

Муниципальное казенное учреждение  
«Управление образования и молодежной политики»  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования «Архаринская спортивная школа»

Принята на заседании  
педагогического совета  
МБУ ДО «АСШ»  
Протокол № 1 от 24.08. 2023г.

Утверждаю  
Директор МБУ ДО «АСШ»  
В.В. Шутрин  
Приказ № 72 от 24.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
краткосрочная программа «Спортивная мозаика»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 8-13 лет

Срок реализации: 3 недели

Уровень программы: ознакомительный

Автор-составитель:

Шутрин Василий Васильевич,

методист

Архара, 2023 год

## СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	6
1.3. Содержание программы	7
1.4. Планируемые результаты	9
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	9
2.1. Календарный учебный график	9
2.2. Формы аттестации и оценочные материалы	10
2.3. Условия реализации программы	11
2.4. Методическое обеспечение программы	13
Раздел 3. Концепция смены. Комплекс воспитательных и оздоровительных мероприятий за рамками учебного плана	16
3.1. План-сетка мероприятий	16
3.2. Требования по технике безопасности в процессе реализации программы	17
Список литературы	20

## **Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы**

Программа «Спортивная мозаика» физкультурно-спортивной направленности разработана в соответствии с:

1. Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Постановлением Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
5. Постановление Правительства Амурской области от 19.05. 2010 г. № 252 «Об организации и обеспечении отдыха и оздоровления детей и молодежи в Амурской области»;
6. Уставом Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Архаринская спортивная школа».

### **1.1. Пояснительная записка**

Программа «Спортивная мозаика» реализуется в рамках летнего лагеря с дневным пребыванием для организации летнего отдыха воспитанников спортивной школы.

Учитывая ограниченное количество выездных учебно-тренировочных сборов для обучающихся школы, в летний период оптимальным вариантом для продолжения учебно-тренировочного процесса после окончания учебного года является проведение профильной смены физкультурно-спортивной направленности в лагере с дневным пребыванием на базе МБУ

ДО «АСШ». Это наиболее доступный и для многих единственный выход из положения, особенно для детей из малоимущих семей, неполных семей, а также детей, жизнедеятельность которых объективно нарушена в результате сложившихся обстоятельств, и которые не могут преодолеть данные обстоятельства самостоятельно или с помощью семьи.

Программа используется в период летних каникул с пребыванием обучающихся в учреждении дополнительного образования в дневное время без организации питания.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа состоит из 3-х модулей: легкая атлетика, командно-игровой (волейбол, футбол), подвижные спортивные игры.

**Актуальность** Продолжение учебно-тренировочного процесса в условиях летней оздоровительной кампании в нашей спортивной школе приравнивается к учебно-тренировочным сборам, так как школа не имеет своего загородного лагеря и финансовой возможности организовать учебно-тренировочные сборы на спортивных базах области.

Программа предусматривает сочетание тренировочных занятий с игровыми развлекательными и познавательными мероприятиями. Содержание программы направлено на формирование у обучающихся потребности в ведении здорового образа жизни и негативного отношения к вредным привычкам.

**Новизна** программы обусловлена разнообразием видов деятельности на основе модульного принципа подачи материала. Обучающиеся спортивной школы имеют возможность не только усовершенствовать навыки в избранном направлении спортивного объединения, но и расширить знания и умения в других видах спорта.

**Отличительные особенности программы.** Данная программа является модульной, учебный план охватывает 3 модуля (подпрограммы) по различным спортивным направлениям. Программа удовлетворяет запросы различных категорий населения в сфере каникулярного отдыха детей, может

использоваться для работы с детьми из различных социальных групп. Программа выполняет социальный заказ в оптимизации дополнительных образовательных услуг по видам спорта, сохранении и укреплении здоровья детей, приобщении подростков к здоровому образу жизни.

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Уровень:** ознакомительный.

**Адресат программы.** Осваивать программу могут обучающиеся от 8 до 13 лет независимо от пола и уровня подготовленности. Группы комплектуются из обучающихся разных возрастов. В объединение принимаются воспитанники спортивной школы. Зачисление в объединение производится по заявлениям родителей (законных представителей). При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных, а также семей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Механизм формирования состава осуществляется на добровольной основе путем активного информирования. Охват детей – 15 человек.

