажей по охране труда с сотрудниками и учащимися, согласно инструкций разработанных и утвержденных в школе по ОТ, ПБ, ПДД.
2. Подвижные игры на свежем воздухе.
3. Соревнования и спортивные праздники.
4. Цикл бесед о здоровом образе жизни.
5. Экскурсии и прогулки.
6. 22.06. – День памяти и скорби (Беседы о ВОВ, участие в митинге, просмотр фильмов и т.д.)
7. 23.06 – Международный Олимпийский день (Соревнования по ОФП, викторины и т.д.)
8. Встречи с чемпионами школы, с пожарными, с учителями-ветеранами труда, с врачами и т.д.

**Этапы реализации программы:**

***1 этап – Подготовительно-организационный (апрель-май):***

* участие в совещаниях и семинарах по организации летнего отдыха обучающихся;
* консультирование педагогов по организации летнего отдыха детей;
* прохождение медицинского осмотра сотрудниками ЛДП;
* комплектование штата лагеря кадрами;
* заключение писем-соглашений с общеобразовательными школами – местами дислокации ЛДП,
* проведение родительских собраний на тему «Летняя занятость детей»
* комплектование отрядов;
* прием документов от заявителей (родителей, законных представителей несовершеннолетних, планирующих оздоровиться в ЛДП), регистрация в журнале учета приема заявлений;
* составление общего реестра
* создание нормативно-правовой базы, разработка документации (приказы, программы, инструкции, план культурно-массовых мероприятий, сценарии мероприятий);
* разработка и экспертиза программы, инструкций;
* проведение инструктажей по ПБ, ПДД, ТБ с сотрудниками ЛДП;
* прохождение медицинского осмотра учащимися;
* формирование правил и условий совместной работы;
* подготовка к дальнейшей деятельности по программе.

***2 этап – содержательно-деятельностный (июнь):***

* выполнение режима дня;
* реализация плана работы лагеря согласно утвержденной программе ЛДП;
* организация входной диагностики детей, а также проведение антропометрии;
* размещение информации о работе ЛДП на официальном сайте школы.

***3 этап – контрольно-аналитический:***

* анализ результатов работы, составление текстового отчета о работе в период ЛДП;
* итоговое анкетирование детей
* творческий отчет (оформление фотоальбома, фотогазеты, презентации, обработка видеоматериалов).

**Направления программы**:

***Спортивно–оздоровительное направление:***

*Ориентация на приобретение навыков здорового образа жизни, овладение приемами саморегуляции, здоровьесберегающих технологий*

***Способы:***Утренняя гимнастика (зарядка); учебно-тренировочные занятия, спортивные игры на стадионе, спортивной площадке (футбол, волейбол, теннис, пионербол); подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты; закаливающие процедуры, солнечные ванны (ежедневно); воздушные ванны (ежедневно), спортивные праздники, спортивные соревнования, веселые эстафеты, дни здоровья, различные беседы о здоровом образе жизни, беседы с известными людьми округа.

***Социально-педагогическое***

Адаптация ребенка к новому окружению, нахождение «своего места» в новом коллективе.

**Способы*:*** прогулки и экскурсии ; трудовой десант(ежедневно);

конкурсы и викторины; интересные беседы, творческие мероприятия, соревнования.

***Гражданско- патриотическое направление:***

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

**Способы:**Комплекс мероприятий, направленных на положительное отношение к общечеловеческим ценностям, нормам коллективной жизни, развитие гражданской и социальной ответственности за самого себя, общество и Отечество, уважение к государственным символам и традициям; участие в митинге памяти «День скорби», поднятие флага, исполнение гимна РФ,встреча с военными СВО.

***Творческое направление***

Овладение навыками культуры общения; развитие лидерских качеств, творческих способностей, артистизма; приобретение навыков взаимопонимания, взаимоподдержки в условиях детского коллектива, приобретение знаний об организаторской деятельности; максимальное раскрытие детского творческого потенциала, массовое участие детей в развлекательных программах.

**Способы*:***игры, викторины, конкурсы, показательные выступления, оформительская работа, участие в концертах, фестивалях,соревнованиях.

***Профилактическое направление***

Овладение знаниями по обеспечению безопасности в лагере дневного пребывания.

**Способы:**

- Проведение инструктажей по ПБ, ТБ, ПДД.

