**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**

**«Горбуновская средняя общеобразовательная школа»**

**ПРОГРАММА**

**лагеря дневного пребывания**

Автор: Бородина Анастасия Михайловна – начальник лагеря

**Горбуновское, 2017г.**

**Пояснительная записка**

«Мы – хозяева нашей Родины

и она для нас кладовая солнца

с великими сокровищами жизни».

/М. Пришвин./

В 2016-2017 учебном году в ОУ разработана комплексная программа организации летнего отдыха детей и подростков «Солнечный город».

Лето – самое яркое по эмоциональной окраске время года. Однотонный ритм жизни ребят в учебной деятельности обязательно должен прерываться. Детям совершенно необходима смена деятельности, смена впечатлений.  
Лето, в своём роде, - клапан для спуска излишков детской энергии, дни разрядки. И вместе с тем, лето – всегда заряд новой энергией, настроением, приобретением новых сил; это продолжение освоения мира, его познания, время закрепления знаний, полученных в школе, богатейшее время воспитания и самовоспитания. Задача педагогов и воспитателей – сделать это время для ребят интересным и незабываемым. В воспитании каникул не бывает. Во время летних каникул далеко не каждый родитель может предоставить своему ребёнку полноценный, правильно организованный отдых, в течение которого можно укрепить своё здоровье, снять напряжение, развитьспособности.    
 Лагерь с экологической направленностью, как одна из форм внеклассной и внешкольной оздоровительно-воспитательной работы с учащимися, органично объединяет в себе как каникулярный отдых и оздоровление, так и экологическое воспитание и образование детей, осуществляемое в ненавязчивой, доступной форме, в условиях непосредственного общения с природой. Именно в таком лагере, детям дается не только заряд бодрости и здоровья, но и определенный запас знаний, способствующий формированию экологического императива и пониманию роли человека в окружающем мире. Это достигается за счет органичного сочетания теоретических и экскурсионных занятий, с разнообразными культурно-массовыми и спортивными мероприятиями. В программу лагеря включаются занятия по окружающему миру, биологии, экологии, ознакомление с природой родного края и конкурсы, массовые мероприятия экологической и спортивной направленности.

**Цель и задачи программы**

**Цель:**

расширить знания обучающихся об окружающей живой природе, способствовать формированию бережного отношения к ней, способствовать оздоровлению и физическому совершенствованию ребят.

**Задачи:**

* воспитание чувства прекрасного и бережного отношения к природе, собственному здоровью и благополучию окружающих людей;
* приобщение к здоровому образу жизни, отказ от вредных привычек;
* обогащение духовной культуры, приобщение к прекрасному;
* организация активного отдыха и оздоровления детей;
* развитие творческих и коммуникативных способностей учащихся.

**Принципы деятельности лагеря**

1. **Принципы самореализации** детей в условиях лагеря предусматривает: осознание ими целей и перспектив предполагаемых видов деятельности; добровольность включения подростков в ту или иную деятельность, учёт возрастных и индивидуальных особенностей; создание ситуации успеха; поощрение достигнутого.
2. **Принцип включенности** детей в социально значимые отношения предусматривает: обеспечение гарантий свободного выбора деятельности и права на информацию; создание возможностей переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены или дня; предоставление возможности и право отстаивать своё мнение.
3. **Принцип взаимосвязи** педагогического управления и детского самоуправления предусматривает: приобретение опыта организации коллективной деятельности и самоорганизации в ней; защиту каждого члена коллектива от негативных проявлений и вредных привычек, создание ситуаций, требующих принятия коллективного решения; формирование чувства ответственности за принятое решение, за свои поступки и действия.
4. **Принцип сочетания воспитательных и образовательных мероприятий** с трудовой деятельностью детей предусматривает: режим дня, обеспечивающий разумное сочетание всех видов деятельности, взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематического дня; активное участие детей во всех видах деятельности.
5. **Принцип расширения индивидуального исторического пространства**. В соответствии с этим принципом основные исторические понятия, проблемы рассматриваются на уровне конкретного человека, группы людей, их ближайшего окружения, на уровне села, района, страны и всей планеты.

**Педагогические кадры:**

Комплектование педагогическими, медицинскими кадрами, обслуживающим персоналом осуществляет директор школы совместно с начальником лагеря.

Работники лагеря несут личную ответственность за жизнь и здоровье детей в пределах, возложенных на них обязанностей.

**Этапы реализации программы**

Данная программа реализуется поэтапно.

**Подготовительный этап (апрель - май):**

На данном этапе происходят подготовительные мероприятия, связанные с организацией будущей деятельности:

* Подготовка материально-технической базы лагеря для реализации программы;
* Проведение совещаний при директоре и педагоге-организаторе по подготовке школы к летнему сезону;
* Издание приказа по школе о проведении летней кампании;
* Разработка программы деятельности пришкольного летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей и подростков;
* Подготовка методического материала для работников лагеря;
* Отбор и подготовка кадров для работы в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей и подростков;
* Составление необходимой документации для деятельности лагеря (смета, план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции и т.д.);
* Подготовка помещений и территории лагеря.

**Организационный этап***.*

Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 1-2 дня. Основной деятельностью этого этапа является:

* Встреча детей, проведение инструктажей с детьми по правилам пожарной, дорожной безопасности, формирование детских коллективов, знакомство ребят друг с другом, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;
* Запуск программы «Солнечный город»;
* Формирование органов самоуправления;
* Знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

**Основной этап:**

* Реализация основной идеи смены.
* Вовлечение детей и подростков в различные виды КТД.

Данный этап предполагает работу педагогического коллектива по следующим направлениям:

- нравственно-эстетическое;

- здоровьесберегающее;

- экологическое;

- гражданско-патриотическое.

**Заключительный этап:**

Основной идеей этого этапа является:

* - подведение итогов работы лагеря;
* - анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесенными по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем.