**Форма обучения:** очная.

**Формы занятий:** групповые и индивидуальные тренировки, спортивные игры, соревнования, походы, интеллектуально-познавательные игры, викторины и конкурсы.

**Методы, используемые при реализации программы:**

- стимулирование детей к постоянному пополнению знаний;
- активные методы (игровые, соревновательные, командные, коммуникативные);
- вовлечение в практическую деятельность.

**Объём и срок освоения.** Общее количество учебных часов в неделю – 18. Программный материал распределен на 6 дней учебно-тренировочных занятий. Занятия проводятся 2 дня в неделю. Продолжительность учебно-тренировочных занятий – 3 учебных часа в день. Продолжительность учебного часа – 60 минут.

**Место и сроки проведения.** Место проведения: спорткомплекс АСШ,

стадион «Юность», территория лыжной трассы п. Архара. Сроки проведения: 03-20 июня 2024 г. Время проведения занятий – с 10-00 до 13-00.

### **Режим работы летнего лагеря с дневным пребыванием**

10.00-10.15 Сбор детей.

10.15-10.30 Утренняя зарядка.

10.30-11-30 Учебно-тренировочное занятие по образовательным модулям.

11.30-12.50 Мероприятия вне учебного плана (подвижные и настольные игры, конкурсы и т.д.)

12.50- 13.00 Итоги дня, рефлексия.

13.00 Уход детей

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель:** Удовлетворение потребностей обучающихся МБУ ДО «АСШ» в занятиях физической культурой и спортом в летний период, как продолжение учебно-тренировочного процесса, обеспечивающего повышение спортивного мастерства.

### **Задачи:**

- продолжение учебно-тренировочного процесса в избранных видах спорта;
- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям избранными видами спорта;
- выявление задатков, способностей и спортивной одаренности;
- привитие навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья;
- развитие потребности и способности ребёнка проявлять своё творчество;
- формирование у воспитанников навыков общения и толерантности.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№	Разделы программы	Кол-во часов	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
<b>МОДУЛЬ «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»</b>					
1	Бег на короткие и средние дистанции.	3	0,5	2,5	Наблюдение, Анкетирование, Анализ результатов
2	Метание мяча, прыжки в длину. Соревнования по легкой атлетике.	3	0,5	2,5	Протокол соревнований
<b>МОДУЛЬ «КОМАНДНО-ИГРОВОЙ»</b>					
3	Волейбол.	3	0,5	2,5	Наблюдение, Опрос, Анализ результатов
4	Мини-футбол.	3	0,5	2,5	Наблюдение, Опрос, Анализ результатов
<b>МОДУЛЬ «ПОДВИЖНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»</b>					
5	Подвижные игры на свежем воздухе.	3	0,5	2,5	Наблюдение, Опрос, Анализ результатов
6	Туризм.	3	0,5	2,5	Наблюдение, Анкетирование, Анализ результатов
	Всего часов	18	3	15	

#### Содержание учебного плана

1. МОДУЛЬ «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА» - 6 часов

1.1. Бег на короткие и средние дистанции.

Теория: Техника безопасности на занятиях. Дыхательная гимнастика.

Практика: Сдача контрольных нормативов. Упражнения на развитие

скоростных способностей. Бег на короткие и средние дистанции. Викторина «Зеленая аптечка».

Контроль: Наблюдение, анкетирование, анализ результатов.

1.2. Метание мяча, прыжки в длину. Соревнования по легкой атлетике.

Теория: Понятия о гигиене.

Практика: Овладение техникой метания мяча. Упражнения на развитие прыгучести. Соревнования по легкой атлетике.

Контроль: Протокол соревнований.

2. МОДУЛЬ «КОМАНДНО-ИГРОВОЙ» - 6 часов

2.1. Игра в волейбол.

Теория: Основные правила судейства в волейболе.

Практика: Отработка техники приема и передачи мяча в волейболе.

Учебно-тренировочная игра.

Контроль: Наблюдение, опрос, анализ результатов.

2.2. Игра в мини-футбол.

Теория: Основные правила судейства в мини-футболе.

Практика: Совершенствование техники игры мини-футбол. Учебно-тренировочная игра.

Контроль: Наблюдение, опрос, анализ результатов.

3. МОДУЛЬ «ПОДВИЖНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» - 6 часов

3.1. Подвижные игры на свежем воздухе.

Теория: Викторина по вопросам из истории спорта.