- Беседы с медицинским работником о пользе закаливания, зарядки и т.д.

**Принципы реализации Программы**

***- Принцип безопасности и здоровьесбережения****.*

Сохранение жизни и здоровья детей и взрослых в лагере – первая забота каждого.

***-Принцип психологической комфортности*.**

Создание условий, обеспечивающих снятие всех стресс образующих факторов.

- ***Принцип креативности.***

Приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности.

***- Принцип вариативности.***

Формирование у детей умения осуществлять собственный выбор.

**Модель игрового взаимодействия**.

Смена будет проходить в форме Олимпийских игр.В течение всей смены участникам предлагается череда различных состязаний, отражающих логику смены, основанных на принципах игры. В первый день смены будет определен олимпийский символ лагеря и клятва, с помощью участников отдыха, которые будут приносить успех нашим спортсменам. Результаты ежедневных итогов будут внесены в рейтинговую таблицу и итоги будут подводиться на закрытие смены «День Олимпийских рекордов», где будут демонстрироваться успехи и достижения юных спортсменов.

**Система мотивации и стимулирования участников программы**

-система мотивации развивается по двум направлениям – индивидуальный зачет и коллективный зачет.

- индивидуальный зачет заключается в оценке степени участия на уровне отряда- баллов, грамоты, медали.

- коллективный зачет-получение диплома

- системность заключается в том, что без участия каждого члена в коллективном деле, т.е. индивидуально, участник смены не сможет добиться высоких баллов, и, наоборот, развивая коллективное участие, участник будет «работать» и на себя

**5.ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

-Повышение ответственного отношения к своему здоровью

-Приобретение и развитие компетенций в разных видах деятельности( творческой, организаторской, досуговой).

-Включенность в активную творческую деятельность через игры, творческие выступления.

-Общее оздоровление детей и подростков, приобретение ими положительных эмоций;

-Умение строить конструктивное общение друг с другом в разновозрастной группе, используя коммуникативные умения, основы правильного поведения, культуры, досуга;

-Расширение кругозора детей и социального опыта через общественно-значимую деятельность;

-Сформированное осознанное отношение к себе как части окружающего мира.

**6. СПОСОБЫ ОЦЕНКИ ПРЕДПОЛАГАЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ**

**Способы оценки предполагаемых результатов приведена ниже в таблице:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Мероприятие** | **Срок проведения** | **Ответственные** |
| Вводная диагностика | Медицинский осмотр детей | В начале  лагерной смены | Медицинский работник |
| Анкетирование детей в организационный период с целью выявлениях их интересов, мотивов пребывания в лагере (анкета на входе «Что я ожидаю от лагеря»). | 1-2 день смены | Отв. за организацию лагеря |
| Текущая диагностика  пребывания в лагере | Ежедневное отслеживание настроения детей, удовлетворенности проведенными мероприятиями. (заполнение экрана настроения) | В течение смены | Воспитатели |
| Отслеживание достижений каждого ребёнка в соревновательной деятельности (оформление протоколов соревнований, дипломы, грамоты) | В течение смены | воспитатели |
| Заключительная диагностика | Медицинский осмотр | В конце лагерной смены | Отв. за организацию лагеря, воспитатели, вожатые,командиры отрядов. |
| Анкетирование детей в конце смены, позволяющее выявить оправдание ожиданий (анкета на выходе «Что я получил за время пребывания в лагере»).  Награждение детей за успехи в коллективно-творческих и спортивных делах. |
| Творческий отзыв (оформление альбома, газеты, оформление презентации, видеоролика) |

**7.Кадровое обеспечение программы. Партнеры реализации программы**

* Заместитель директора по воспитательной работе;
* Начальник лагеря
* Помощник начальника лагеря
* Тренер по физической культуре
* Медицинский работник (на местах дислокации ЛДП);
* Воспитатели отрядов(учителя начальных классов);
* Вожатые( учащиеся7-8 классов, участники областного проекта «Школа Лета»

**ПАРТНЕРСКИЕ ОТНОШЕНИЯ:**

* ДДТ
* СКЦ
* Сельская и школьная библиотеки
* Музей
* Киноклуб
* Точка Роста
* Пожарная часть
* Отдел Экозащиты

1. **Информационно- методическое сопровождение программы**

* Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Олимпионик»;
* Планы тематических лагерных дней;
* Режим дня
* Медиатека
* Сценарии конкурсных и развлекательных программ
* Инструкции для детей