Каждый из этапов включает в себя деятельность, направленную на достижение цели и решение задач программы.

**Сроки действия программы**

**Время проведения:** июнь 2017 года.

**Место проведения:** МБОУ «Горбуновская СОШ».

**Продолжительность смены:** 21 дней

**Содержание деятельности**

Летний оздоровительный лагерь дневного пребывания работает по следующим направлениям:

***Нравственно-эстетическое:***

- проведение творческих конкурсов, праздников, концертов, способствующих общему развитию детей:

- проведение развивающих интеллектуально-познавательных деловых игр и конкурсов;

***Здоровьесберегающее:***

Основополагающими идеями в работе с детьми в пришкольном летнем лагере является сохранение и укрепление здоровья детей,  поэтому в программу  включены следующие мероприятия:

- утренняя гимнастика;

- принятие солнечных и воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере в светлое время суток);

- организация пешеходных экскурсий;

- организация здорового питания детей;

- организация спортивно-массовых мероприятий:

-  спортивные эстафеты;

-  подвижные спортивные игры;

***Экологическое направление:***

Задачи экологической деятельности: воспитание бережного отношения к природе, развитие экологического мышления, изучение эколого-санитарной обстановки на территории сельского поселения.

Основные формы работы:

-Экологический час

- Экскурсии в природу

- Путешествие по страницам Красной книги;

- изготовление гербария (дикорастущих и культурных растений), поделок из природного материала.

***Гражданско-патриотическое направление:***

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

- линейка Памяти (22 июня, День Памяти);

- викторины, беседы, конкурсы рисунков (12 июня, День России);

- посещение музеев, выставок.

**Самоуправление «Солнечного города»**

Детское самоуправление является основой воспитательной системы лагеря и основывается на следующих определениях:

**Самоуправление**– самостоятельность какой-либо организованной общности в управлении собственными делами.

***Самоуправление детское*** – самостоятельность в проявлении инициативы, принятии решения и его самореализации в интересах своего коллектива или организации.

**Основные принципы работы самоуправления:**

* Открытость и доступность
* Добровольность и творчество
* Равенство и сотрудничество
* Непрерывность и перспективность

На время экологической лагерной смены все дети объединяются в отряды.

В Совет самоуправления входят вожатые и командиры отрядов.

**Цели и задачи Совета самоуправления:**

Совет, как форма взаимодействия детей по защите прав и интересов, действует в целях:

- оказания помощи в проведении оздоровительных, культурно – массовых мероприятий и творческих дел;

- создание в лагере условий для развития физического, творческого и интеллектуального потенциала детей;

- содействия в создании благоприятного психологического климата.

**Права и обязанности:**

***Каждый член Совета имеет право:***

- на участие в обсуждении всех дел лагеря и свободное высказывание своего мнения;

- на защиту своих интересов и прав.

***Каждый член Совета обязан:***

- ответственно исполнять порученное дело;

- соблюдать законы общения и культуру поведения.

План

мероприятий детского оздоровительного лагеря дневного пребывания

1 смена 2017 г.

1 отряд

Воспитатели: Дмитриева С.А., Калугина В.А.,

вожатый: Соломеина А.В.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Наименование мероприятия** | **Место проведения** | **Время** |
| 01.06 | Открытие площадки.  Книжно-иллюстрированная выставка «Плыви ,кораблик детства».  Игровая программа «Пусть всегда светит солнце» | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 02.06 | Познавательно-игровая программа «Если хочешь быть здоров»  Юнна Мориц. Литературный круиз | Школа  Музей  Библиотека |  |
| 05.06 | Фольклорный праздник «Троицу гуляем» | Школа  Музей |  |
| 06.06 | Трепалова Т.В. Что за прелесть эти сказки. Конкурс рисунков. | Школа  Библиотека |  |
| 07.06 | Книжная выставка.Сказки нянюшки Арины Радионовны  Спортивное мероприятие «Колобок-турист» | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 08.06 | Конкурсная игра «В гостях у лета» | Школа  Улица.ЦНК |  |
| 09.06 | Петр 1.Потешные бои | Школа  Библиотечный сквер |  |
| 12.06 | Познавательная игра «День России».  История Свердловской обл.и Талицкого р-на | Школа  ЦНК |  |
| 13.06 | Игровая программа «Вот оно какое лето золотое»  Викторина ПДД «Светофор и школьник» | Школа  Музей  ЦНК |  |
| 14.06 | Развлекательная программа «Ох, уж эти Бабки-Ежки» | Школа  ЦНК |  |
| 15.06 | Игровые программы «Приглашает Играй-город». | Школа  Библиотека |  |
| 16.06 | Конкурсная программа «Солнце, воздух и вода!» | ЦНК |  |
| 19.06 | Веселые старты «STAR-СТАРТ» | Школа  Библиотека |  |
| 20.06 | Познавательная программа «Птицы нашего края» | Школа  ЦНК |  |
| 21.06 | Литературная викторина «В детстве все бывает»  День цветка. Прекрасные дети | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 22.06 | Познавательное мероприятие «Вы в памяти нашей…»  День памяти и скорби.  Спортивная игра «сильные и смелые» | Улица.Школа  Музей  Улица.ЦНК |  |
| 23.06 | Конкурс рисунков «Детство – маленькая страна»  Спортивная игра «Веселые старты» | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 26.06 | Игровая программа «Шарляндия! | Школа  Библиотека |  |
| 27.06 | Конкурс-игра «Праздник в Мультяшково»  Викторина «Н.И.Кузнецов» | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 28.06 | Постановка о цветах, полезных растениях и красоте родной природы. | Школа  Библиотека |  |
| 29.06 | Книжные выставки «Ларчик с затеями» | Школа  Библиотека |  |
| 30.06 | Спортивная эстафета «Зоологические забеги» | Школа  ЦНК |  |

План

мероприятий детского оздоровительного лагеря дневного пребывания

1 смена 2017 г.