Практика: Разучивание подвижной игры «Лапта». Соревнования по дартсу.

Контроль: Наблюдение, опрос, анализ результатов.

3.2. Туризм.

Теория: Виды страховки. Снаряжение.

Практика: Отработка туристических навыков. Поход на лыжную трассу п. Архара. Экологический патруль (сбор бытового мусора).



Контроль: Наблюдение, анкетирование, анализ результатов.

#### 1.4. Планируемые результаты

- совершенствуется владение техническими и тактическими навыками в избранных видах спорта;
- формируются теоретические представления о судействе по избранному виду спорта;
- организованный отдых и занятость обучающихся в летний период;
- прививаются навыки здорового образа жизни и укрепления здоровья;
- формируется личностный спортивный рост участников смены;
- формируются навыки общения и толерантности.

### Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

#### 2.1. Календарный учебный график

№	Дата проведения	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	03.06	10:00	Индивидуально-групповое учебно-тренировочное занятие.	3	1. Сдача вводных контрольных нормативов. 2. Развитие скоростных способностей. Бег на короткие и средние дистанции. 3. Викторина «Зеленая аптечка». 4. Заполнение анкет «Мы снова вместе»	Стадион АСШ	Наблюдение, анкетирование, анализ результатов
2	06.06	10:00	Индивидуально-групповое учебно-тренировочное занятие.	3	1. Овладение техникой метания мяча, прыжков в длину. 2. Соревнования по легкой атлетике.	Стадион АСШ	Протокол соревнований
3	10.06	10:00	Индивидуально-групповое учебно-тренировочное занятие.	3	1. Совершенствование	Стадион АСШ	Наблюдение

			льно- групповое учебно- тренировоч ное занятие.		техники приема и передачи мяча в игре волейбол. 2. Занятия по судейской практике «Школа юного судьи по волейболу». 3. Основные правила судейства в волейболе. 4. Учебно- тренировочная игра по волейболу.	он АСШ	ие, опрос, анализ результато в
4	13.06	10:00	Индивидуа льно- групповое учебно- тренировоч ное занятие.	3	1. Совершенствование техники игры мини- футбол. 2. Занятия по судейской практике «Школа юного судьи по мини-футболу». 3. Основные правила судейства в мини- футболе. 4. Учебно- тренировочная игра по мини-футболу.	Стади он АСШ	Наблюден ие, опрос, анализ результато в
5	17.06	10:00	Индивидуа льно- групповое учебно- тренировоч ное занятие.	3	1. Подвижные игры и эстафеты на свежем воздухе. Игра «Лапта». 2. Соревнования по дартсу. 3. Викторина по вопросам из истории спорта.	Стади он АСШ	Наблюден ие, анкетиров ание, анализ результато в
6	20.06	10:00	Индивидуа льно- групповое учебно- тренировоч ное занятие.	3	1. Отработка туристических навыков. 2. Поход на лыжную трассу п. Архара. 3. Экологический патруль (сбор бытового мусора).	Стади он, террит ория лыжно й трассы	Наблюден ие, опрос, анализ результато в

## 2.2. Формы аттестации и оценочные материалы

Формы подведения итогов программы: промежуточная аттестация.

Промежуточный контроль: прием контрольных нормативов в начале и в конце смены.

Формы отслеживания и фиксации результатов: журнал посещаемости, дневник наблюдений, протоколы соревнований и сдачи нормативов, анкетирование.

Текущий контроль: наблюдения тренера; результативность участия в соревнованиях и мероприятиях.

Формы предъявления и демонстрации результатов: соревнования, сдача нормативов, анкеты, тесты, протоколы соревнований.

Подведение итогов освоения программы проводится в виде анкетирования по изучению удовлетворенности детей организацией лагерной смены, анализа динамики развития физических качеств участников путем сравнения протоколов сдачи нормативов в начале и в конце смены.

#### Оценочные материалы

Материалами для определения достижений обучающихся в период проведения лагерной смены служат:

- Прием вводных и итоговых нормативов в начале и в конце смены для определения динамики физического развития участников. Для этого используются нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в ступенях, соответствующих возрасту участников (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу для девочек, подтягивание на высокой перекладине для мальчиков, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, понимание туловища из положения лежа на спине, прыжок в длину с места, метание мяча (спортивного снаряда), челночный бег. Нормативы размещены на сайте ВФСК ГТО <https://www.gto.ru/norms> .

