ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Бюджетное профессиональное образовательное учреждение Орловской области
«УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»

«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
_____ Д.А. Шатохин
Приказ БП ОУ ОО «УОР»
№ 30-05-2 «30» мая 2023г.

ПРОГРАММА
ЛЕТНЕГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНО ЛАГЕРЯ
С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»

для занимающихся в возрасте с 7 до 17 лет

г.Орел

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

1. *Полное название программы*

Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»

2. *Цель программы*

Организация отдыха и оздоровление занимающихся СШ «Олимп» и СШ боевых искусств в летний период

3. *Направление деятельности*

Физическое и духовное развитие занимающихся средствами познавательной и оздоровительной деятельности.

4. *Краткое содержание программы*

Программа содержит: мероприятия, реализующие программу, ожидаемые результаты и условия реализации

5. *Образовательное учреждение, представившее программу*

БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»

6. *Адрес и телефон*

г.Орел, ул. Матросова, д.5, тел. 42-87-37

7. *Место реализации*

Летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием занимающихся:
г.Орел, ул.Матросова, д.5
г.Орел, ул.Тургенева, д.55

8. *Количество, возраст занимающихся*

276 занимающихся в возрасте 7-17 лет, из них
г.Орел, ул.Матросова, д.5 – 231 человек
г.Орел, ул.Тургенева, д.55 – 45 человек

9. *Сроки проведения, количество смен*

01-30 июня 2023 года, 1 смена

Пояснительная записка

Проблема воспитания здорового поколения приобретает все большую актуальность в нашем обществе. Многие причины вызывают ухудшение состояния здоровья - загрязненная экология, наследственность, пренебрежение правилами здорового образа жизни.

Истина гласит, что только здоровый человек с хорошим самочувствием ,психологически устойчивый, высоконравственный способен активно жить, успешно преодолевая различные трудности и достигая успехов в любой деятельности.

Здоровое развитие детей - национальный приоритет России.

Р.Роллан в свое время сказал, что здоровье также заразительно, как и болезнь. "Заразить" здоровьем всех наших детей, учителей и родителей, создать моду на здоровье - неотложная цель гражданского общества России. Целью физического воспитания является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемые физической культуры: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность. "Забота о здоровье - это важный труд воспитателя. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы". (В.А.Сухомлинский).

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная, общественно значимая оздоровительная и досуговая деятельность. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высокому уровню самоуважения и самореализации. Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием занимающихся призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей. Оздоровительный лагерь является частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности и потребности. Он является, с одной стороны, формой организации свободного времени занимающихся разного возраста, пола и уровня развития, с другой – пространством для оздоровления, развития всех сторон творческих способностей.

Лето для детей – это разрядка, накопившейся за год напряженности, восполнение израсходованных сил, восстановление здоровья, развитие творческого потенциала, совершенствование личностных возможностей, время открытий и приключений, время игры и азартного труда, время событий и встреч с чудом, время познания новых людей, а главное - самого себя.

Данная программа по своей направленности является комплексной, т.е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха детей в условиях спортивного сбора.

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение 21 дня.

Цели и задачи программы

Целью настоящей Программы является укрепление здоровья занимающихся, формирование здорового образа жизни, привитие общечеловеческих ценностей, организованный досуг детей и подростков. Проведение лагерного сбора для занимающихся спортивных школ БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва» обусловлено необходимостью:

- продолжения непрерывного тренировочного процесса, проведение тренировочных мероприятий в условиях лагеря;
- создания единого коллектива занимающихся и тренеров;
- оздоровления детей;

- продолжение работы по повышению уровня физической подготовленности с учетом требований стандартов спортивной подготовки по видам спорта;

- создание условий для развития творческого потенциала детей и подростков;

- создание условий для быстрой адаптации занимающихся с учетом возрастных особенностей.

Реализация данных целей предполагает:

- осуществление физкультурно-оздоровительной работы среди детей и подростков, направленной на укрепление их здоровья и всестороннее физическое развитие;

- раскрытие творческого потенциала и роста каждого участника, предоставление возможности самореализации и саморазвития.

Задачи:

- забота о здоровье детей,

- развитие творческих способностей занимающихся;

- формирование коммуникативных навыков, дружеских отношений;

- формирование потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- организация интересного досуга.

-воспитания патриотического духа у обучающихся.

Важнейшим направлением в работе смены является активное приобщение детей к физкультуре, спорту, олимпийским традициям и здоровому образу жизни.

Принципы, используемые при планировании и проведении 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;

- моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых;

- возможность для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

Направления и виды деятельности

Основное направление это - **физкультурно-оздоровительная и познавательная деятельность.**

Обоснование актуальности проблемы:

Лето – пора отдыха детей в летних лагерях. С наступлением летних каникул перед родителями встает вопрос, каким образом организовать отдых своих детей. Особую роль играют летние оздоровительные лагеря с дневным пребыванием при образовательных учреждениях. На сегодняшний день это наиболее выгодный и востребованный выход из положения. Посещая лагерь , ребенок не отрывается от семьи, находится под контролем тренеров, своевременно накормлен, занят интересными делами. Сегодня в лагере

занимающиеся могут получить дополнительные знания, поправить свое здоровье и просто отдохнуть.