2 отряд

Воспитатели: Бородина А.М., Корякина Н.Н.,

вожатый: Жданова Е.А.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Наименование мероприятия** | **Место проведения** | **Время** |
| 01.06 | Открытие площадки.  Праздник посвящения в читатели  Игровая программа «Пусть всегда светит солнце» | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 02.06 | Познавательно-игровая программа «Если хочешь быть здоров»  Юнна Мориц. Литературный круиз | Школа  Музей  Библиотека |  |
| 05.06 | История церковных праздников.  Фольклорный праздник «Троицу гуляем» | Школа  Музей |  |
| 06.06 | Кинозал «Вечерок» | Школа  Библиотека |  |
| 07.06 | Книжная выставка.Сказки нянюшки Арины Радионовны  Спортивное мероприятие «Колобок-турист» | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 08.06 | Конкурсная игра «В гостях у лета» | Школа  Улица.ЦНК |  |
| 09.06 | Петр 1.Потешные бои | Школа  Библиотечный сквер |  |
| 12.06 | Познавательная игра «День России».  История Свердловской обл.и Талицкого р-на | Школа  ЦНК |  |
| 13.06 | Игровая программа «Вот оно какое лето золотое»  Викторина ПДД «Светофор и школьник» | Школа  Музей  ЦНК |  |
| 14.06 | Развлекательная программа «Ох, уж эти Бабки-Ежки» | Школа  ЦНК |  |
| 15.06 | Игровые программы «Приглашает Играй-город». | Школа  Библиотека |  |
| 16.06 | Конкурсная программа «Солнце, воздух и вода!» | Школа  ЦНК |  |
| 19.06 | Веселые старты «STAR-СТАРТ» | Школа  Библиотека |  |
| 20.06 | Познавательная программа «Птицы нашего края» | Школа  ЦНК |  |
| 21.06 | Литературная викторина «В детстве все бывает»  День цветка. Прекрасные дети | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 22.06 | Познавательное мероприятие «Вы в памяти нашей…»  День памяти и скорби.  Спортивная игра «сильные и смелые» | Улица.Школа  Музей  Улица.ЦНК |  |
| 23.06 | Конкурс рисунков «Детство – маленькая страна»  Спортивная игра «Веселые старты» | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 26.06 | Игровая программа «Шарляндия! | Школа  Библиотека |  |
| 27.06 | Конкурс-игра «Праздник в Мультяшково»  Викторина «Н.И.Кузнецов» | Школа  Библиотека  ЦНК |  |
| 28.06 | Постановка о цветах, полезных растениях и красоте родной природы. | Школа  Библиотека |  |
| 29.06 | Книжные выставки «Ларчик с затеями» | Школа  Библиотека |  |
| 30.06 | Спортивная эстафета «Зоологические забеги» | Школа  ЦНК |  |

**Система контроля за реализацией программы**

Общее руководство реализацией программы осуществляет начальник лагеря, который для проведения отдельных мероприятий привлекает другие пришкольные лагеря, средства массовой информации и организации любых форм собственности для решения поставленных перед ним целей и задач.

**Мотивационное обеспечение программы**

Любая деятельность в лагере должна быть посильной и конкретной для личности каждого ребёнка. Она должна быть привлекательной, соответствовать интересам личности, иметь чётко выраженный результат, содержать эффект новизны, способствовать творчеству и самостоятельности, допускать возможность вариативности в выборе способов достижений целей, удовлетворять потребности личности в самоутверждении.

**Методическое обеспечение программы**

Методическое сопровождение программы обеспечивают воспитатели смены. Они ведут целенаправленную работу по подбору, приобретению и накоплению разработок передового опыта.

Весь накопленный материал, необходимые издания периодической печати, статистические данные, касающиеся подростков, пребывающих на смене, размещается в отрядах лагеря.

У специалистов, работающих по программе, есть возможность получать информацию через Интернет, в библиотеках школы и села.

**Материально-техническое обеспечение программы**

Для реализации программы используется вся имеющаяся материально-техническая база школы:

1. Отрядные комнаты (классы);
2. Стадион;
3. Школьный двор;
4. Медицинский кабинет (ФАП);
5. Сельская библиотека и ЦНК;
6. Школьная столовая;
7. Комнаты гигиены

* Набор медикаментов для оказания первой медицинской помощи.
* Бытовые предметы: столы, стулья.

Аппаратура:

* Музыкальный центр
* Компьютер
* Мультимедийный проектор

Спортивный инвентарь:

* Баскетбольные мячи
* Футбольные мячи
* Волейбольные мячи
* Резиновые мячи разных размеров
* Скакалки
* Гимнастические обручи
* Кегли
* Маты

Развивающие игры:

* Шашки
* Шахматы
* Настольные игры

**Возможные риски**

* Плохие природные условия;
* Поломка техники.

**Ожидаемые результаты и критерии их оценки**

Заявленная программа является краткосрочной (по продолжительности), профильной (по направленности), деятельностной (по стратегии). В ходе реализации данной программы ожидается:

**-** повышение уровня экологической культуры;

- укрепление и оздоровление детского организма: формирование полезных привычек (утренняя зарядка, соблюдение правил личной гигиены), развитие физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости);

- эмоциональная разгрузка, снятие напряжения после учебного года;

- развитие творческой активности каждого ребенка, творческий рост детей;

- приобретение детьми опыта общения со сверстниками в новых для них условиях;

- развитие лидерских качеств;

- эстетическое оформление клумб пришкольного участка.

Для оценки результативности программы будем пользоваться следующими показателями:

- количественные (охват общественности, количество конкретных дел, акций, мероприятий);

- показатели социального развития личности (не умел – научился, не знал – узнал, качество продуктов социально-творческой деятельности : поделки, рисунки, походы, акции);

- показатели социальной адаптации личности (активность, повышение уровня успешности);

- технологические показатели (уровень организации и координации деятельности);

- экономические (уровень материальных затрат на реализацию);

- уровень удовлетворённости обучающихся и их родителей качеством реализации программы.