1. **Особенности материально-технического обеспечения программы.**

* Спортивный зал на базе МКОУ «Сафакулевская СОШ»
* Футбольное поле на базе МКОУ «Сафакулевская СОШ»
* Спортивная площадка
* Помещение для теоретических занятий (просмотра презентаций, лекций, викторин) на базе школы
* Комнаты гигиены (раздевалки, душевые, туалет) на базе школы;
* Медицинский кабинет на базе школы;
* Кабинеты для проведения учебно-воспитательных мероприятий на базе школы
* Актовый зал
* Наградная продукция( сертификаты, медали, призы и т.д)
* Печатная продукция(маршрутные листы, памятки, карты наблюдений и т.д)
* Игровые атрибуты и реквизиты.
* Спортивный инвентарь и т.д

10.Литература и интернет ресурсы

1. «Летний оздоровительный лагерь» Нормативно – правовая база» Е. А. Гурбина. Волгоград 2006.
2. Лето. Каникулы. Лагерь / Под ред. С.А. Шмакова. – Липецк, 1995
3. Луговская Ю.П. Детские праздники в школе, летнем лагере и дома. Мы бросаем скуке вызов. (Серия «Школа радости».) – Ростов н/Д:Феникс, 2002
4. Панфилова Н.И., Садовникова В.В. 35 суббот плюс каникулы: Сценарии школьных праздников. – М.: Новая школа, 2001
5. Положение областного конкурса программ по организации отдыха и оздоровления детей, реализуемых в лагерях с дневным пребыванием

**11.Приложение**

Приложение №1

-План-сетка

|  |  |
| --- | --- |
| **1 день**  **«И смекалка нужна, и закалка»**  -утренняя зарядка  -поднятие флага, исполнение гимна  -Открытие лагерной смены «Олимпионик»( представление, символ, клятва)  - Экскурсия по территории школы.  - «В гостях у Айболита»- медосмотр  -Входная диагностика  - Отрядные свечки «Расскажи мне о себе»  - Экран настроений | **2 день**  **«Доброе дело питает и разум, и тело»**  - утренняя зарядка, трудовой десант  - Игра «Чтобы не было беды»( инструктажи по ТБ, тренировочная эвакуация, викторина)  -Экскурсия в пожарную часть( встреча с сотрудниками ПЧ)  -Интерактивная игра «С огнем не шутят»  -конкурс рисунков «Пожарная безопасность»  -игры на свежем воздухе  - отрядные свечки, экран настроений |
| **4 день**  **«Движение – это жизнь»**  - утренняя зарядка, трудовой десант  -кросс  -флешмоб мы за ЗОЖ  -Квест «Олимпийские игры -2022»  - поход в киноклуб  -отрядные свечки  -экран настроений | **3 день**  **«Кто крепок 3 телом, тот богат и здоровьем, и делом»**  -утренняя зарядка, трудовой десант  -Открытие малых Олимпийских игр  -пионербол  - Шашечный турнир  - Веселые старты  -Игра «Школа выживания»  - отрядные свечки  -экран настроений |
| **5 день**  **«Шахматы-это гимнастика для ума»**  - утренняя зарядка, трудовой десант  -Большая квест-игра «Волшебный мир шахмат»  -просмотр фильма «Все о шахматах»  -выставка рисунков «Шахматная страна» | **6 день**  **«Век живи-век учись»**  -утренняя зарядка, трудовой десант  - День проектов IT-день ( 3д моделирование, работа с деревом, лепка из пластилина, мультипликации и т.д.)  -Шахматы на сцене и за кулисами |
| **7 день**  **«Здоровому все здорово»**  - утренняя зарядка, трудовой десант  - волейбол  - теннис  - Праздник мяча и скакалки;  -конкурс рисунков «Готов к труду и обороне»  -поход в киноклуб  - отрядные свечки  -экран настроения | **8 день**  **«Игра-дело серьезное»**  - утренняя зарядка, трудовой десант;  - Спортивно-развлекательная игра «Охота на мамонтов»;  - фестиваль народных игр;  - просмотр видеороликов «Игры прошлого»  -поход в киноклуб  -отрядные свечки;  - экран настроения. |
| **9 день «Хорошая экология-залог здоровья»**  - утренняя зарядка, трудовой десант  - Турнир знатоков природы  - Творческий конкурс «Природа и фантазия»  - встреча с экологом округа и проведение совместной акции «Посади дерево «Лагерь -2023 г»»  -поход в киноклуб  - отрядные свечки  - экран настроения | **10 день «Кто спортом занимается, тот силы набирается»**  - утренняя зарядка, трудовой десант;  -Мастер классы с чемпионами школы, ДЮСШ.  - Олимпийские веселые старты;  - Коллаж «Спорт-это жизнь»  - отрядные свечки  - экран настроения |
| **11 день «Здоровье и верный друг-дороже золота»**  - утренняя зарядка, трудовой десант  - Спортивно- познавательная игра «Экспресс Здоровья»;  - Просмотр мультфильмов о ЗОЖ;  - Интерактивная игра «»Сто к одному» по теме: «Скажем вредным привычкам- НЕТ»  - игры на свежем воздухе;  - отрядные свечки  -экран настроения | **12 день «День спортивного смеха»**  - утренняя зарядка, трудовой десант;  - Аукцион фантастических проектов «Лагерный стадион -2050г»;  - Комический футбол;  - «Смеяться разрешается»- мини-сценки  -«В стране веселых человечков»-конкурс  -отрядные свечки  -экран настроения |
| **13 день-День воинской славы**  - утренняя зарядка, трудовой десант;  - встреча с участниками СВО;  -Фестиваль «Поющий лагерь» на военную тематику;  - Игра «Зарница»;  - отрядные свечки  -экран настроения | **14 день- «Нас не догонят» Международный Олимпийский день**  - утренняя зарядка, трудовой десант  -«Нас не догонят»состязания  -«Велосипед- мой друг»  -Интересные игры с водой;  -Танцевальный ринг на свежем воздухе  - отрядные свечки  -экран настроения |
| **15 день-Закрытие лагерной смены**.  - День Олимпийских рекордов  -Парад силы грации и красоты  -Мечты о будущем лагере  -итоговая диагностика  -Подведение итогов |  |

