****

Информационная карта программы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Полное название | Программа летней школы «Ручеек» на базе МБОУ Кысыл-Сырская СОШ **Программа составлена** с учетом интересов и психолого-возрастных  особенностей детей |
| 2 | Авторы программы | Михайлова О.А. воспитатель летней школы «Ручеек», учитель английского языка, Соловьева М.А. вожатый летней школы «Ручеек», учитель музыки.  |
| 3 | Цели и задачи | Сохранение и улучшение физического и психического программы здоровья детей, предупреждение распространения асоциальных форм поведения путем обеспечения профилактической направленности их летнего отдыха. Способствовать укреплению навыков к здоровому образу жизни, содействовать полноценному физическому и психическому развитию.  |
| 4 | Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:  | 1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; 2. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24.07.98 № 124-ФЗ; 3. Приказ Минобразования РФ от 13.07.2001 № 2688 «Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха»; 4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.259910, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 19.04.2010 № 25; 5. Методические рекомендации 2.4.4.00.11- 10 «Оценка эффективности оздоровления детей»; 6. Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.; 7. Всемирная Декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей 30.09.1990г.; 8. Программа «Дети России», Указ Президента № 18.08.94.№ 1996г.;  |
| 5 | Территория | Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Кысыл- Сырская СОШ» |
| 6 | Форма проведения | Дистанционная Летняя школа, С использованием Zoom, WhatsApp |
| 7 | Показатели результата, конечного эффекта | Общее оздоровление детей и приобретение ими результата, положительных эмоций; сформировать знания о конечного эффекта вредном воздействии табачного дыма, алкоголя, наркотиков на организм человека |
| 8 | Краткое содержание программы | мероприятия, реализующие содержание программу; ожидаемые результаты и условия программы реализации; приложения. |
| 9 | Специализация Программы | оздоровительно-спортивное воспитание |
| 10 | Срок реализации | Июнь 2021 г. |
| 11 | Ожидаемые результаты | Формы организации деятельности детей в лагере и методы воспитания создадут условия для личностного развития каждого ребёнка, формирования активной жизненной позиции детей, воспитания культуры общения, уважению к прошлому нашей Родины; Творческая самостоятельная, объединяющая деятельность детей в смешанных группах и самоуправление создадут условия для развития коммуникативности детского коллектива. |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

*«Здоровье — великое дело как для того,*

 *кто им пользуется, так и для других.»*

*Томас Карлейль.*

Летние каникулы – время отдыха, самая лучшая и незабываемая пора для развития творчества и совершенствования возможностей ребёнка, вовлечение детей в новые социальные связи, удовлетворение индивидуальных интересов и потребностей. Летние каникулы составляют значительную часть годового объёма свободного времени обучающихся, но далеко не все родители могут предоставить своему ребёнку полноценный, правильно организованный отдых. Давно известно, что во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Летний пришкольный лагерь помогает использовать период летнего отдыха учащихся для укрепления здоровья, развития физических сил, обогащения знаниями и новыми впечатлениями.

По продолжительности программа является краткосрочной, т.е. реализуется в течение одной лагерной смены. Основной состав лагеря – это обучающиеся начальных классов и среднего звена данной школы. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в разновозрастных отрядах.

Работа по направлению «Здоровый образ жизни» в нашей школе ведётся более десяти лет. Для учащихся проводятся мероприятия, направленные на укрепление здоровья: спортивные состязания (кросс, весёлые старты), соревнования по лёгкой атлетике, по лыжам, футбол, волейбол, пионербол; стало традицией в конце каждой четверти проводить дни здоровья; на классных часах проводим беседы и уроки здоровья; во внеурочной деятельности ребята посещают спортивные секции (волейбол, футбол), кружки «Спортивные игры» и «Полезные привычки».

Летняя школа – форма организации деятельности школы, позволяющая значительно расширить формы организации воспитательного процесса.