**Результатом реализации программы будут являться следующие показатели:**

1. **Для детского коллектива:**

* раскрытие и развитие творческого потенциала с возможностью его последующей реализации в семье и школе;
* формирование навыков творческой деятельности и успешного участия ребёнка в коллективно-творческой деятельности;
* проявление ребёнком своей творческой индивидуальности как одной из форм общения в детском коллективе.

1. **Для педагогического коллектива:**

* уровень соответствия ожиданий от педагогической практики и их оправданности;
* уровень психологического комфорта вожатых в коллективе;
* накопление профессионального педагогического опыта.

**3. Для родителей:**

* физическое, интеллектуальное и социальное оздоровление ребенка;
* реализация потребности ребенка в развитии и саморазвитии, интересов и потенциала личности;
* полноценный отдых ребенка.

**ЗАКОНЫ ЛАГЕРЯ**

         **Закон хозяина**

Лагерь – наш дом, мы хозяева в нём!

Чистота, порядок, уют и покой

Наш лагерь лучший – не нужен другой!

        **Закон точности**

Время дорого у нас, берегите каждый час!

Ждать себя не заставляй,

Во время всё начинай!

        **Закон поднятых рук**

Наверху увидел руку –

В зале тишина, ни звука!

        **Каждый в ответе за то, что он делает**

Что такое «хорошо» и что такое «плохо»

Сначала подумай, а действуй потом!

Не знаешь, как поступить – спроси совета взрослых!

        **Верь в себя**

Найди занятие по душе.

Покажи все свои таланты и способности.

        **Закон добра**

Покажи всем, не жалей,

Что доброго есть в душе твоей!

        **Закон здоровья**

Играй и прыгай, закаляйся,

На зарядке укрепляйся!

Быть здоровым не стесняйся!

**Правила внутреннего распорядка дня**

**летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей**

Посещение лагеря ежедневно обязательно для каждого ученика.

2.  О причине отсутствия сообщать воспитателю.

3. Без разрешения воспитателя нельзя покидать территорию лагеря.

4. По территории лагеря ходи спокойно.

5. Имей головной убор.

6. Имей личное полотенце.

7. Выполняй просьбы и требования воспитателя.

8. Активно участвуй в делах лагеря, отряда.

9.Вноси свои предложения в улучшение жизни лагеря.

10. Уважительно относись к товарищам, воспитателям, обслуживающему персоналу.

**j0234131**

**8.30 - 8.45 - Сбор детей**

**8.45 – 9.00 Зарядка**

Музыка звучит: пора, пора!

С добрым утром, детвора,

И тотчас же по порядку

CRCTR328 Всем ребятам на зарядку!

**9.00 – 9.30 - Завтрак**

Всем за стол! Узнать пора,

Чем богаты повара!

**9.30 – 11.00 – отрядное дело**

**общественно-полезный труд**

**PE02282_11.00- 12.00**

**час интересных встреч**

Вместе всем нам весело,

Правда, детвора?

Настроение бодрое,

Крикнем мы «Ура»!

**12.00 – 12.30 – Подвижные игры**

**12.30 – 13.00 - Обед**

Но у всех, смешливых даже,

За столом серьёзный вид.

За обедом виден сразу аппетит.

**FD00403_13.00 – 13.30- инструктаж, план на следующий день**

**13.30 – 14.00 – Свободное время**

**14.00 – 14.15 – уборка территорий**

**14.30 - Уход домой**

А теперь всем: «До свидания!»

Завтра снова мы придём!

NOTES2

**Речевки:**

**Спортивная речевка (из журнала «Вожатый»)**

- Мы идем на стадион.

- Отряд наш будет чемпион.

- Мускулы сильные (говорят мальчики).

- А сами мы красивые (говорят девочки).

- Кто задору, солнцу рад?

- Эй, спортсмены, стройтесь в ряд!

- А команда есть?

- Есть!

- Капитаны здесь?

- Здесь!

- Выходи скорей на поле

Поддержать отряд и честь!

**В столовую**

- Раз, два,

- Мы не ели,

- Три, четыре,

- Есть хотим!

- Открывайте шире двери,

А то повара съедим.

Поварятами закусим,

Поварешками запьем.

Ложки, вилки поломаем,

А столовую запрем,

Нас кормите, повара,

Прокричим мы вам «ура»!

Собирайся, детвора!

На обед нам всем пора.

Там оладьи с пылу, с жару,

Суп, котлетки здесь на пару!

Бери ложку, бери хлеб

И садись-ка за обед!

До чего блюда вкусны!

И съедим их быстро мы.

Что голодный хор поет,

Когда повар есть зовет?

- Дети, дети!

- Да, да, да!

- Есть хотите?

- Да-а! Да-а! Да-а!

Нам еда полезна будет,

Силы новые разбудит.

**На зарядку! (журнал «Вожатый»)**

- На зарядку выходи!

- На зарядку всех буди.

- Все ребята говорят:

- Физзарядка – друг ребят!

- Физкультурничек – ребенок,

- Набирайся-ка силенок!

- Физзарядка по утрам

Не во вред – на пользу нам.

Левая, правая, бегая, плавая.

Вырастем смелыми,

На солнце загорелыми.

**Патриотическая**

- Печатая шаг.

- Сильные руки,

- Гордые плечи,

- Солнце в ладонях,

- Солнце в глазах.

- Слышишь, товарищ,

- Пульс планеты?

-Ребята шагают

- Руки – к штурвалу,

- Помыслы – к солнцу,

Нам высота – не помеха!

Сегодня мечтаем, а завтра дерзаем

– Ребята Нового века!