Приложение №2

**Сценарий спортивного мероприятия**

**«Веселые старты»**

**Цель:** Привлечь детей к здоровому образу жизни, к систематическим занятиям физической культурой и спортом  через спортивно-массовые мероприятия.

**Задачи:**

***Оздоровительные:***

- способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.

***Образовательные:***

- формировать двигательные умения и навыки;

- формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм;

- обучать действиям  в команде.

***Развивающие:***

- развивать ловкость, быстроту, координацию движений, внимания и ориентирования в пространстве.

***Воспитательные:***

- воспитывать смелость, чувство соперничества и товарищества, взаимопомощь, коллективных и индивидуальных действий;

- интерес к физической культуре.

**Место проведения:**Спортивная площадка или спортивный зал.

**Инвентарь и оборудование:**кегли, большие и малые мячи, гимнастические палки, обручи, кубики, узкие гимнастические маты, скамейки, фишки, мячи-прыгуны с ушками.

**Ход мероприятия:**

* построение команд;
* приветствие участников, представление капитанов;
* краткий инструктаж по правилам соревнований;
* правила подведения итогов за каждую эстафету и определение победителя соревнований.

**«Разминка»**

Первый участник с кеглей в руке бежит до стойки, обегает ее и возвращается обратно к команде, передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда закончившая эстафету первой.

**«Огород»**

На полу лежат 4 обруча на расстоянии 2,5-3 метра друг от друга. У первого участника в корзинке лежат 4 кубика. По сигналу первый бежит и кладет по одному кубику в каждый обруч, обегает стойку и возвращается бегом, передает пустую корзинку следующему. Второй  участник собирает кубики в корзинку, обегает стойку и передает эстафету следующему, и.т.д. Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой.

**«Меткий стрелок»**

Напротив каждой команды от линии старта стоит корзина, участники по очереди один за другим бросают мяч в корзину. Побеждает та команда, которая больше всех забросила мячей в корзину.

**«Ручеек»**

Первый участник по сигналу «Марш» начинает скольжение по скамейке, перепрыгивает мат, пролазит через обруч, снова перепрыгивает через мат, обегает стойку и возвращается к команде и передает эстафету следующему. Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой.

**«Движение вверх»**

Первый участник подбрасывает мяч над собой не ниже 1-1.5м, обегает стойку и возвращается обратно,  не уронив мяч на пол, и передает следующему игроку.