Поэтому, через реализацию программы «Путешествие в «Страну здоровье» повысится уровень воспитательной составляющей деятельности образовательного учреждения, работа по преемственности в период обучения и отдыха детей в летний период.

Дистанционная летняя школа «Ручеёк» организован для учащихся МБОУ «Кысыл-Сырская СОШ» пос. Кысыл-Сыр, Вилюйский улус. Возраст детей от 7 до 15 лет.

Дети живут в одном поселке, учатся в одной школе, но лагерь дает возможность найти себе новых друзей.

Данная программа построена с учетом того, что дети любят спорт и игру, с удовольствием погружаются в мир фантазии.

Актуальность программы «Путешествие в «Страну здоровья».

 Тематическая программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием ««Путешествие в страну «Здоровья» предназначена для детей младшего и среднего школьного возраста. Единая тематика смены позволит заинтересовать ребят и наиболее полно реализовать главные задачи, стоящие перед педагогами и воспитателями. Особенно актуальна профилактическая деятельность в летний период, когда ослабевает, либо прекращается воспитательное влияние образовательных учреждений.

Современные ученые отмечают ухудшение состояния здоровья детей вследствие создавшейся социально-экономической и экологической ситуации в стране. Условия питания населения, йодная и фтористая недостаточность, климатографические факторы (перепады температуры, влажности, атмосферного давления, процент неблагоприятных зимних и летних погод) воздействуют на уровень здоровья детей и взрослых.

Поэтому нужен комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий со стороны школы, направленных на оздоровление детей. Программа оздоровительного лагеря содержит много мероприятий по ЗОЖ, направленных на решение задачи оздоровления детей.

За прошедший год дети отдали много сил, эмоций учебе и внеурочным занятиям, поэтому укрепление физического здоровья, восстановление эмоционального состояния – главные задачи лагеря. Разработка данной программы организации летнего каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей была вызвана:

* повышением спроса родителей и детей на организованный отдых школьников;
* модернизацией старых форм работы и введением новых;
* необходимостью оздоровления детей, их физического развития.

**Цель программы:**

Сохранение и улучшение физического и психического здоровья детей, предупреждение распространения асоциальных форм поведения путем обеспечения профилактической направленности их летнего отдыха.

**Задачи:**

1. Создать условия для организованного отдыха детей.

2. Способствовать укреплению навыков к здоровому образу жизни, содействовать полноценному физическому и психическому развитию.

3. Приобщить ребят к творческим видам деятельности, развивать творческое мышление.

4. Обеспечить условия для свободного развития личности, раскрытия и реализации способностей каждого ученика.

5. Организовать работу по профилактическому просвещению населения: «Будь человеком, человек!»

6. Вовлечь учащихся в деятельность по формированию и сохранению собственного здоровья.

Модель организации летней школы

Смена будет проходить в форме сюжетно-ролевой игры. Все члены лагеря являются жителями «Страны здоровья», где главное место занимает здоровый образ жизни. Возглавляет Страну – Королева Здравия (воспитатель летней школы), у нее есть Королевский совет, в который входят: Главный советник (вожатый), Советник по здоровью , Советник по культуре, Советники по образованию (актив летней школы). Сами жители называют себя «Здравичами».

Как и любая страна, Страна здоровья имеет свой герб. Он представляет собой стилизованный цветок, каждый лепесток которого принадлежит одному из аспектов здоровья (физического, эмоционального, интеллектуального, социального, духовного). Цветок находится в руках ребенка, что означает важность прививать с детства взгляд на здоровье, как на главную ценность и формирование навыков здорового образа жизни с учетом всех аспектов здоровья.

В «Стране здоровья» существуют свои законы, которые все обязаны выполнять. Законы принимает Королевский совет, а «Здравичи» их утверждают. Они содержат в себе следующие положения:

* отказ от вредных привычек;
* оптимальный двигательный режим;
* правильное питание;
* закаливание и личная гигиена;
* положительные эмоции;
* интеллектуальный уровень;
* соблюдение режима.