**Примерный перечень бесед для детей**

1.         **«Мой рост и мой вес»**

*Цель:* Познакомить с антропологическими данными каждого ребёнка (рост и вес) и нацелить детей на их улучшение, увеличение антропологических параметров, так как это является признаком хорошего здоровья.

2**.         «Путешествие в страну витаминию»**

*Цель:* Познакомить детей с видами витаминов и их пользой для здоровья, нацелить на ежедневный приём витаминов, для укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

3**.         «Лекарственные травы»**

*Цель:* Познакомить детей с видами лекарственных трав, показать пользу трав для здоровья, научить делать травяные напитки, нацелить на ежедневный приём травяных напитков, для укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

4**.         «Точечный массаж»**

*Цель:* Познакомить детей с видами массажа, научить выполнять точечный массаж, нацелить на ежедневное выполнение точечного массажа, для укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

5**.         «Закаливание»**

*Цель:* Познакомить детей с видами закаливания организма, научить детей использовать

природные факторы для закаливания организма, нацелить на ежедневное выполнение методов и приёмов закаливания, для укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

6.         **«Тепловой удар. Оказание помощи при тепловом ударе»**

*Цель:* Познакомить детей с определением «тепловой удар», при каких условиях происходит тепловой удар, каковы его признаки и научить детей приёмам оказания доврачебной помощи пострадавшему.

7**.         «Зеленая аптечка» первая помощь при укусах насекомых»**

*Цель:* Познакомить детей с видами насекомых, укусы которых опасны для здоровья людей, научить детей оказывать доврачебную помощь при укусах насекомых, используя природные средства.

8.         **«Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге»**

*Цель:* Познакомить детей с понятием «солнечный ожог», при каких условиях происходит солнечный ожог, каковы его признаки и научить детей приёмам оказания доврачебной помощи пострадавшему.

9.         **«Как снять усталость с ног»**

*Цель:* Познакомить детей с приёмами снятия усталости с ног, убедить детей в необходимости ухода за ногами ежедневно.

10**.      «Правильное питание»**

*Цель:* Познакомить детей с понятием «правильное, сбалансированное питание», убедить в необходимости соблюдения режима питания, для сохранения здоровья.

11**.      «Как ухаживать за зубами»**

*Цель:* Познакомить детей о роли зубов в здоровье человека, с приёмами ухода за зубами, отработка практических навыков.

12. **«Профилактика кишечных заболеваний»**

*Цель:* Познакомить детей с видами кишечных заболеваний, с их симптомами, и условиями при которых они развиваются, убедить детей в необходимости соблюдения гигиены, для сохранения своего здоровья и здоровья близких.

13. **«Осанка – основа красивой походки»**

*Цель:* Познакомить детей с понятием «осанка», как влияет правильная осанка на общее здоровье человека, убедить детей в необходимости поддерживания правильной осанки, для сохранения здоровья.

14**. «Гигиена в доме»**

*Цель:* Познакомить детей с понятием «гигиена», с необходимостью соблюдения гигиенических требований дома, убедить в необходимости постоянного соблюдения гигиенических норм и требований дома, для сохранения здоровья.

15. **«Друзья Мойдодыра и наше здоровье»**

*Цель:* Напомнить детям главный девиз жизни каждого человека «Чистота - залог и здоровья», о максимальном использовании любых средств, для поддержания своего тела в чистоте, убедить детей в необходимости постоянного соблюдения культурно - гигиенических правил и норм, для сохранения и укрепления здоровья.

16. **«Книги о здоровье»**

*Цель:* Познакомить детей с литературой о здоровье, предложить почитать, для приобретения навыков сохранения здоровья

**Точечный массаж для профилактики простудных заболеваний. Проговаривая текст, дети одним - двумя пальцами производят вращательные движения но часовой стрелки** по **8-9 раз на каждой точке.**

**У** нас на теле точки есть-

Столько много, что не счесть.

Очень плавно , по спирали

Эти точки мы нажали.

Пальчик в ямку опустился

И немного покрутился.

( **Дети массируют точку в яремной ямке, расположенной между**

**ключицами)**

**Под** губой и над губойПомассируем с тобой. А теперь два пальца сразуИз носа выгонят заразу.

**( Указательными пальцами дети массируют точки с наружной стороны ноздрей, затем тщательно растирают крылья носа)**

Точка есть и в центре лба-

Помассируй для ума.

Возле уха и внутри

Точки хорошо потри.

(дети делают массаж точек с обеих сторон ушной раковины и внутри)

Большим пальцем вниз пойдем

И ангину уберем.

( Большим пальцем дети делают плавные движения под подбородком)

Эти точки без сомненья,-

От простуды избавленье

**Проговаривая текст, дети поглаживают каждый палец с четырех сторон двумя пальцами противоположной руки.**

**В лес** по ягоды пойдем,

Землянику там найдем.

Костянику, ежевику,

Очень вкусную клубнику.

Быстро ягодки берем

И в корзиночку кладем.

( **Несколько раз подряд дети быстро собирают пальцы рук в горстку и**

**распрямляют их.)**

Тесто будем мы месить-

Пирожки для всех лепить.

**(дети имитируют лепку пирожков, работает вся кисть.)**

Сядем дружно на лужок

И съедим свой пирожок.

Воробьи и свиристели

В гости дружно прилетели.

Еж и чайка без смущенья

Принялись за угощенье.

( **Одной рукой, сжатой в кулак, дети покручивают каждый палец другой руки, затем меняют руки)**

**Упражнения для укрепления мышц глаз и усиления зрения Дети сидят на стульях, спина прямая, ноги ступнями опираются на пол, голова в одном положении, работают только мышцы глаз.**

Проведем друзья , сейчас

Упражнения для глаз.

Вправо, влево посмотрели,

Глазки все повеселели.

Снизу вверх и сверху вниз.

Ты, хрусталик, не сердись,

Посмотри на потолок, отыщи там уголок.