- Анкеты для обучающихся в начале и конце лагерной смены, анкета для родителей. Анкетирование проводится с целью определения степени удовлетворенности предложенной образовательной программой (Приложение № 1).

### **2.3. Условия реализации программы**

Материально-технические условия:

Теннисный зал	Проведение спортивных, развлекательных просветительских мероприятий.
Тренажерный зал	
Фитнесс зал	
Лыжная трасса п. Архара	Проведение соревнований, спартакиад, спортивных и подвижных игр и занятий на свежем воздухе, учебно-тренировочные занятия, походы.
Стадион (беговые дорожки, футбольное поле, волейбольная площадка, спортивная площадка), соответствующие нормам СанПиН	
Спортивный инвентарь для игры в футбол, волейбол, настольный теннис, а также проведения соревнований. Спортивная экипировка.	Обеспечение реализации программных мероприятий, разнообразия их проведения с целью поддержания воспитанников на оптимально высоком уровне.

#### Педагогические условия:

- Учет индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы.
- Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря.
- Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря.
- Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых.
- Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

#### Методические условия:

- наличие необходимой документации (журнал посещаемости, локальные акты, регламентирующие деятельность образовательного учреждения);
- наличие образовательной программы по летнему отдыху, учебного плана, календарного графика.

Кадровое обеспечение. Тренеры-преподаватели имеют высшее профессиональное педагогическое образование по специальности «Физическая культура и спорт», владеют информационно-коммуникационными технологиями.

Информационное обеспечение программы представлено списком информационных интернет-ресурсов, литературы для тренеров-преподавателей, обучающихся и родителей в разделе Список литературы.

Охрана жизни и здоровья детей.

- Директор АСШ и тренеры-преподаватели, ведущие тренировочный процесс, несут ответственность за жизнь и здоровье детей во время их пребывания в лагере.

- Педагогические сотрудники, работающие в лагере и дети должны строго соблюдать дисциплину, режим тренировок, технику безопасности и правила пожарной безопасности.

- Директор АСШ проводит инструктаж по технике безопасности для сотрудников, а тренеры для детей под личную подпись инструктируемых.

- Организация походов и экскурсий проводится на основе соответствующих инструкций директора АСШ.

#### **2.4. Методическое обеспечение программы**

Механизм реализации программы

Организаторы: Администрация школы. Педагогический коллектив школы.

Участники программы: Обучающиеся отделений «футбол», «волейбол», «лыжные гонки», «настольный теннис»; тренеры – преподаватели.

Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены:

*Принцип самореализации* подростков в условиях лагеря предусматривает: осознание ими целей и перспектив предлагаемых видов деятельности, добровольность включения подростков в ту или иную деятельность, учет возрастных особенностей; создание ситуации успеха.

*Принцип включенности* учащихся 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.

*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 принятые решения, за свои поступки и действия.

Этапы реализации программы

I этап. Подготовительный:

- Разработка программы летнего лагеря;
- Подбор тренеров-преподавателей;
- Подбор участников;
- Организация финансового обеспечения;
- Подбор учебных, методических и прочих сопутствующих материалов.

Задачи:

1. Составить программу и календарно - тематическое планирование.
2. Разработать методики и технологии работы в лагере.

Содержание этапа: на данном этапе происходит проведение опроса среди родителей и детей, анализ результатов которого позволяет подобрать оптимальные направления деятельности лагеря и учесть пожелания родителей и детей.

II этап. Основной этап.

Реализация программы.

- Знакомство подростков с тематикой смены, с основными направлениями деятельности;
- Организация тренировочных занятий по плану;
- Занятия по подготовке юных судей по футболу и волейболу;
- Спортивные игры и соревнования, походы;
- Беседы о здоровом образе жизни.

Задачи:

1. Познакомить подростков с тематикой смены, с основными

направлениями деятельности.

2. Раскрыть перспективы самосовершенствования для каждого ребенка.  
Обучить детей различным знаниям и умениям.

3. Способствовать реализации воспитанником собственных интересов, потребностей в различных видах деятельности.

4. Предоставить детям возможность продемонстрировать имеющиеся знания, умения и навыки.

Содержание этапа: на данном этапе происходит введение подростков в тематику лагеря, активное включение в тренировочный процесс. Создаются условия, стимулирующие интерес ребенка к тому, что происходит в лагере.