В целях соблюдения этих законов Королевские советники проводят разнообразные мероприятия: спортивные, интеллектуальные и т. д.

Утро в «Стране здоровья» начинается с зарядки на свежем воздухе. После чего «Здравичи» занимаются личной гигиеной и завтракают. После завтрака проводится общее собрание жителей, на котором Королева знакомит их с планом на предстоящий день. После собрания «Здравичей» проходит минутка здоровья: беседы о важном и полезном. Потом у «Здравичей» свободное время, которое они могут посвятить любимым занятиям, чтению, рисованию, играм, общению. Затем жителей «Страны здоровья» ждет основное мероприятие дня (конкурс, игра, экскурсия и т.д.) В середине дня у «Здравичей» обед. Послеобеденное время посвящается спокойным занятиям. Теперь можно провести интеллектуальные игры, викторины, развлекательные мероприятия. Они должны создавать хорошее настроение, помочь детям пополнить свои знания, выявить творческие способности, повышать самооценку. В конце дня проходит «Мяч настроения»: как прошел день, чего добились, что понравилось, что не понравилось, что хотели бы изменить, какое настроение в конце дня. В отрядном уголке лагеря имеется экран настроения. На «Мяче настроения» дети принимают решение, какой лепесток поместят на экран. Все «Здравичи» поощряются: призами, звездочками с их именами, которые размещаются в отрядном уголке. В конце смены каждый подсчитывает количество звезд и получает приз, награждается почетными грамотами.

 Здесь царит доброжелательная и радостная атмосфера. Ведь «Здравичи» пришли в Страну отдыхать, а Королевский совет с душой работать и получать от этого удовлетворение. Все приветствуют друг друга словами «здравствуйте», «добрый день», «будьте здоровы».

В «Стране здоровья» проводится входная диагностика, которая поможет определить уровень эмоционального и физического состояния, выявить творческие наклонности детей. Диагностика эмоционального состояния проводится в форме анкетирования, беседы, рисунков, смайликов. Для определения физического состояния берутся несколько параметров: измерение роста, веса.

В последний день смены проводятся заключительные мероприятия, традиционные в нашем лагере: творческий отчет смены, куда приглашаются родители и дошкольная группа. Воспитатели проводят итоговую диагностику. Сравнение входной, промежуточной и итоговой диагностики дает наглядный результат достижений детей за время посещения лагеря.

Итоговое мероприятие -Акция по пропаганде здорового образа жизни «Сок – Шоу». Цель акции формирование у учащихся понятия «здоровый образ жизни», и создание необходимой психологической среды для сохранения, укрепления и развития своего здоровья. Во время проведения данного мероприятия учащиеся не только продемонстрируют свои знания, но и смогут попробовать фрукты и соки. Всем предлагается принять участие в веселых играх, конкурсах и викторинах. Всем, кто принимал активное участие в программе, в том числе и ведущим шоу, будут вручены полезные соки.

В результате проведения акции по здоровьесбережению «Сок - Шоу» у учащихся формируются основные понятия по искоренению потребительского отношения к своему здоровью, культуре здорового образа жизни и нормам сохраняющего поведения. Эта акция подведение итогов смены.

 По итогам тематической смены «Страна здоровья» оформляется творческий отчет в виде презентации.

Содержание программы

Приоритетным направлением в работе лагеря является познавательная деятельность. Мероприятия направлены на формирование культуры здорового образа жизни и объединены в насколько блоков.

**Блок 1.** По окончании школы учащимся придется сдавать нормативы ГТО. В основном к сдаче норм ГТО ребят готовят на уроках физкультуры. Чтобы эта работа не прекращалась и летом, в летнем оздоровительном лагере запланированы следующие мероприятия, которые физически укрепляют детей:

- спортивные игры;

- Книга рекордов лагеря, Школа безопасности;

- викторина «Азбука здоровья»;

- спортивный праздник «Спорт любить – сильным и здоровым быть».

