Муниципальное автономное учреждение

Социально-оздоровительный центр «Солнечный»



**Программа**

**Тематической смены**

**«Здоровое поколение»**

**(для детей от 7 до 17 лет)**

**Автор программы:**

*Цепаева Татьяна Григорьевна,*

директор МАУ СОЦ «Солнечный»

*,*

г. Красноуральск, 2023г.

**Пояснительная записка.**

       Давно известно, что во время летних каникул происходит разрядка накопившийся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет тематическая смена «Здоровое поколение».

        Тематическая смена в лагере – это новый образ жизни детей, новый режим с его особым романтическим стилем и тоном. Это жизнь в новом коллективе, это, наконец, новая природосообразная деятельность. Ведь не зря в известной песне О. Митяева поется: «Лето – это маленькая жизнь!», а значит, прожить ее нужно так, чтобы всем: и детям и тем, кто будет организовывать отдых, было очень здорово.

         Это время игр, развлечений, свободы в выборе занятий, снятия накопившегося за год напряжения, восполнения израсходованных сил, восстановления здоровья. Это период свободного общения детей.

          Ну, где ещё школьник почувствует себя раскрепощённым, свободным, независимым как не в период летних каникул, в летних оздоровительных лагерях?!

           Задача педагогов и воспитателей - сделать это время для ребят интересным и незабываемым.

**Проведение лагерной смены обусловлено необходимостью:**

•        Укрепления здоровья учащихся.

•        Активного и интересного досуга.

•        Проблемы летней занятости детей.

•        Продолжением учебного процесса в условиях лета.

                 В соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов общего образования, программа воспитания и социализации обучающихся, должна быть построенная на основе базовых национальных ценностей российского общества, в числе которых здоровье, семья, социальная солидарность, труд и творчество, образование.

Здоровье -  основной ресурс каждого человека. Согласно определению ВОЗ, здоровье – это не только отсутствие психических, физических дефектов, но и состояние полного физического, психического и социального благополучия.  На протяжении последних десятилетий под здоровьем стали понимать совокупность видов поведения и ресурсов, необходимых человеку для успешной жизнедеятельности и преодоления жизненных проблем. И для ребенка, начинающего свой жизненный путь, и для подростка, и для более взрослого человека, здоровье обеспечивает оптимальное прохождение всех основных этапов жизненного цикла. Здоровье помогает выполнять свои планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности.

         Состояние здоровья подрастающего поколения является важнейшим слагаемым здорового потенциала нации, поэтому сохранение и развитие здоровья детей и подростков и формирование у них здорового образа жизни сегодня имеет приоритетное значение, о чем свидетельствует реализуемый Правительством Российской Федерации национальный проект "Здоровье".

         Программа имеет физкультурно-спортивную направленность, т.е. включают в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях выездного лагеря. В силу специфики этой работы появляется особая возможность содействия личностному самоопределению школьников, их адаптации к жизни в динамично меняющемся обществе, приобщения к здоровому образу жизни.

        Всем известен афоризм «Дети - наше будущее». Тот потенциал, который заложен в детях реализуется через 10-15 лет в разных сферах жизни: в семье, в профессиональной деятельности, социальных отношениях.

      Предлагаемая нами программа тематической смены направлена на воспитание потребности здорового образа жизни у детей и подростков, формирование побудительных мотивов к физическому совершенствованию, установки на сохранение и укрепление здоровья; вовлечение в воспитательный процесс их родителей, педагогов.

**Цель:**

Создание воспитательной системы, направленной на формирование и развитие у детей устойчивой ориентации на сохранение здоровья, как условия жизнеспособности.

