

Российская Федерация, Нижегородская область,
г. Павлово

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Физкультурно-оздоровительный комплекс «Гармония»

Согласовано:
Заседание тренерско-преподавательского совета
МБОУ ДО ФОК «Гармония»

Протокол № 2 от 3 апреля 2023 г.

Утверждаю:

Директор
МБОУ ДО ФОК «Гармония»
Привалов А.М.
3 апреля 2023 г.



**Программа деятельности
лагеря с дневным пребыванием «Гармония»
с 01. 06. по 21. 06. 2023 года**

Составитель:
нач. отдела доп. образования Привалова Ю.А.

Информационная карта программы:

Полное название программы	Программа лагеря с дневным пребыванием «Гармония»
Авторы программы	Привалова Ю.А.
Руководитель программы	Привалов А.М.
Территория, представившая программу	Нижегородская область, г. Павлово, МБОУ ДО ФОК «Гармония»
Адрес организации	606107 Нижегородская обл. г. Павлово, ул. 9-я Северная 14А
Телефон	8(83171) 3-71-46, 3-74-24
Форма проведения	Лагерь с дневным пребыванием
Цель программы	Организация интересной, разнообразной по форме и содержанию деятельности, способствующей обеспечению полноценного отдыха, повышению спортивного мастерства и патриотического воспитания, развитию творческого потенциала детей и подростков в лагере с дневным пребыванием.
Задачи	Способствовать укреплению навыков здорового образа жизни. Формировать и развивать творческие способности детей. Развивать и закреплять навыки взаимовыручки, Взаимопонимания. Повышать уровень физической подготовленности детей из спортивных отрядов. Повысить уровень патриотического воспитания детей. Создать положительный эмоциональный климат в коллективе.
Ожидаемые результаты	- закрепились навыки здорового образа жизни; - приобретение положительного опыта общения в коллективе; - самореализация детей в творческой и познавательной деятельности; - укрепление патриотического сознания детей; - укрепление здоровья, повышение уровня спортивного Мастерства.
Специализация программы	Профильная программа физкультурно-спортивной направленности
Сроки реализации	с 01. 06. по 21. 06. 2023 года
Место реализации	МБОУ ДО ФОК «Гармония» г. Павлово
Официальный язык программы	Русский
Общее количество участников (в том числе детей)	40 человек
География участников	
Условия участия	Заявления родителей участников программы

Условия размещения участников	Спортивный зал, хореографический зал, тренажерный зал, кабинет для занятий и клубной работы
Краткое содержание программы	Основное содержание программы заключается в сочетании спортивно-тренировочных занятий под руководством воспитателей (тренеров-преподавателей) и различных игровых, и познавательных активностях.

1. Пояснительная записка

Не все дети имеют возможность поехать в загородные лагеря, выехать из города к родственникам. Большой процент детей остается дома. Предоставленные сами себе, дети подвержены влиянию улицы, дорожно-транспортным происшествиям, несчастным случаям, они невольно попадают в группы риска. Актуальность данной программы заключается в реализации социального заказа муниципального образования и создан лагерь с дневным пребыванием детей.

Программа лагеря с дневным пребыванием детей «Гармония», далее Программа, разработана в соответствии с муниципальной программой «Развитие физкультуры и спорта в Павловском муниципальном округе на 2021-2026г.г.» (Постановление администрации Павловского муниципального округа Нижегородской области от 24.01.2023 г. № 70).

Настоящая программа является основным нормативным документом, определяющим содержание, объем, планируемые результаты деятельности в лагере с дневным пребыванием детей в МБОУ ДО ФОК «Гармония».

Данная программа по своей направленности является профильной спортивно-оздоровительной, т. е. включает в себя спортивную деятельность, направленную на оздоровление, отдых и воспитание детей в условиях оздоровительного лагеря.

Актуальность программы обусловлена следующими факторами:

- устойчивым спросом родителей на организованный отдых учащихся;
- работой по укреплению здоровья детей и формированию у них потребности в здоровом образе жизни;
- участием в реализации муниципальной программы «Развитие физкультуры и спорта в Павловском муниципальном округе на 2021-2026г.г.»

1.1. Цель:

организация интересной, разнообразной по форме и содержанию деятельности, способствующей обеспечению полноценного отдыха, повышению спортивного мастерства и патриотического воспитания, развитию творческого потенциала детей и подростков в лагере с дневным пребыванием.

1.2. Задачи:

- Способствовать укреплению навыков здорового образа жизни;
- Формировать и развивать творческие способности обучающихся;
- Развивать и закреплять навыки взаимовыручки, взаимопонимания;
- Повышать уровень физической подготовленности обучающихся;
- Создать положительный эмоциональный климат в коллективе.

Срок реализации – 1 лагерная смена.

Программа рассчитана на детей от 7 – до 15 лет.

Изучение программного материала предполагается в форме групповых занятий.