**«Гонка мячей»**

На линии старта лежат два баскетбольных мяча, каждый участник должен  одновременно двумя руками  прокатить два мяча до стойки, взять их в руки,  и бегом возвратиться  передать эстафету следующему участнику.

**«Скачки»**

Первый участник на мяче-прыгуне, по сигналу «Марш!»  прыгает до стойки,   берет в руки мяч, обегает и возвращается  бегом, передавая эстафету следующему.

**«Одноножка»**

Первый участник команды добегает до стула, садится, снимает один кроссовок и бросает его в обруч. После этого возвращается назад, прыгая на одной ноге.

**«Коромысло»**

Первый участник команды  «змейкой» несет два маленьких ведра с предметами (теннисные мячи, кубики и.т.п.) на гимнастической  палке-коромысле до стойки и обратно. Если он уронил ведро с предметами, то их нужно собрать и продолжить движение.

**«Переправа»**

Первый участник с обручем в руках обегает стойку и возвращается за вторым игроком. Вдвоем они бегут до стойки, первый игрок остается за линией, а второй бежит за третьим участником и т.д. Выигрывает та команда, которая быстрее всех переправилась на противоположную сторону.

**Подведение итогов соревнований.**

Если в соревнованиях участвует больше двух команд, то эстафеты проводятся по времени.  В каждой эстафете определяется победитель по наименьшему времени. Команда, набравшая наименьшее количество очков, занимает  I, II, III места соответственно.

**Награждение**

Команды награждаются дипломами, призами и т.д.

Приложение №3

**АНКЕТА НА ВХОДЕ**

**«ЛДП – 2023»**

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

1.Что ты ждешь от лагеря дневного пребывания?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.В каких делах ты бы хотел поучаствовать?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7.Хочешь ли что-нибудь организовать для других?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11.Пожалуйста, закончи следующие предложения (фразы):

Я пришел в лагерь, потому что \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Я не хочу, чтобы здесь \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Я хочу, чтобы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Я боюсь, что\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

12.Пожалуйста, напиши также:

Имя, Фамилия\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Твой отряд в лагере (вид спорта)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Твой тренер-воспитатель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приложение №3

**АНКЕТА НА ВЫХОДЕ**

**«ЛДП – 2023**

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

1.Что было для тебя самым важным:

В этом лагере\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В твоем отряде \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В отношениях между друзьями\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.Какие события; переживания были самыми запоминающимися?

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

Восторг \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Потрясение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Обиду\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Творчество, полет фантазии\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Одиночество\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Уверенность в себе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Усталость\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«Меня не поняли»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«Я нужен!» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Счастье\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

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

Спасибо! за \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Спасибо! за \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Спасибо! за \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7.Твои предложения по ЛДП на будущее\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Приложение №5

**СЦЕНАРИЙ**

**Спортивного праздника «Нас не догонят»,**

**посв. Международному Олимпийскому дню**

( в рамках лагеря дневного пребывания)

***Цель:*** Пропаганда здорового активного образа жизни.

***Задачи:***

1. Укреплять здоровье воспитанников
2. Привлекать ребят к систематическим занятиям физической культурой
3. Формировать знания об Олимпийском движении
4. Воспитывать чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, здоровый дух соперничества, лидерские качества.

***Место проведения:*** спортивный зал

***Участники:*** две команды по 10 человек (5 мальчиков + 5 девочек) в возрасте 7-11 лет.

***Оборудование, инвентарь:*** обручи, стойки, баскетбольные мячи, карточки с пословицами, эстафетные палочки.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

***Ведущий:*** Здравствуйте, ребята! Рада приветствовать вас на нашем спортивном празднике «Нас не догонят!». Соревнования наши посвящаются Международной Олимпийскому дню (23 июня).

Праздник ловкости и воли

Торжествует в нашем зале

Все хотят соревноваться,

Силу, ловкость показать,

И сноровку доказать.

Этой встрече все мы рады,

Собрались не для награды.

Нам встречаться чаще нужно,

Чтобы все мы жили дружно!

Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить наши команды будут,,,,(представить членов жюри).

***Слово жюри:*** Мы хотим вам пожелать

Показать себя на пять

Выиграть место призовое

Лучше первое, а не второе!

***Ведущий:*** Итак, начинаем соревнования.

Как говорится: «На старт, внимание!»

Представление команд.