Чтобы мышцы крепче стали,

Смотрим мы по диагоналям.

Мы не будем циркуль брать,

Будем взглядом круг писать.

А теперь слова напишем.

Чьи же буквы будут выше?

« Папа», « мама», « дом», « трава» -

Заокномунасвидна.

Заокнотыпосмотри.

Что же видишь гам вдали? А теперь на кончик носа. Повтори так восемь раз-Лучше будет видеть глаз. Глазки нас благодарят, Поморгать нам всем велят. Плавно глазками моргаем, Потом глазки закрываем. Чтобы больше было силы К ним ладошки приложили.

( **Дети закрывают глаза ладонями, держат их так до тех пор, пока не почувствовали глаза тепло от рук)**

Раз, два, три, четыре, пять-Можно глазки открывать!

**Комплекс физических упражнений для профилактики заболеваний органов дыхания. Данные упражнения способствуют укреплению органов дыхания, формированию у детей правильного, носового дыхания, а также диафрагмального. Для проведения упражнений нужно вырезать из бумаги по одному цветку для каждого ребенка.**

Раз, два, три, четыре, пять-

Вместе мы пойдем гулять.

На опушке возле ели

На пенечки дети сели.

**(Дети выполняют ходьбу по кругу, затем садятся на корточки)**

Посидели, отдохнули,

Ручки к солнцу потянули.

Опустили их опять.

Можно ими помахать.

**( дети поднимаются на носочках, потягиваются, опускают руки, делают махи. Дыхание при этом свободное, носовое. Выделенные жирным шрифтом строки дети проговаривают на выдохе.)**

Снова к солнцу потянулись

И друг другу улыбнулись.

**Хорошо нам здесь гулять,**

**Чистым воздухом дышать.**

Вы букашек не спугните,

Тихо носиком дышите.

**Раз, два, три, четыре, пять-**

**Дети учатся дышать.**

Пробежали вокруг ели

А потом на травку сели.

Поваляемся немножко.

Полежим как Мурка - кошка.

**(Лежа на коврике, дети принимают позу расслабления)**

Хорошо нам так лежать

И животиком дышать.

Вдох-животик надуваем,

Выдох- к спинке прижимаем

**(Дети выполняют диафрагмальное дыхание)**

Надоело нам лежать

Надо зайчиком скакать

Прыг- скок, прыг- скок,

Потом с пятки на носок.

**(Дети прыгают как зайчики, а потом идут шагом с пятки на носок)**

Ножки выше- топ, топ, топ

И в ладоши - хлоп, хлоп, хлоп.

Наши дети порезвились ,

Лесу низко поклонились

**Дети делают вдох, на выдохе проговаривают текст**

На опушке возле леса

Детям очень интересно

**Дети делают вдох, на выдохе проговаривают текст**

Друг за другом мы пойдем

И цветочки там найдем

**У каждого ребенка на ладошки лежит цветочек. Дети носом делают вдох и сдувают его**

Аромат цветов вдыхаем

А потом его сдуваем.

**Дети делают вдох, на выдохе проговаривают текст**

Медом пахнет.

**Дети делают вдох, на выдохе проговаривают текст**

Пахнет мятой,

Но домой пора ребятам!

**Дети встают в круг и берутся за руки. Руки в стороны- круг большой: руки к грудной клетке- круг маленький – выдох**

Быстро за руки возьмемся

И кольцо одно сольемся.

Руки ближе- малый круг:

Ты мой друг, и я твой друг!

Мы беречь природу будем

И болеть с тобой не будем.

Мы цветочек не сорвем, Радостно домой пойдем.

« E» - кто дольше пропоет ( здоровое дыхание)

« И» - против насморка

« У» - вентиляция легких

« В» ( отрывисто) - стабилизация нервной системы

« М» ( отрывисто) - активизирует работу головного мозга

« С» ( отрывисто) - лечит сердце

« Ч» ( отрывисто) - улучшает дыхание

***АНКЕТА***(на входе)

Мы снова вместе! Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

* Твои первые впечатления от лагеря?
* Что ты ждешь от лагеря?
* Есть ли у тебя идеи, как сделать жизнь в нашем лагере интересной и радостной для всех?
* В каких делах ты хочешь участвовать?
* Что тебе нравиться делать?
* Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других?
* Кто твои друзья в лагере?

– Пожалуйста, закончи предложения (фразы):

Я пришел в лагерь, потому, что………………………………………………………….

Я не хочу, чтобы…………………………………………………………………….

Я хочу, чтобы………………………………………………………………………..

Я боюсь, что…………………………………………………………………………….

Пожалуйста, напиши также:

Имя…………………….. Фамилия………………………………

***ВЫБОР***

Детям предлагается прослушать утверждение и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

4 – совершенно согласен

3 – согласен

2 – трудно сказать

1 – не согласен

0 – совершенно не согласен

1. Я жду наступление нового дня в лагере с радостью.

2. В лагере у меня обычно хорошее настроение.

3. У нас хорошие вожатые.

4. Ко всем взрослым в нашем лагере можно обратиться за советом и помощью в любое время.

5. У меня есть любимый взрослый в нашем лагере.

6. В отряде я всегда могу свободно высказывать своё мнение.

7. У меня есть любимые занятия в нашем лагере.

8. Когда смена закончится, я буду скучать по нашему лагерю.

Обработка полученных данных.

Показателем удовлетворённости детей (У) является частное от деления общей суммы баллов всех ответов на общее количество ответов.

У = общая сумма баллов / общее количество ответов

Если У больше 3, то можно констатировать высокую степень удовлетворённости, если же У больше 2, но меньше 3, то это свидетельствует о средней и низкой степени удовлетворённости детей жизнью в лагере.

***МЕТОДИКА ОПРОСНИКА***

Детям даётся задание: написать, что, по их мнению, В лагере (отряде) хорошо и что плохо, или что радует и что огорчает. При этом не ставятся ориентирующие вопросы.