Разминка проводится ежедневно в течение 15 минут: в хорошую погоду – на открытом воздухе, в непогоду – в проветриваемых помещениях с целью создания положительного эмоционального заряда и хорошего физического тонуса на весь день.

Тренировка, включает в себя занятия по видам спорта, направлены на достижение высоких результатов и гармоническое развитие личности.

Подвижные игры включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Они способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а коллективные игры – еще и воспитанию дружбы.

Реализация программы проходит с помощью коммуникативных, творческих, развивающих и подвижных игр: организации коллективных творческих дел, физических коррекционных упражнений, мероприятий по закаливанию организма.

III этап. Заключительный этап.

Подведение итогов реализации программы.

- Сдача контрольных нормативов, итоговая диагностика результатов.

- Анализ качественных изменений за период лагерной смены.

Задачи:

1. Подвести итоги программы в целом для всех членов лагеря и каждого ребенка.

2. Определить перспективы дальнейшего развития и совершенствования, применения полученных знаний и умений.

3. Систематизировать материал.

Содержание этапа: на данном этапе важно осмысление детским коллективом полученных знаний и умений, определение сфер их применения в дальнейшей жизни. Необходимо определить удовлетворенность подростков от пребывания в лагере. Возможно внесение предложений и корректив в программу лагеря. Систематизировать имеющиеся материалы и наработки.

### **Раздел 3. Концепция смены. Комплекс воспитательных и оздоровительных мероприятий за рамками учебного плана**

#### **3.1. План-сетка мероприятий**

№ дня	Мероприятия	Время	Место проведения	Ответственный
1.	Утренняя линейка; Внутри отрядные и общие лагерные мероприятия	10:00 - 13:00	Архара, ул. Больничная, 9	Тренер-преподаватель
2.	Утренняя линейка; Внутри отрядные и общие лагерные мероприятия	10:00 - 13:00	Архара, ул. Больничная, 9	Тренер-преподаватель
3.	Утренняя линейка; Внутри отрядные и общие лагерные мероприятия	10:00 - 13:00	Архара, ул. Больничная, 9	Тренер-преподаватель
4.	Утренняя линейка; Внутри отрядные и общие лагерные мероприятия	10:00 - 13:00	Архара, ул. Больничная, 9	Тренер-преподаватель
5.	Утренняя линейка; Внутри отрядные и общие лагерные мероприятия	10:00 - 13:00	Архара, ул. Больничная, 9	Тренер-преподаватель
6.	Утренняя линейка; Внутри отрядные и общие лагерные мероприятия	10:00 - 13:00	Архара, ул. Больничная, 9	Тренер-преподаватель

#### **3.2. Требования по технике безопасности в процессе реализации программы**



1. Территория должна постоянно содержаться в чистоте. Сгораемый материал, опавшие листья и сухую траву следует регулярно убирать и вывозить с территории.

2. Дороги, проезды, подъезды и проходы к зданиям и открытым водоисточникам, используемые для пожаротушения, подступы к пожарному инвентарю должны быть всегда свободными, содержаться в исправном состоянии.

3. О закрытии дорог, отдельных участков или проездов, необходимо немедленно сообщать в районные пожарные части.

4. Территория летнего пришкольного лагеря должна иметь наружное освещение, достаточное для быстрого нахождения противопожарных водоисточников.

5. Расстановка мебели в помещениях летних пришкольных лагерей не должна препятствовать эвакуации людей и проходу к средствам пожаротушения. Здания для летнего детского отдыха должны иметь не менее двух эвакуационных выходов непосредственно наружу.

6. Эвакуационные проходы, выходы не должны загромождаться какими-либо предметами и оборудованием.

#### Правила поведения в детских пришкольных лагерях

Приезд ребенка в лагерь считается согласием ребенка и его родителей на выполнение правил, установленных в детском лагере. При серьезных нарушениях, установленных правил поведения в лагере, депортация ребёнка из места отдыха происходит за счёт родителей и без какой-либо компенсации за сокращение срока пребывания в лагере.

Необходимо разъяснить детям, что:

1. За нарушение правил пребывания в лагере и действующего законодательства (воровство, аморальное поведение, самовольные действия, которые могут нанести вред его здоровью или здоровью окружающих, курение, прием алкогольных напитков или наркотиков, и т.п.) ребенок может быть досрочно отчислен из лагеря и доставлен домой за счет родителей;

2. За причиненный ущерб имуществу лагерю ответственность несут родители ребенка.