**Задачи программы:**

 - ознакомление участников специализированной смены с основными направлениями здорового образа жизни и видами профилактики;

 - популяризация регулярного занятия спортом;

 - формирование здоровьесберегающего поведения;

- создание условий для оздоровления, укрепления здоровья и полноценного отдыха детей;

- создание условий для реализации принципов здорового образа жизни;

 - усвоение участниками смены принципов и навыков здорового образа жизни, воспитание необходимости регулярных занятий физической культурой и спортом;

 - ознакомление детей с формами и методами профилактики употребления наркотиков и психоактивных веществ;

- формирование у участников специализированной смены навыков эффективного взаимодействия и работы в команде;

- развитие личностных ресурсов, лидерских и организаторских качеств, способствующих социальной активности детей;

- расширение кругозора, формирование коммуникативных умений, развитие творческих способностей у участников смены «Здоровое поколение».

               Кроме проведения профилактических мероприятий, при реализации Программы будут проводиться мероприятия различной направленности (экологические, спортивно - туристические, развлекательные мероприятия и конкурсы на выявление лидерских качеств, тематические дискотеки).

**Формы реализации программы.**

        В реализации программы используются традиционные и инновационные формы организации жизнедеятельности детей и подростков: концерты, лекции и дискуссии, игры и тренинги, спортивные соревнования и эстафеты, викторины, конкурсы, дискотеки, встречи, вечерние огоньки, круглые столы, мозговые штурмы, собрания и сборы, линейки, мастер – классы, свечки.

**Участники программы**

Основной состав лагеря – это учащиеся образовательных учреждений возрастом от 7 до 17 лет.

**Сроки реализации**

Программа профильной смены рассчитана на 21 день.

**Этапы реализации программы.**

**I этап.  Подготовительный.**

Включает в себя:

* разработка программы и документации
* создание оргкомитета, планирование и координация подготовительной деятельности
* подготовка материально – технической базы (оснащение необходимыми техническими средствами и материалами)
* создание методической базы, необходимой для реализации программы лагеря.

**II этап. Основной.**

       Представляет собой традиционную лагерную смену 21 день, осуществляемую согласно распорядку дня.

       Реализация программы включает в себя организацию жизнедеятельности детей и подростков в следующих направлениях:

* Мастер-классы по обучению детей и подростков основам профилактической работы и добровольческой деятельности.
* Отрядная деятельность  - каждый отряд представляет собой профилактический отряд, который создается и функционирует в течение лагерной смены.
* Воспитатели и волонтеры участвуют как партнеры в совместной деятельности, помогают детям и подросткам в овладении и осмыслении социального опыта, выработке адекватных способов взаимодействия в коллективе.
* Работа органов самоуправления, направленная на приобретение участниками смены навыков и умений управленческой деятельности, обеспечение оптимальной работы временных коллективов, реализацию потребностей детей и подростков.
* Общелагерные и отрядные мероприятия различной направленности (спортивное, патриотическое, эстетическое, досуговое, профилактическое).
* Творческие мастерские, которые дети и подростки выбирают самостоятельно.

В течение смены предполагается работа следующих мастерских:

* Музыкальная,
* Танцевальная,
* Театральная,
* Спортивная (волейбол, футбол, теннис, шахматы).

**Структура смены.**

     Структура смены включает в себя три взаимосвязанных периода:

***Организационный период (1-2 день***):

заезд и регистрация участников, размещение участников лагеря и организация быта, знакомство участников с условиями и требованиями организации жизнедеятельности в лагере, программой смены, инструктаж по технике безопасности, формирование отрядов, органов отрядного и лагерного самоуправления, мониторинг участников, мероприятия, посвященные открытию смены.

***Основной период (3-18 дни):***

реализация программы лагеря по основным направлениям, организация деятельности временных коллективов (отрядов, малых групп), работа органов самоуправления, обеспечение обратной связи между участниками программы, творческая и лидерская самореализация каждого участника, раскрытие личностного потенциала в различных видах деятельности  (отрядные дела, общелагерные мероприятия, творческие мастерские и др.), обогащение социального опыта.

***Итоговый период (19-21 день):***

 анализ деятельности временных коллективов (отрядов), закрепление знаний и навыков, полученных в творческих мастерских, анализ участниками уровня индивидуального развития за смену, мероприятия, посвященные закрытию смены.