**Блок 2.** Правильное питание детей – немаловажный элемент здорового образа жизни. Чтобы повысить интерес детей к продуктам питания, правильно питаться, предлагаются мероприятия:

- творческий проект «Правила здорового питания»;

- беседы о молочных, рыбных продуктах, об овощах и фруктах, о полезных и вредных напитках.

**Блок 3.** Не помешают в жизни детям и знания о лекарственных травах, о способах лечения народными средствами. Об этом дети узнают, приняв участие в следующих мероприятиях:

- конкурс листовок «Здоровье – лучшее богатство»;

- выпуск санбюллетеня «Здоровье дороже золота»;

- фотокросс, игровое познавательное путешествие на остров «Мир Здоровья»

**Блок 4.** Целый блок мероприятий посвящен формированию нравственной позиции по отношению к вредным привычкам:

- конкурс «Квадрат знаний»;

- Видеолектории;

Остальные мероприятия посвящены организации досуга детей по направлениям:

духовно-нравственное, патриотическое, художественно-творческое и интеллектуальное:

- праздники (День России, Открытие смены)

- акции

- игровые творческие мероприятия;

- конкурсы рисунков;

- викторины, интеллектуальны марафоны; - игровая программа по ПДД и другие.

 **Виды деятельности:**

* познавательная деятельность (сформировать знания о вредном воздействии табака, алкоголя на организм человека, сохранение собственного здоровья);
* ценностно-ориентационная деятельность (выработка норм поведения в обществе, общения между подростками, выработка нравственной позиции по отношению к вредным привычкам);
* коммуникативная деятельность (организация коллективного творчества);
* преобразовательная (организация самообслуживания);
* физическая (организация спортивных мероприятий).

**Методы реализации программы:**

методы оздоровления:

* витаминизация;
* утренняя гимнастика;
* спортивные занятия и соревнования;
* беседы по гигиеническому воспитанию и профилактике травматизма.

методы воспитания:

* убеждение;
* поощрение;
* личный пример;
* вовлечение каждого в деятельность;
* состязательности (распространяется на все сферы творческой деятельности);
* коллективной творческой деятельности (КТД);
* самоуправление.

методы образования:

* словесные методы (объяснение, беседа, рассказ, диалог);
* экскурсий;
* игра (игры развивающие, познавательные, подвижные, сюжетно-ролевые, народные, игры на развитие внимания, памяти, воображения, настольные, деловые игры);
* театрализации (реализуется через костюмирование, обряды, ритуалы);
* наблюдения (запись наблюдений).

**Программа будет реализована через следующие формы работы:**

* игры
* спортивные соревнования
* праздники
* конкурсы
* викторины
* прогулки, экскурсии, походы
* выставки встречи с интересными людьми
* игровые программы

 Функциональные обязанности сотрудников лагеря

**Воспитатель:**

* Организует, координирует и контролирует работу летней школы;
* Составляет план работы на смену и подводит итоги работы;
* Обеспечивает реализацию плана работы;
* Отвечает за оформление мероприятий, проводимых в летней школе;

Механизм реализации программы

**Подготовительный этап**

Этот этап характеризуется тем, что за 1 месяц до открытия пришкольного летнего оздоровительного лагеря начинается подготовка к летнему сезону.

Деятельностью этого этапа является:

- проведение совещаний при директоре и заместителе директора по воспитательной работе по подготовке школы к летнему сезону;

- издание приказа по школе о проведении летней кампании;

- разработка программы деятельности пришкольного летнего оздоровительного лагеря с дневным пребывание детей и подростков;

- подготовка методического материала для работников лагеря;

- отбор кадров для работы в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным пребывание детей ;

- составление необходимой документации для деятельности лагеря (план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции и т.д.).