Анализ полученной с помощью этой методики информации позволяет увидеть удачные и неудачные дела, характер общения, отношений в лагере, настроения, что является показателем жизнедеятельности лагеря.

**В нашем лагере**

|  |  |
| --- | --- |
| Мне понравилось | Мне не понравилось |
| 1 | 1 |
| 2 | 2 |
| И т.д. | И т.д. |

***АНКЕТА*(**в конце смены)

* Что ты ожидал (а) от лагеря?
* Что тебе понравилось в лагере?
* Что тебе не понравилось?
* С кем из ребят ты подружился?
* Какие из мероприятий лагеря понравились тебе больше всего? Почему?
* Какие мероприятия ты будешь рад увидеть в лагере в следующую смену?
* Было ли скучно в лагере?
* Было ли тебе страшно?
* Жалеешь ли ты о чем-то, что произошло за время пребывания в лагере? О чем?
* Что из того, что ты получи (а) в лагере, ты можешь использовать в своей повседневной жизни уже сейчас?
* Что бы ты хотел(а) пожелать себе?
* Что бы ты хотел(а) пожелать другим ребятам?
* Что бы ты хотел(а) пожелать педагогам?.
* Самое важное событие в лагере? Было или оно?
* Можно ли сказать, что ты чему-то научился в лагере?

– Закончи предложения: Я рад, что ……………………………..

Мне жаль, что……………………………………………………...

Я надеюсь, что……………………………………………………..

Твое имя, фамилия и автограф на память \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ***

Фамилия, имя.

1. Самое яркое впечатление за эти дни у меня …
2. Из дел, проведённых в отряде, мне больше всего понравилось …
3. Из дел, проведённых в лагере, мне больше всего понравилось …
4. Несколько слов о нашем отряде …
5. Мои впечатления о лагере.
6. Если бы я был вожатым, то бы я …
7. Хочу пожелать нашему лагерю «Солнышко» …
8. Хотел бы ты ещё раз отдохнуть в нашем лагере?

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНЕМ ЛАГЕРЕ**

**ИГРЫ НА ЗНАКОМСТВО**

**БИЛЕТИКИ**

Играющие становятся лицом друг к другу, образуя два круга. Внутренний круг – это «билетики», внешний круг – это «пассажиры». В центре стоит безбилетный «заяц». По команде ведущего круги начинают двигаться в разные стороны. Ведущий кричит: «Контролер»! Билетики остаются на местах, а пассажиры должны найти свою пару. «Заяц» хватает тот «билетик», который ему понравился. «Пассажир», оставшийся без билетика становится водящим – «Зайцем». При встрече «пассажир» и «билетик» знакомятся. Через некоторое время «пассажир» может ловить не только свой, но и любой понравившийся ему «билетик». Игру можно сопровождать музыкой.

**ПАСПОРТ**

Каждый ребенок получает задание изготовить паспорт (картонная карточка), по которому смогут все участники игры лучше познакомиться друг с другом. В паспорте содержится небольшая информация о владельце. (5–8 фактов). Каждый факт (внешность, интересы, детали личной жизни) описывается в одном предложении. Готовые паспорта складываются в большую шляпу или коробку и перемешиваются. Каждый участник вытягивает один паспорт и по данным, которые в нем описаны, старается узнать о ком идет речь. Содержание всех паспортов прочитывается вслух, и все участники игры стараются выяснить о ком идет речь.

**ИГРА НА СПЛОЧЕНИЕ ГРУППЫ**

**ВОСКОВАЯ ПАЛОЧКА**

Выбирается желающий первым попробовать на себе этот захватывающий аттракцион. Он встает в центр круга, образованного остальными участниками. Круг должен быть плотным, игроки стоят тесно прижавшись плечами друг к другу, выставив вперед ладони. Когда все готовы, игрок в центре круга закрывает глаза и начинает свободно падать в любом направлении прямо на руки товарищей, которые его слегка перебрасывают друг другу. Если ему удалось расслабиться и ощутить надежную поддержку всех игроков, он получит большое удовольствие от такого свободного перекатывания. Желательно, чтобы в аттракционе участвовали все.

**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

**ЗДРАВСТВУЙТЕ**

Все встают в круг лицом плечо к плечу. Водящий идет по внешней стороне круга и задевает одного из играющих. Водящий и играющий, которого задели, бегут в разные стороны по внешней стороне круга. Встретившись, они пожимают друг другу руки и говорят: «Здравствуйте». Можно еще назвать свое имя. Потом они бегут дальше, пытаясь занять свободное место в кругу. Тот, кто остался без места, становится водящим.

**НЕВОД**

Игра проходит на ограниченной площадке, пределы которой нельзя пересекать никому из играющих. Двое или трое играющих берутся за руки, образуя «невод». Их задача – поймать как можно больше «плавающих рыб», т.е. остальных игроков. Задача «рыб» – не попасться в «невод». Если «рыбка» не смогла увильнуть и оказалась в «неводе», то она присоединяется к водящим. «Рыбки» не имеют права рвать «невод», т.е. расцеплять руки водящих. Игра продолжается до того момента, пока не определится игрок, оказавшийся самой проворной «рыбкой».

**АТОМЫ И МОЛЕКУЛЫ**

Все играющие беспорядочно передвигаются по игровой площадке: они являются «атомами». Как известно, атомы могут превращаться в молекулы – более сложные образования, состоящие из нескольких атомов. В молекуле может быть и два, и три, и пять атомов. Играющим по команде ведущего нужно будет создать «молекулу», т.е. нескольким игрокам нужно будет схватиться друг за друга. Если ведущий говорит: «Реакция идет по три!», то это значит, что три игрока-«атома» сливаются в одну «молекулу». Если ведущий произносит: «Реакция идет по пять!», то уже пятеро играющих должны схватиться друг за друга. Сигналом к тому, чтобы молекулы вновь распались на отдельные атомы, служит команда ведущего: «Реакция окончена». Если ребята еще не знают, что такое «атом», «молекула», «реакция», то взрослый человек должен популярно им объяснить. Сигналом для возвращения в игру временно выбывших игроков служит команда: «Реакция идет по одному».