**III этап. Заключительный.**

Включает в себя:

Подведение итогов и анализ реализации программы смены (соотношение между ожидаемыми и достигнутыми результатами); Определение перспектив дальнейшей работы; Работа со СМИ по итогам реализации программы.

**Механизмы реализации программы. Ведущие принципы**

1. Принцип гуманизации отношений – построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к ребёнку, родителям, сотрудникам лагеря необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.

2. Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям обучающихся и типу ведущей деятельности – результатом деятельности воспитательного характера в летнем лагере является сотрудничество ребёнка и взрослого, которое позволяет воспитаннику лагеря почувствовать себя творческой личностью.

3. Принцип демократичности – участие всех детей в программе развития творческих способностей.

4. Принцип дифференциации воспитания – дифференциация в рамках летнего экологического лагеря предполагает:

отбор содержания, форм и методов воспитания в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями детей;

создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках дня;

взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;

активное участие детей во всех видах деятельности.

5. Принцип творческой индивидуальности – творческая индивидуальность – это характеристика личности, которая в самой полной мере реализует, развивает свой творческий потенциал.

**Ожидаемые результаты и критерии их оценки.**

В результате прохождения программы воспитанники:

- получат новые знания о здоровом питании и ЗОЖ в целом и будут пропагандировать его среди своих сверстников;

- получат удовлетворенность от пребывания в лагере и желание поучаствовать в профильной смене в будущем году;

**-**получат новый социальный опыт, коммуникативные умения, навыки конструктивного общения и поведенческой культуры;

- получат навыки организации содержательного досуга.

**Кадровое обеспечение:**

* директор;
* старший воспитатель;
* воспитатели;
* вожатые;
* механик звуковой техники;
* руководитель кружка.

**Методическое обеспечение:**

* Наличие программы лагеря, планов работы отрядов, плана-сетки.
* Подбор методических разработок в соответствии с планом работы.
* Проведение ежедневных планёрок и линеек.
* Разработка системы отслеживания результатов и подведения итогов (приложение 2).
* проводятся инструктажи с педагогами по охране жизни здоровья; мероприятий по профилактике детского травматизма.

**Содержание программы:**

      Каждый день – тематический. Тематический день включает программу содержательной деятельности детей и взрослых вокруг определённой  темы. Тематические дни имеют название, точно указывая содержание дня.

       Общелагерная программа предусматривает  занятия и коллективно-творческие дела для ребят разных возрастов. Все мероприятия соответствуют возрастным особенностям ребят. Ежедневная общелагерная линейка-построение со сдачей рапорта старшему воспитателю,  подведение итогов за прошедший день, ознакомление с планом работы на день.

**План – сетка мероприятий   смены**«Здоровое поколение».

1. **Организационный период (1-й – 2-й день смены)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| День | События дня | Наименование дня и общее дело | Отрядное дело |
| 1-й**Станция Дружбы** | Заезд.ФормированиеОтрядов. | * Вечер знакомств «Заходите к нам на огонёк»
 | Расселение  по корпусамИнструктажи  по технике безопасностиМед. освидетельствованиеИгры на знакомство и сплочениеОформление отрядных уголков и корпусовВыборы командира отряда. |
| **2-й****Станция****«Здоровое поколение»** | Мастер классы, творческие мастерские   | * Торжественная линейка открытия смены.
* Фестиваль отрядных визиток «Будем знакомы…»
* Дискотека
 | Подготовка:- к линейке,- визитных карточек |