1.3. Ожидаемые результаты реализации программы является:

- закрепины навыки здорового образа жизни;
- приобретен положительный опыт общения в коллективе;
- самореализация детей в творческой и познавательной деятельности;
- укрепление патриотического сознания детей;
- укрепление здоровья, повышение уровня спортивного мастерства

2. Содержание программы

Основное содержание программы заключается в сочетании спортивно-тренировочных занятий под руководством воспитателей (тренеров-преподавателей) и различных игровых, познавательных активностей.

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное формирование у детей здорового жизненного стиля. Применение современных здоровьесберегающих технологий в деятельности лагеря с дневным пребыванием отражает две линии оздоровительно-развивающей работы:

улучшение физической подготовки и использование активных форм творческой деятельности.

Теоретическая подготовка включает беседы и занятия по личной гигиене, физическому самоконтролю, профилактике травматизма, важности физкультуры и спорта для жизни.

Практическая деятельность представляет собой занятия по общефизической подготовке, специальные занятия по видам спорта, спортивные, подвижные игры, конкурсы, соревнования по различным видам спорта.

В содержание программы заложены творческие воспитательные мероприятия гражданско-патриотической направленности.

3. Организационно-педагогические условия реализации программы

Деятельность в лагере с дневным пребыванием детей организуется в продолжение годового учебного плана. Отряды (группы) формируются по видам спорта: баскетбол и художественная гимнастика «Вдохновение».

В лагерь с дневным пребыванием принимаются дети, обучающиеся в секциях в МБОУ ДО ФОК «Гармония» в возрасте с 7 лет по заявлению от родителей при наличии свободных мест.

3.1. Материально – техническое обеспечение реализации программы.

Занятия проводятся в здании МБОУ ДО ФОК «Гармония».

Здание МБОУ ДО ФОК «Гармония» оборудовано раздевалками для мальчиков и девочек, санузлами, душевыми комнатами, соответствующими всем санитарно-эпидемиологическим требованиям.

Для проведения занятий по общефизической подготовке предоставлены:

- площадки для занятий; тренажерный зал;
- вспомогательный тренировочный инвентарь: секундомер, скакалки, координационные лесенки, фишки, стойки, гимнастические маты;
- баскетбольные стойки, мячи;
- гимнастическая стенка; гимнастические палки, обручи; гимнастические ленты и мячи; гантели, степ-доски;
- музыкальный центр;
- ставок хореографический; коврики для аэробики, мячи для аэробики;
- ворота для мини футбола, футбольные мячи;
- бадминтонные стойки, сетки, ракетки, воланчики;
- обеспечение санитарии и гигиены.

Для проведения теоретических занятий предоставляется кабинет подготовки; столы, стулья, экран, проектор; флипчарт магнитно-маркерный на треноге.

3.2. Кадровое обеспечение

Подбор и подготовка кадров осуществляется администрацией МБОУ ДО ФОК «Гармония». Перед началом работы лагерной смены проводится установочный семинар для всего тренерско-преподавательского состава лагеря. На каждом отряде работает один воспитатель (тренер – преподаватель). Тренеры – преподаватели несут ответственность за жизнь и здоровье детей, выполнение учебно-тренировочного и воспитательного плана, проведение отрядных и общих для отрядов мероприятий.

4. Информационное сопровождение реализации программы

Официальный сайт учреждения fok-garmonia.ru
группа в социальной сети ВКонтакте: Мбу-Фок Гармония

5. Мониторинг реализации программы

№ п/п	Качественные показатели	Путь отслеживания
1.	Соответствие основных направлений деятельности летнего оздоровительного лагеря социальному заказу	Анализ реализации программы
2.	Познавательная и творческая активности детей через игровую деятельность	Мониторинг активности участия в мероприятиях
3.	Удовлетворенность родителей и детей организацией работы в лагере с дневным пребыванием	Анкетирование
4.	Эффективность оздоровления	Мониторинг (в начале и в конце смены)

6. Список литературы

1. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников, М.: Просвещение, 1991
2. Вейдер Дж. Строительство тела по системе Дж. Вейдера. - М.: ФиС, 1991.
3. упражнений для мужчин и женщин». РИПОЛ классик. Москва. 2007.
4. Калашников Д.Г. «Теория и методика фитнес – тренировки». Учебник фитнес – инструктора. Издательство ООО «Фантэра», 2003
5. Кофман Л.Б. Настольная книга для учителя М: ФиС, 1998.
6. Лях В.И. Методика физического воспитания учащихся 10-11 классов – М., 2001.
7. Матвеева А.П., Петров Т.В. Программа для общеобразовательных учреждений по физической культуре М: Дрофа, 2002.
8. Моногаров Д.В. О фазовом характере физической работоспособности и чередовании процессов утомления и восстановления, М.: Просвещение, 1986г.
9. Трушкин А.Г. Физкультурно-оздоровительная работа в летних лагерях. Издательство «МарТ» Москва, 2006



Утверждаю:
Директор МБОУ ДО ФОК «Гармония»
Привалов А.М.


ПЛАН
работы в спортивно-оздоровительном лагере
с дневным пребыванием при МБОУ ДО ФОК «Гармония» г. Павлово
с 01.06.2023 года по 21.06.2023 года.