Общие правила поведения детей (подростков) в лагере:

1. По лестнице необходимо спускаться осторожно, смотря под ноги. Запрещается бежать по лестнице и съезжать по перилам, обгонять, играть на лестнице, толкаться, свисать на ограждениях:

2. При плохом самочувствии необходимо обращаться в медпункт, самолечение может привести к осложнениям и тяжелым последствиям;

3. Необходимо соблюдать режим дня лагеря, общие санитарно-гигиенические нормы;

4. Каждый ребенок (подросток) обязан соблюдать все установленные в лагере правила, в том числе правила противопожарной безопасности, правила проведения экскурсий, автобусных поездок, походов и т.п.;

5. Ребенок (подросток) обязан быть вместе с отрядом. При необходимости отлучиться обязательно разрешение своего тренера-преподавателя;

6. Выход за территорию лагеря допускается только с разрешения начальника смены (или директора) и только в сопровождении тренера-преподавателя;

7. Каждый ребенок (подросток) и сотрудник лагеря должен беречь зеленые насаждения на территории лагеря, соблюдать чистоту;

8. Нельзя есть незнакомые ягоды, плоды;

9. Необходимо соблюдать правила поведения в общественных местах - словами, действиями и поведением не мешать окружающим, не оскорблять их эстетическое чувство;

10. При температуре воздуха свыше 28<sup>0</sup>С и ясной солнечной погоде необходимо учесть, что при нахождении на солнце более одного часа может наступить тепловой удар и ожог;

11. Не оглядываться во время бега и ходьбы, а если необходимо

оглянуться перед этим, надо остановиться;

12. В ненастную погоду надо быть осторожным при передвижении по территории трава и дорожки могут быть скользкими. Не наступать на выступающие корни деревьев и другие деревянные предметы, т.к. Они могут быть скользкими;

13. В дождь окна должны быть закрыты (попадание воды в помещение, на электроприборы, резкий ветер может разбить стекло). Категорически запрещается открывать противомоскитные сетки (при их наличии);

14. Нельзя находиться вблизи с электролиниями, особенно во время дождя и грозы. Помните, опасной является зона в радиусе 20 м от линий электропередач;

15. В лагере запрещается курить и употреблять спиртные напитки, в том числе пиво;

16. Необходимо бережно относиться к личному имуществу и имуществу лагеря.

Правила поведения во время массовых мероприятий:

1. При проведении массовых мероприятий следует находиться вместе с отрядом. Отойти можно только в сопровождении вожатого;

2. Мероприятия следует посещать в соответствующей одежде и обуви. Если это не предполагается сценарием, нельзя появляться на мероприятиях в купальнике, с голым торсом;

3. При проведении массовых мероприятий на открытых площадках в солнечную погоду наличие головного убора обязательно;

4. Следует соблюдать правила этикета в общественных местах (не шуметь, не толкаться, не свистеть, не топтать ногами).

Правила организации и проведения походов:

1. До выхода в поход проводится инструктаж в отрядах по правилам поведения в походе: о прохождении колонной в лесу; о вредных насекомых; ядовитых грибах; ягодах; змеях; об организации сборов в поход;

объявляют маршрут. Проводятся практическое занятие: по укладке рюкзака; установке палатки; по определению места нахождения лагеря и ориентирования на местности; по правилам разведения костра;

2. Отряд может отправляться в поход только после прохождения медицинского осмотра каждым ребенком;

3. В туристическом походе отряд должен строго придерживаться маршрута, не допуская никакого отклонения;

4. После привала тренер-преподаватель разрешает продолжать движение по маршруту только после проверки наличия детей. Во время привалов он обязан следить за тем, чтобы ребята не удалялись от места стоянки далее 100 метров;

5. Место стоянки лагеря выбирается с учетом возможности подъезда на автомобиле;

6. При несчастном случае персонал, сопровождающий детей в походе, обязан немедленно оказать первую медицинскую помощь, принять меры по доставке пострадавшего в лагерь;

7. В поход отправляются отряды в сопровождении взрослых из расчета: 1 взрослый на 15 человек детей. В случае выхода в поход нескольких отрядов выделяется медицинский работник;