Еще один момент – это возможность общения ребенка с привычным кругом друзей. Большое значение для родителей имеет тот фактор, что в отрядах работают тренеры, которые занимаются с детьми в течение всего года. Родители спокойны за своих детей.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. «Здоровому каждый день – праздник!», - гласит восточная мудрость. Поэтому физкультурно-оздоровительное направления является приоритетным в работе лагеря. В основе должны быть спортивные и подвижные игры. Кроме того, необходимо познакомить детей с историей Олимпийских игр.

Лагерь призван создать оптимальные, условия для полноценного отдыха и оздоровления детей и подростков.

Задачи физкультурно-оздоровительной деятельности:

- вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;
- выработка и укрепление гигиенических навыков;
- расширение знаний об охране здоровья.

Основные формы организации:

- спортивные и подвижные игры, эстафеты;
- оздоровительные мероприятия – зарядка, комплексы ОРУ, плавание и бег.

Площадка программы: основной площадкой Программы и организацией, реализующей ее составляющие, является БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва».

География проекта: основными территориями проекта являются – территория легкоатлетического манежа и прилегающие спортивные сооружения БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва» (адрес: ул. Матросова, д.5), а также территория Центрально стадиона им. В.И. Ленина – комплекс по стрельбе из лука, плавательный бассейн, центральное ядро и др. спортивные сооружения (адрес: ул. Тургенева, д.55).

Питание: для участников оздоровительного лагеря организовано двухразовое питание в двух учреждениях общепита. 231 отдыхающих детей завтракают и обедают в столовой ОГИКиИ (ИП Смагина Г.Н.), 45 отдыхающих детей обедают и полдничают в кафе ООО «Офсайд».

Санитарно-гигиенические условия: *ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Орловской области»* Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Орловской области выдало экспертные заключения на деятельность по организации отдыха детей их оздоровления: тип организации отдыха детей и их оздоровления – дневное пребывание согласно СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Медицинское обслуживание: к лагерю были прикреплены медицинские работники Центра спортивной медицины и ЛФК БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва», врач Хардиков А.А. и медицинская сестра Палочкина В.М.

Штат лагеря: состоит из штатных сотрудников БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»

Условия реализации программы

1. **Нормативно-правовые условия:**

Федеральный Закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»

Федеральный закон от 06.10.2003г. № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации».

Постановление от 03 марта 2023 года № 180 «О мерах по организации отдыха и оздоровления детей в Орловской области в 2023 году».

Приказ Департамента физической культуры и спорта Орловской области от 15 мая 2023 года № 466 «Об организации оздоровительных лагерей с дневным пребыванием в 2022 году».

Устав БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва»

2. **Материально-технические условия:**

Легкоатлетический манеж

Спортивные и подвижные игры, оздоровительные мероприятия, построения.

Тренеры

Спортивные площадки БП ОУ ОО «УОР»

Построения, спортивные и подвижные игры, оздоровительные мероприятия

Тренеры

Центральный стадион им. В.И. Ленина

Построения, спортивные и подвижные игры, оздоровительные мероприятия

Тренеры

Актовый зал БП ОУ ОО «УОР»

Тематические мероприятия, работа детской творческой мастерской

Тренеры

Медицинский кабинет

Медицинский контроль мероприятий лагерной смены

Медицинские работники

Столовая ОГИКиИ (ИП Смагина Г.Н.)

Завтрак и обед -231 человек

Работники столовой

Кафе ООО «Офсайд»

Обед и полдник – 45 человек

Работники кафе

Комнаты гигиены

Туалеты, душевые, раздевалки

Тренеры и технический персонал

Этапы и сроки реализации Программы

1 Этап Подготовительный

- разработка программы и плана работы летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей;
- подбор тренеров;
- подбор участников;
- организация финансового обеспечения;
- формирование методических материалов для организации работы лагеря.

2 Этап Основной

- формирование отрядов;
- организация работы по плану;
- спортивные игры и состязания, творческие мероприятия;
- теоритические занятия о здоровом образе жизни.

3 Этап Заключительный

- анализ качественных показателей;
- отчеты о проделанной работе;
- отчеты финансирования.

Правила поведения в лагере

В лагере БП ОУ ОО «Училище олимпийского резерва» сформированы принципы взаимоотношений взрослых, тренеров и отдыхающих. Основополагающей из них СВОБОДА и ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.

В лагере имеется 4 табу, нарушения влекущие за собой отчисление из лагеря провинившегося участника:

1. Физическое или моральное оскорбление любого участника лагеря;
2. Неподчинение обоснованным требованиям тренера;
3. Распитие спиртных напитков, употребление наркотических и психотропных средств, курение;
4. Самовольная отлучка из лагеря.

Общие правила поведения в лагере:

1. бережное отношение к инвентарю и оборудованию лагеря;
2. соблюдайте правила пожарной безопасности;
3. соблюдайте правила техники безопасности на воде;
4. уважайте себя и других;
5. будьте опрятны и аккуратны.

Ожидаемые результаты

В ходе реализации данной Программы ожидается:

1. Общее оздоровление отдыхающих, укрепление их здоровья
2. Укрепление физической и психологической подготовленности, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, самостоятельности
3. Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности

4. Развитие коммуникативных способностей и толерантности
5. Повышение творческой и познавательной активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность
6. Приобретение новых знаний и умений
7. Расширение кругозора детей
8. Повышение общей культуры занимающихся
9. Личностный рост участников смены