**Организационный этап**

Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 2 дня. Основной деятельностью этого этапа является:

- встреча детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;

- запуск программы;

- формирование органов самоуправления;

- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

**Основной этап**

- реализация основной идеи смены;

- вовлечение детей в различные виды коллективно-творческих дел.

**Заключительный этап**

- подведение итогов смены;

- выработка перспектив деятельности организации;

- анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесёнными по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем.

Ожидаемые результаты

 • Вовлечение их в активную спортивно-оздоровительную деятельность, проведение минуток здоровья должны способствовать укреплению здоровья и физическому развитию детей, а также формированию навыков здорового образа жизни;

 • Формы организации деятельности детей в летней школе и методы воспитания создадут условия для личностного развития каждого ребёнка, формирования активной жизненной позиции детей, воспитания культуры общения, уважению к прошлому нашей Родины;

 • Творческая самостоятельная, объединяющая деятельность детей в смешанных группах и самоуправление создадут условия для развития коммуникативности детского коллектива.

• повышение спортивных результатов по различным видам спорта;

• повышение интереса к туристской деятельности;

• развитие детей и подростков в процессе участия в жизни лагеря, укрепление физических и психических сил;

• формирование знаний о лекарственных травах и их применении в жизни;

• формирование отрицательного отношения к вредным привычкам. Узнают

• о влиянии хорошего настроения на здоровье человека;

• рацион питания;

• виды закаливания организма;

• о пользе утренней зарядки жизнедеятельности человека;

• о вреде солнечных лучей;

• лекарственные растения;

• правила личной гигиены;

• способы снятия усталости организма;

• отрицательное влияние никотина и алкоголя на организм человека; • режим работы с книгой, компьютером, просмотром телевизора; • комплекс упражнений для сохранения осанки. Научатся

• выполнять дыхательную гимнастику;

• проводить процедуры закаливания;

• находить полезную информацию о ЗОЖ;

• выполнять комплексы утренней зарядки;

• правильно составлять памятки и листовки о вреде ПАВ;

• использовать лекарственные растения при простых заболеваниях (ушиб, порез, простуда);

• выполнять правила личной гигиены;

• выполнять гимнастику для глаз;

• выбирать продукты полезные для питания

• соблюдать правильную осанку

**Календарно-тематический план основных мероприятий**

**дистанционной летней школы «Ручеек».**

 07.06.21 – 20.06.21гг.

**Направление**: «Здоровый образ жизни»

**Тема**: Путешествие в «Страну здоровья»

Ежедневно проведение утренней зарядки, минутки здоровья (беседа), спортивного часа, мероприятия по формированию здорового образа жизни.

|  |  |
| --- | --- |
| **День** | **Мероприятие** |
| **1** | **Открытие сезона**1.Линейка открытия. Праздник «Да здравствует, лагерь!»2.Вводный инструктаж по ПБ и ТБ3. Игры на знакомство: «Снежный ком», «Расскажи про своего соседа»4. Посвящение в «отдыхающие», анкетирование. |
| **2** | **«Мы за здоровый образ жизни»** 1. Минутка здоровья «Готов к труду и обороне».
2. Игра «В путь –дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйся».
3. Конкурс листовок «Здоровье – лучшее богатство»;