Каждая команда представляет себя в любой творческой форме (название, девиз, эмблема и т.д.)

***Ведущий:***Пусть не сразу все дается

Поработать вам придется!

Ждут вас обручи, мячи,

Ловкость всем ты покажи!

Конкурс №1. «Бег с мячом»

Первый участник команды бежит с двумя мячами до 1-го обруча, кладет в обруч один мяч, бежит до 2-го обруча, кладет в обруч мяч, и передает эстафету следующему. Следующий участник собирает мячи, обегает стойку и возвращается к своей команде, передавая мячи следующему.

Конкурс №2 «Собери пословицу»

***Ведущий:***«И что нам горе, когда пословиц море».

На самом деле пословиц о здоровье — множество.

Сейчас команды встают вокруг стульев. (у каждой команды по два стула). Задача каждой команды: правильно собрать пазлы-пословицы. На одном стуле вы увидите карточки с началом и концом пословицы. На втором стуле вам необходимо правильно и аккуратно выложить собранные пословицы. Как только команда выполнит задание все участники команды должны поднять руки.

В этом задании мы проверим вашу организованность, вашу сплоченность, вашу эрудицию, ну и, конечно же, вашу дружбу. Задание начинаем по свистку.

Команды готовы? Свисток. (Даётся время 2 мин.)

* Двигайся больше — проживёшь (*дольше*);
* Профилактика старенья— в бесконечности (*движенья*);
* Чисто жить — здоровым (*быть*);
* Кто аккуратен — тот людям (*приятен*);
* Не в меру еда — болезнь и (*беда*);
* Кто рано встаёт — тому (*Бог даёт*);
* Не пеняй на соседа, когда спишь (*до обеда*);
* Слабеет тело без (*дела*);
* Кто курит табак, тот сам себе (*враг*);
* Табак здоровье разрушает и ума (*не прибавляет*);
* Кто спортом занимается — тот силы (*набирается*);
* Здоровье сгубишь — новое (*не купишь*);
* Береги платье снову, а здоровье (*смолоду*).

***Ведущий:*** На двоих у вас кольцо

Очень клевое оно

Держи его и беги

Но смотри не упади

Конкурс №3. «Эстафета на двоих»

Команды делятся на пары. По команде обегают вместе стойку и возвращаются обратно, передавая кольцо следующей паре.

***Ведущий:*** Взглянуть хотим мы поскорей,

Чьи капитаны пошустрей.

Конкурс №4. «Конкурс капитанов»

Капитаны берут по баскетбольному мячу и перекладывают его из рук в руки вокруг себя на время (за 30 сек).

Конкурс №6 «Многослов»

Каждая команда встает в определенное судьей место, получает лист бумаги и фломастер. Перед командами выкладывается слово «ОЛИМПИАДА». Задание на время составить из данного слова как можно больше слов.

(пила, ад, пол, мода, лад, лом, дама, олимп, опил, липа, лампа и др.)

***Ведущий:***В руки обруч мы берём

И тихонько мяч ведем

Ты катись, катись дружок,

Точно прямо, а не в бок.

Конкурс №7 «Перекати поле»

Участник встает боком, держа обруч в руках, на полу баскетбольный мяч. Задание: прокатить с помощью обруча мяч до стойки, взять мяч в руки и обратно с обручем и мячом в руках бежит обратно, передавая эстафету следующему участнику.

***Ведущий:*** И вот подводим мы итоги

Какие б ни были они

Со спортом будем мы дружить

И нашей дружбой дорожить.

И станем сильными тогда

Здоровыми, умелыми,

Ловкими и смелыми.

Жюри подводит итоги, объявляет результаты.

***Ведущий:*** Чтоб проворным стать атлетом,

Проведём мы эстафету

Будем бегать быстро, дружно

Победить всем очень нужно!

***Ведущий:*** “На этом праздник наш заканчивается. Все хорошо выполнили задания, победили сильнейшие. Это не последние старты, поэтому занимайтесь дома зарядкой, закаляйтесь, больше будьте на свежем воздухе, купайтесь и загорайте, стремитесь к спортивным высотам и новым достижениям!» Кто знает? Может и вы когда-нибудь станете олимпийскими чемпионами?!

***Чтоб расти и закаляться,  
Надо спортом заниматься,  
Закаляйтесь детвора,  
В добрый путь  
Физкульт - УРА!***