8. Не разрешается в походе пить воду из непроверенных источников;

9. При разведении костра необходимо учитывать местные условия (покров земли, местонахождение водоема, нахождение деревянных построек, расположение палаток, погодные условия и влажность воздуха);

10. Необходимо строго контролировать работу детей с топором, проверить его исправность (плотность насадки, исправность ручки-топорища);

11. Запрещается разводить костры, если деревья расположены ближе 15 метров от костровой поляны;

12. Запрещается детям брать в руки незнакомые предметы, далеко

отлучаться от места стоянки;

13. Обо все посторонних лицах, замеченных в расположении палаточного городка, необходимо докладывать начальнику похода либо тренеру-преподавателю.

Правила поведения во время пешеходных экскурсиях (прогулок):

1. К пешеходным экскурсиям (прогулкам) допускаются дети (подростки) в соответствующей форме одежды: закрытая удобная обувь, головной убор, при необходимости длинные брюки и рубашки (кофты) с длинными рукавами.

2. Старшим во время проведения экскурсии (прогулки) является экскурсовод (тренер-преподаватель). Необходимо строго выполнять указания тренера-преподавателя.

3. Во время экскурсии (прогулки) следует находиться с отрядом, не разбредаться. Не разрешается отходить от маршрута.

4. Необходимо своевременно сообщить водителю об ухудшении состояния здоровья или травмах.

5. Следует уважительно относиться к местным традициям и обычаям, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры.

6. Фотографирование разрешено в специально отведенных местах при общей остановке отряда по разрешению экскурсовода (тренера-преподавателя).

7. По окончании экскурсии (прогулки) собраться в указанном месте и после объявления окончания экскурсии следовать указаниям своего тренера-преподавателя.

8. Покупки в магазине можно делать только с разрешения тренера-преподавателя.

9. При переходе через проезжую часть соблюдать правила дорожного движения, четко выполняя указания экскурсовода (тренера-преподавателя).

## Список литературы

Список литературы для тренеров-преподавателей:

1. Афанасьев С.П., Коморин С.В., Тимонин А.И. Что делать с детьми в загородном лагере. Учебно-методическое пособие. - Кострома: Педагогическое общество России, 2001. - 144 с.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Две недели в лагере здоровья. - М.ОЛМА, 2009. – 59 с.
3. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю. Кипарис. Коллективно-творческие дела, игры, праздники, аттракционы, развлечения, индивидуальная работа. - М.: Педагогическое общество России, 2001. – 224 с.
4. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю. Кипарис. Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. - М.: Педагогическое общество России, 2002. – 256 с.
5. Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Волгоград: Учитель, 2007. – 206 с.
6. Иванов И.П. Энциклопедия коллективных творческих дел. - М., 2007. 324 с.
7. Лобачева С.И. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. - Москва: ВАКО, 2007 г. – 230 с.
8. Ложникова Н.А. Имитационные педагогические игры: Методические рекомендации. - Омск, 2011. – 168 с.
9. Никульников А.Н. «Школьная площадка». - Новосибирск, 2006. – 125 с.
10. Титов С.В. Лето, здравствуй! Методические рекомендации по организации работы в лагере. – Волгоград: Учитель, 2001. – 120 с.

Список литературы для детей и родителей:

1. Журналы «1 сентября», электронная версия газеты «1 сентября. Начальная школа».
2. Кочубей Б. И., Новикова Е.В. Эмоциональная устойчивость школьника // Педагогика и психология: Новое в жизни, науке, технике. № 3. -

М.: Знание, 2010. - 80 с.

3. Луговская Ю.П. Детские праздники в школе, летнем лагере и дома: Мы бросаем скуке вызов. – М., 2006. – 128 с.

4. «Упражнения и подвижные игры на свежем воздухе», Санкт-Петербург: «Детство-пресс» 2005. – 200 с.

Информационные ресурсы:

1. <http://spo.1september.ru> Газета в газете «Спорт в школе».

2. <http://www.abcsport.ru> Обзор спортивных школ и спортивных обществ.

3. <https://ru.wikipedia.org> Википедия.

4. <https://минобрнауки.рф/> Министерство образования и науки РФ.

5. <http://www.figr.ru/> Федерация лыжных гонок России

6. <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/> Физическая культура:

воспитание, образование, тренировка.