4. «Мяч настроения» Подведение итогов, что понравилось или не понравилось, какое настроение. Вручение «звездочек» (ежедневно) |
| **3** | **«Помни правила ты эти, за себя ты сам в ответе»**1. Минутка здоровья «Инструктажи по ТБ». 2. Викторина по ТБ, выпуск стенгазеты «Правила безопасности школьников». 3. «Мы – здоровички» диагностика детей. 4. Музыкально-игровая программа «Улыбка и смех – здоровье для всех»5. «Мяч настроения».  |
| **4** | **«Путешествие в город «Мойдодыр»**1. Минутка здоровья «Гигиена школьника». 2.Конкурсная программа «Чистота и здоровье». 3. Выпуск санбюллетня «Здоровье дороже золота»; 4. «Мяч настроения» |
| **5** | **Город Солневодск: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»**1. Минутка здоровья «Закаляйся, если хочешь быть здоров». Презентация «Закаливание» 2. Конкурс рисунков «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». 3. Разучивание песен «Летнее настроение».4. «Мяч настроения» |
| **6** | **День патриота** 1.Беседа на тему: «Мы разные и мы вместе» 2. Викторина, посвящённая Дню России «Государство, в котором я живу» 3. Литературный конкурс «Всё это Родиной зовётся»4. «Мяч настроения» |
| **7** | **Лесное царство «Зелёная аптека»**1. Минутка здоровья «Лекарственные растения».2.Викторина «Зелёная аптека» 3. Конкурс поделок из природного материала. 4. «Мяч настроения» |
| **8** | **Станция «Спортивная»** 1. Минутка здоровья «О, спорт – ты жизнь»2. Информационный час «Олимпийские игры». 3. Конкурс «Квадрат знаний» Темы: «Курение», «Алкоголь», «Гигиена» и т.д. 4. «Мяч настроения» |
| **9** | **Деревня «Простоквашино»** 1. Минутка здоровья «Пейте, дети, молоко – будете здоровы». 2. Конкурсная программа «Поварята». 3. Презентация «Сладкое полезно или вредно» Размышления. 4. «Мяч настроения» |
| **10** | **Станция «Фруктовый сад»**1. Минутка здоровья «Витамины в каждом фрукте». 2.Конкурсная программа «Овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты». 3. Игровое – познавательное путешествие на остров «Мир Здоровья» (Мультимедийная игра) 4. «Мяч настроения» |
| **11** | **Пост ГАИ**1. Минутка здоровья «Помни правила ГАИ – это правила твои». 2.Викторина «Ты - велосипедист». 3.Конкурс «Безопасное колесо» 4. «Мяч настроения» |
| **12** | **Игра-дело серьёзное**1. Минутка здоровья «Дома будь внимательным, это обязательно». 2.Конкурсно-игровая программа «Один дома». 3. Игра «Угадай мелодию».4. «Мяч настроения» |
| **13** | **Викторина** 1. Викторина-конкурс по противопожарной безопасности.2. Просмотр любимых мультфильмов.3. «День здоровья» (весёлые игры)4. Беседа «Народные герои нашего края»5. «Мяч настроения» |
| **14** | **Вот оно какое наше лето!** 1.Диагностика «Мы - здоровячки» 2.Анкетирование. Творческий отзыв. Рисунок «Вместе мы отряд» 3.Творческий отчет лагеря.4. Акция по пропаганде ЗОЖ «Сок шоу» 5. «Мяч настроения» |

**Список используемой литературы:**

1. Берлин Е.М. «Как защитить свои права» – СПб.: 2004.
2. Дмитриева Е.Е. «Проблемные дети. Развитие через общение». – М: АРКТИ, 2005 Леонов Н.И. «Конфликты и конфликтное поведение. Методы изучения» – СПб., 2005
3. Сартан Г.Н. «Тренинг самостоятельности у детей» – М: ТЦ Сфера, 2002. Самоуткина Н.В. «Игры в школе и дома:Методический сборник «Новые технологии отдыха и оздоровления детей, нуждающихся в особой заботе государства» Х-Мансийск 2005г Шульга Т.И., Слот В., Спаниярд Х. «Методика работы с детьми «группы риска». 2-е издание, — М., 2001
4. Широкова Г.А. «Развитие эмоций и чувств у детей». - Ростов н/д: Феникс, 2005.
5. Игры С.Шмакова, Щурковой, Кэмбэл
6. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю., Кипарис-2: Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. – М.: Педагогическое общество России, 2002.
7. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. С.И.Лобачева.Москва: ВАКО, 2007 г.
8. «Упражнения и подвижные игры на свежем воздухе», Санкт-Петербург: «Детство-пресс» 2005.