**II. Основной период (3-й – 18-й день)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| День | События дня | **Наименование дня и общее дело** | Отрядное дело |
| 3-й**Станция Олимпийская** | Творческие мастерские | * Малые олимпийские игры «Кто на что способен»
* Флеш-моб «Будь с нами»
 | Беседы о личной гигиене.Подготовка к спортивным конкурсам. |
| 4-й**День здоровья.** | Смотр отрядных уголков.Творческие мастерские   | * **«Здоровым быть модно»** - конкурс рисунков
* Стартины
 | Подготовка к творческому конкурсу, изготовление атрибутов. |
| 5-й**День талантов** | Творческие мастерские   | * Час знакомства с медицинскими профессиями
* **Мистер и мисс лагеря**
 | Подготовка к творческому конкурсу, изготовление атрибутов. |
| 6-й**День театра** | Творческие мастерские   | * Видео экскурсия **«Весь мир театр»**
* Конкурс **«Театральные подмостки»**

  | Подготовка к концерту, подготовка к интерактивной игре. |
| 7-й**День талантов** | Творческие мастерские | * Шоу пародий**«Один в один»**
 | Подготовка к квест игре, изготовление атрибутов. |
| 8-й**Остров сокровищ** | Творческие мастерские   | * Квест-игра «В поисках клада»
* флеш-моб «Будь с нами»
 | Подготовка к агитбригаде. |
| 9-й**День самоуправления** | Творческие мастерские   | * комический футбол
* агитбригада «Я б детей лечить пошел, пусть меня научат»                 -
 | Подготовка к конкурсу пародий. |
| 10-й**День спорта** | Творческие мастерские   | * Игра по станциям «В стране безопасности»
* военно-спортивная игра «Захват флага»
 | Подготовка к тинейджеру |
| 11-й**День** **танца** | Творческие мастерские   | * Игра по станциям «Путешествие в страну здоровья!»
* Тинейджер-лидер
 | Подготовка к танцевальному конкурсу |
| 12-й**День****милосердия** | Творческие мастерские   | * Конкурс рисунков на асфальте по ПБ
* Акция «Твори добро», «Подари радость детям»
 | Изготовление сувениров |
| 13-й**День****музыки** | Творческие мастерские   | * Игра «Угадай мелодию»
* Первенство по футболу, пионерболу
 | Подготовка информации о медицинских профессиях |
| 14-й**День****интеллекта** | Творческие мастерские   | * Библиотечный час
* Интеллектуальная викторина
* Шахматно-шашечный турнир
 | Подготовка к устному журналу |
| **15-й****День****Медицинского работника** | Творческие мастерские   | * Устный журнал «Люди в белых халатах»
* Ток-шоу «Мир медицинских профессий
* Конкурс рисунков «Спасибо, доктор!»
 | Подбор информации для стенгазеты  |
| 16-й**День****экологии** | Творческие мастерские   | * Экологический субботник
* Акция «Работы благородней не сыскать»
 | Чтение и подбор литературы по медицинской профессии |
| 17-й**День****литературы** | Творческие мастерские   | * Литературное путешествие «Врач – профессия вечная»
* «Муравейник» спортивно-развлекательная программа
 | Подбор материала для стенгазет |
| 18-й**День****информации** | Творческие мастерские   | * Час информации «Выдающиеся врачи Урала»
* Конкурс стенгазет, посвященный году медицинского работника
 | Подготовка номеров к закрытию |

**III.  Заключительный период (19-й – 21-й день)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| День | События дня | **Наименование дня и общее дело** | Отрядное  дело |
| 19-йДень волонтера | Творческие мастерские   | * Акция «Твори добро»
* акция «Подари радость детям!»
 | Подготовка к закрытию |
| 20-йДень сюрпризов | Награждение победителей | * Торжественная линейка закрытия смены.
* Концерт к закрытию
* Дискотека
 | Генеральная уборка.Подготовка к гала-концерту, линейке. |
| 21-йДень прощания | Отъезд.Организационный момент. | «По машинам!» | Операция «Нас здесь не было»Подготовка чемоданов к отъезду. |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Бетехтина О.Ф. Организация детского досуга.// Досуг в школе.- 2009.- №4.-с.23
2. КаленицТ.Н., Кейлина З.А. Внеклассная и внешкольная работа с учащимися. М.,: Просвещение, 1980
3. Киселева Т. Вместе мы одна семья// Классное руководство и воспитание школьников .- 2010.- №9.-с. 36
4. Пахомов  Ю.В. Игротехнический букварь. – М.: Школа культурной политики, 2004.
5. Соколова Л.А. Содержание профильной туристко-краеведческой подготовки молодёжи в учреждениях дополнительного образования. – Дис. канд. пед. наук : 13.00.08 : г. Сходня, Моск. обл., 2002.
6. Левантова Е.А. Игра в тренинге. Возможность игрового взаимодействия. – СПб, Питер. – 2006.
7. Воронова Е.А. Воспитать патриота: программы, мероприятия, игры. – Ростов-на-Дону, Феникс. – 2008.
8. Свистун М. Программа социально-психологического тренинга общения для старшеклассников. Руководство ведущего группы. – М., 1992.