Флорбол

Дата	№	Наименование мероприятия	Время
01.06. 2023	1	Торжественное открытие смены: подъем флага, гимн	8.30-8.45
	2	Инструктаж по ТБ и ПБ	8.45-9.00
	3	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	9.00-9.30
	4	Прогулка, выбор командиров отрядов.	9.30-10.30
	5	Медицинский осмотр, ОФП, подвижные игры	10.30-12.30
	6	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	7	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
02.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, отработка эвакуации при ЧС	9.30-10.30
	4	Сдача нормативов по ОФП, ГТО, мед. тестирование	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
05.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, оформление отрядных уголков.	9.30-10.30
	4	Тактико-техническая подготовка	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
06.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, беседа о Павловских достопримечательностях	9.30-10.30
	4	Экскурсия по центру города, набережной	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
07.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, беседа по экологии, культуре поведения	9.30-10.30
	4	Стандартные положения в игре: в обороне, в атаке	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
08.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка	9.30-10.30
	4	ОФП. Силовая подготовка, подвижные игры	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30

Дата	№	Наименование мероприятия	Время
09.06.	1	Торжественное построение ко Дню России	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, патриотическое воспитание (СВО)	9.30-10.30
	4	Рисунки на асфальте темы: День России, малая Родина	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.00
13.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, трудовое воспитание (работы на территории)	9.30-10.30
	4	Подвижные игры с мячом	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
14.06	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, выбор ведущих и судей соревнований	9.30-10.30
	4	Турнир по бадминтону ко Дню России	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
15.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка	9.30-10.00
	4	Кроссовая подготовка, подвижные игры	10.00-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
16.06	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка	9.30-10.30
	4	Турнир по дартсу, настольному теннису	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
19.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11 завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка	9.30-10.30
	4	Скоростно-силовая подготовка: броски, удары	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
20.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Сдача нормативов по ОФП, ГТО, медицинское тестирование	10.00-12.30
	4	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	5	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
21.06.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Конкурсы, личные заданий на лето	10.00-12.30
	4	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	5	Закрытие смены, поведение итогов, награждение отличившихся	13.30-14.30

Тренер - преподаватель

 Ю.А. Привалова



Утверждаю:
Директор МБОУ ДО ФОК «Гармония»
Привалов А.М.


ПЛАН

работы в спортивно-оздоровительном лагере
с дневным пребыванием при МБОУ ДО ФОК «Гармония» г. Павлово
с 01.06.2023 года по 21.06.2023 года. Художественная гимнастика

Дата	№	Наименование мероприятия	Время
01.06.2021г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Инструктаж по технике безопасности, правилам поведения во время передвижения, занятий	8.45-9.00
	3	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	9.00-9.30
	4	Прогулка, выбор командиров отрядов	9.30-10.30
	5	Медицинский осмотр. Подготовка к концерту 01.06.21 г.	10.30-12.30
	6	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	7	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
02.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, практическая отработка эвакуации	9.30-10.30
	4	Разбор выступления, сдача нормативов ОФП	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
05.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, культура поведения, нравственность	9.30-10.30
	4	Работа у станка, классика танца.	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
06.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка	9.30-10.30
	4	Показ слайдов ЗОЖ, конкурс рисунки «Нет наркотикам»	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
07.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, беседа по экологии, сохранению природы	9.30-10.30
	4	Посещение парка «40 лет ВЛКСМ»	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
08.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, беседа: этнос, самобытность народов РФ	9.30-10.30
	4	Разучивание элементов программы народного танца	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30

Дата	№	Наименование мероприятия	Время
09.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, патриотическое воспитание (СВО)	9.30-10.30
	4	Рисунки на асфальте на тему «Малая Большая Родина»	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
13.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, выбор ведущих, судей соревнований	9.30-10.30
	4	Турнир по «Бадминтону» ко Дню России	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
14.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, эстетическое и нравственное воспитание	9.30-10.30
	4	Поход в город, кино, музей - «История города»	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
15.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, трудовой десант (территория лагеря)	9.30-10.00
	4	Подготовка к конкурсу «Мисс Гармония»	10.00-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
16.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка, , выбор ведущих, судей конкурса	9.30-10.30
	4	Конкурс «Мисс Гармония»	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
19.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Прогулка	9.30-10.30
	4	Посещение бассейна	10.30-12.30
	5	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	6	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
20.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Сдача нормативов по ОФП и ГТО, мед. тестирование	9.30-12.30
	4	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	5	Поведение итогов дня, роспуск по домам	13.30-14.30
21.06.2021 г.	1	Сбор детей	8.30-8.45
	2	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, завтрак	8.45-9.30
	3	Сольные танцевальные выступления, Конкурс « Караоке»	10.00-12.30
	4	Сопровождение детей в МБОУ СШ № 11, обед	12.30-13.30
	5	Поведение итогов смены, награждение отличившихся	13.30-14.30

Тренер-преподаватель (воспитатель)



Морозова И. А.