**ИГРЫ НА ВЫЯВЛЕНИЕ ЛИДЕРА ГРУППЫ**

**ПАЛЬЧИКИ**

Играющие сидят на стульях. Ведущий показывает несколько пальцев на руке и ровно столько человек должно подняться. Ведущий проигрывает несколько комбинаций (2, 6, 1, 5…), наблюдая при этом, кто чаще встает. Таким образом, выявляются те, кому в организационный период можно поручать организацию дела, у кого можно найти поддержку. Это так называемая «совесть группы».

**ФИГУРЫ**

Играющие становятся в круг. Внутри круга натягивается веревка, за которую все держатся руками. Ведущий объясняет, что необходимо всем закрыть глаза и, не размыкая рук построить квадрат, равносторонний треугольник, используя только устные переговоры. Ведущий может также сообщить, что эта игра на пространственное воображение и внимательность.

Во время игры, когда идет перестроение, ведущий наблюдает за тем, кто из ребят выступает в роли организатора перемещения. Из наблюдений можно сделать вывод о сплоченности группы, ее организованности, выявить лидеров.

**ЭСТАФЕТЫ БЕЗ СПОРТИВНОГО ИНВЕНТАРЯ**

**БЕГ**

По сигналу первый участник команды бежит до поворотного флажка и обратно, добежав до команды, хлопает по руке следующего участника – передает эстафету. Побеждает команда, чей последний игрок первым достигнет финиша.

**БЕГ СПИНОЙ**

Участники эстафеты должны достигнуть поворотного флажка и вернуться назад, двигаясь очень непривычно для нормального человека – спиной вперед, и при этом как можно быстрее. Будьте осторожны – возможны падения.

**НАЕЗДНИКИ**

А в этой эстафете команда делится на пары. В каждой паре один будет «лошадью», второй – «наездником». «Наездник» садится на «лошадь», так, что - бы ноги не волочились по земле. Старт! И «лошадь» устремляется вперед, стараясь не уронить седока. Поворот, путь назад, передача эстафеты... Побеждает команда, чьи «лошади» более быстрые, а «наездники» более «усидчивые».

**СИАМСКИЕ БЛИЗНЕЦЫ**

Сиамскими называются близнецы, сросшиеся между собой. Такими близнецами в команде будет каждая пара. «Срастись» им придется спинами. Для этого нужно встать друг к другу спиной и крепко сцепиться руками. Бежать в таком положении можно только боком. Поэтому первая пара боком встает на линию старта, боком бежит и так же возвращается, передавая эстафету следующей паре. Спины игроков на протяжении всего бега должны быть плотно прижаты друг к другу. Победит наиболее согласованная и быстрая команда.

**КОМБИНИРОВАННЫЕ ЭСТАФЕТЫ**

Отличительная особенность комбинированной эстафеты в том, что в ней каждый член команды выполняет свое индивидуальное задание. Например: первый игрок держит мяч в руках, добегает до финиша и возвращается; второй – бежит, прыгая через скакалку; третий – бежит и катит по земле обруч; четвертый – участник бежит с мячом, ударяя его о землю; пятый – бежит спиной вперед и т.д.

**«МЯЧИ И ОБРУЧИ»**

На линии движения положить три обруча. В первом лежит теннисный мяч. По сигналу первый участник, добежав до обруча, берет мяч и бросает его следующему игроку, стоящему на линии старта, и ставит обруч на ребро. Второй участник пробегает через обруч первого, встает во второй обруч и бросает мяч третьему игроку, который в это время находится на линии старта, после этого он тоже ставит свой обруч на ребро. То же самое проделывает третий участник. Оставшиеся игроки команды, получив мяч от третьего игрока, берутся за руки и пробегают через три стоящих вертикально обруча. Миновав обручи, они, не разрывая рук, добегают до финиша, огибают его и таким же образом возвращаются к старту. Когда они пробегут все обручи, три участника, которые поддерживали обручи, кладут их на землю (причем в первом обруче должен оказаться, в конечном итоге, лежавший там изначально мяч) и тоже бегут к старту. Зачет производится по последнему игроку, который пересечет линию старта.

**«ВСТРЕЧНАЯ ЭСТАФЕТА»**

Команда делится на две равные части. Одна часть игроков остается на линии старта, другая – выстраивается на финише. Движение начинают одновременно по участнику из команд навстречу друг другу. Один, например, при этом ведет мяч, как баскетболист, а другой прыгает через скакалку. На середине они встречаются и меняются скакалкой и мячом, после чего продолжают движение. Следующие участники проделывают то же самое. Если кто-то прибыл к середине пути раньше, он должен дождаться партнера. Поэтому необходимо в таких эстафетах определить середину пути. Заканчивается эстафета, когда все игроки поменялись местами. Побеждают те, кто сделает это быстрее. Такая эстафета может дать «второе дыхание» конкурсам, которые уже наскучили ребятам, поэтому приберегите ее на более поздний срок, не раскрывайте сразу всех ваших секретов.

**«ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ»**

Какие можно придумать препятствия? Например:

а) натянутые на разной высоте скакалки, через которые придется перепрыгивать или пролезать под ними;

б) обручи, поставленные вертикально, образуя тоннель, при этом не обязательно прямой;

в) веревка, положенная на землю, по которой предстоит пройти, как по канату;

г) флажки, которые надо обязательно обежать вокруг.

Все препятствия в такой эстафете устанавливаются одно за другим, и ребята преодолевают их по очереди (можно не командно, а индивидуально, на лучшее время).