**Приложение 1.**

**Мониторинг программы**

**Анкета  № 1 (начало смены)**

Дорогой друг! Предлагаем тебе ответить на вопросы анкеты, которые помогут нам судить об эффективности  работы лагеря. Твои ответы на вопросы анкеты останутся в строгой тайне.

Меня зовут\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Твое настроение сегодня:
2. Я считаю, что хороший лагерь – это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Я хочу быть в лагере :
* Организатором;
* Помощником;
* Участником;
* Зрителем.
1. Я жду от этой смены \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Спасибо, что ты ответил на все вопросы анкеты!

**Анкета № 2 (конец смены)**

 Дорогой друг! Предлагаем тебе ответить на вопросы анкеты, которые помогут нам судить об эффективности  проведенной смены. Твои ответы на вопросы останутся в строгой тайне.

Меня зовут\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Оправдались ли твои ожидания от участия в смене? Да/нет (подчеркни)
2. Тему смены я : понимал, не понимал; мне было все равно (подчеркнуть)
3. Какие мероприятия понравились тебе больше всего \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. Участвовал ли ты в делах  и праздниках лагеря: да, участвовал, но не во всех; трудно сказать (подчеркни).
5. К моему мнению прислушивались: всегда; иногда; никогда не прислушивались (подчеркни)
6. Чаще всего я выполнял роль: организатора, помощника, защитника, наблюдателя, исполнителя (подчеркни)
7. Что показалось тебе полезным лично для тебя? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
8. Я хочу пожелать \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Спасибо, что ты ответил на все вопросы анкеты!

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА ГРУППЫ**

        Психологический климат на эмоциональном уровне отражает сложившиеся в коллективе взаимоотношения, характер делового сотрудничества, отношение к значимым явлениям жизни. Складывается же психологический климат за счет “психологической атмосферы” – также группового эмоционального состояния которой, однако, имеет место и относительно небольшие отрезки времени и которая, в свою очередь, создается ситуативными эмоциональными состояниями коллектива.

        Для общей оценки некоторых основных проявлений психологического климата коллектива можно воспользоваться картой-схемой Л.Н. Лутошкина. Здесь в левой стороне листа описаны те качества коллектива, которые характеризуют благоприятный психологический климат, в правой – качества коллектива с явно неблагоприятным климатом. Степень выраженности тех или иных качеств можно определить с помощью себимальной шкалы, помещенной в центра листа (от +3 до –3).

        Используя схему, следует прочесть сначала предложение слева, затем справа и после этого знаком “+” отметить в средней части листа ту оценку, которая наиболее соответствует истине.

**Надо иметь ввиду, что оценки означают:**

+3 – свойство, указанное слева, проявляется в данном коллективе всегда;

+2 – свойство проявляется в большинстве случаев;

+1 – свойство проявляется достаточно часто;

0 – ни это, ни противоположное (указанное справа) свойства не проявляются достаточно ясно, или то и другое проявляются в одинаковой степени.

-1 – достаточно часто проявляется противоположное свойство (указанное справа);

-2 – свойство проявляется в большинстве случаев;

-3 – свойство проявляется всегда.

        Чтобы представить общую картину психологического климата коллектива надо сложить все положительные и отрицательные баллы. Полученный результат может служить условной характеристикой психологического климата большей или меньшей степени благоприятности.