



Администрация города Дубны Московской области

Управление народного образования

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия № 3 г. Дубны Московской области»

(ГИМНАЗИЯ № 3)

ул. Центральная, д.23, г. Дубна, Московская область, 141983, тел\факс 8 (49621) 2-34-20, e-mail:school3@uni-dubna.ru  
ОКПО 13376327, ОГРН 1035002203367, ИНН/КПП 5010011593/501001001

---

**СОГЛАСОВАНО**

Директор лагеря «Радуга»

\_\_\_\_\_/ Н.Ю .Гребенюк

«07» мая 2022 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ Гимназия№3

\_\_\_\_\_/И.В. Зацева

«17» мая 2022 г.

***Программа «Летние каникулы»  
детского оздоровительного лагеря «Радуга»  
с дневным пребыванием детей и подростков***

**Возраст: 7–15 лет**

**Срок реализации: 3 недели**

Автор-составитель:  
Наталья Юрьевна Гребенюк  
Директор лагеря «Радуга».  
Педагог-психолог высшей категории

Г. ДУБНА, 2022 г.

## Пояснительная записка

Здоровье - важнейший фактор работоспособности и гармонического развития человеческого, а особенно детского организма. Понятие здоровья в настоящее время рассматривается не только как отсутствие заболевания, болезненного состояния, физического дефекта, но и состояние полного социального, физического и психического благополучия. В воспитательном процессе школы все психолого-педагогические технологии, программы, методы должны быть направлены на воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Состояние здоровья ребенка может стать причиной его отставания в интеллектуальном развитии. Негативные последствия этого как для него самого, так и для отношений, складывающихся между ним и членами семьи, так или иначе, отражаются на состоянии всего общества. Нынешнее состояние здоровья и уровень заболеваемости детей вызывают серьезные опасения. Так только 30 % детей, поступивших в школу, является практически здоровыми, а с возрастом и этот показатель уменьшается. В последнее время в условиях сложной экономической и социальной обстановки в обществе школа становится определяющей в плане возможностей ребенка адаптироваться к условиям и требованиям современной жизни.

Данная программа призвана помочь семье восстановить здоровье каждого конкретного ребенка через комплекс оздоровительных мероприятий и организацию экскурсионно-туристической и досуговой деятельности. Данная программа по своей направленности является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

Важное место в программе уделено профессиональной ориентации школьников, которая всегда рассматривалась и наукой, и практикой как важнейшая составляющая школьного образования.

Ранний или поздний выбор профессии, как правило, не сказывается на профессиональных успехах, они могут быть значительными или незначительными от того, насколько рано или поздно происходит окончательное профессиональное самоопределение.

В помощь детям, правильно решить проблему профессионального выбора, в программу включены мероприятия, чтобы появилась возможность развивать профессиональных интересы, склонности, способности, а также оказывалось благотворное влияние на развитие индивидуальной и личностной сфер обучающихся.

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение лагерной смены.

Основной состав лагеря — это учащиеся образовательных учреждений города Дубны в возрасте 7–15 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, и из семей, имеющих родителей-пенсионеров, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется по возрастным отрядам численностью по 16–18 человек.

**Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:**

- ✓ Конвенцией ООН о правах ребенка;
- ✓ Конституцией РФ;
- ✓ Законом РФ «Об образовании» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- ✓ Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 г. № 124-ФЗ;
- ✓ Трудовым кодексом Российской Федерации от 30.12.2001г. №197-ФЗ;
- ✓ Федеральным законом «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96г. №2-ФЗ;
- ✓ Приказом «Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха». Приказ Министерства образования РФ от 13.07.2001г. №2688.

### **Концепция программы**

Россия вошла в третье тысячелетие, имея в запасе как несомненные достижения в науке, искусстве, так и проблемы в различных областях общественной жизни (загрязненная экология, хронические заболевания и т. д.).

Истина гласит, что только здоровый человек с хорошим самочувствием, психологической устойчивостью, высокой нравственностью способен активно жить, успешно преодолевая различные трудности и достигая успехов в любой деятельности. Поэтому родителей, педагогов волнуют вопросы воспитания здорового, физически крепкого ребенка и развития в нем творческих способностей.

Развитию творческого потенциала детей уделяется большое значение. При отсутствии целенаправленного педагогического воздействия на развитие творческих способностей происходит их угасание

Доказано, что, если ребенок болен, он не может отдать все свои силы на созидание, на преодоление задач, связанных с творческой деятельностью.

Необходимо также учитывать, что на состояние здоровья влияет такой фактор, как социальная среда.

Понятие «здоровый образ жизни» необходимо закладывать еще в детстве. По опросам детей, родители многих из них ищут спасение в медикаментах, недооценивая силу воздействия на организм и эффективность таких факторов, как двигательная активность, закаливание и др.

По результатам анкетирования все воспитанники образовательного учреждения считают, что здоровье важно для будущего поколения.

Учитывая все вышесказанное, цель и задачи программы, следующие:

**Цель:** создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценный отдых детей, их оздоровление и творческое развитие

**Задачи:**

- ✓ Организовать систему оздоровительных мероприятий, связанных с профилактикой распространенных заболеваний у детей;
- ✓ Способствовать укреплению навыков к здоровому образу жизни;
- ✓ Раскрыть творческий потенциал детей;
- ✓ Развитие умения конструктивной коммуникации, а также работы в команде;
- ✓ Провести ряд профориентационных мероприятий: познакомить с профессиями, обобщить у учащихся знания о сферах трудовой деятельности, профессиях, карьере;
- ✓ Развить различные формы общения в разновозрастных группах.

#### **Основное содержание программы:**

№ п/п	Название блока	Краткое описание
1	Здоровым быть модно	Занятия с элементами тренинга, беседы по профилактике вредных привычек, употребления ПАВ; проведение утренней зарядки, спортивных мероприятий, различного рода соревнований
2	Необычное в обычном	Занятия с элементами тренинга по развитию творческих способностей, навыков общения, умения принимать себя и других такими как есть, развитие толерантности
3	Радуга талантов	Конкурсные мероприятия, посещение музеев, РЦ «Юность», библиотеки, организация концертов, участие в городских мероприятиях

#### **Механизм реализации программы**

**I. Подготовительный этап включает:**

- ✓ подбор кадров;
- ✓ комплектование отрядов;
- ✓ разработка и подготовка документации.

## **II. Организационный этап включает:**

- ✓ выявление и постановка целей развития детского коллектива и личности;
- ✓ сплочение отрядов;
- ✓ формирование законов, правил и условий совместной работы;
- ✓ подготовка к дальнейшей деятельности по программе.

## **III. Основной этап включает реализацию основных положений программы.**

Родители, дети, педагоги, общественные организации – организаторы программы:

- ✓ познают, отдыхают, трудятся;
- ✓ делают открытия в себе, в окружающем мире;
- ✓ помогают в проведении мероприятий;
- ✓ учатся справляться с отрицательными эмоциями, преодолевать трудные жизненные ситуации;
- ✓ развивают способность доверять себе и другим;
- ✓ укрепляют свое здоровье.

Во время реализации программы воспитанники оформляют отрядный уголок с тематикой здорового образа жизни, выставку рисунков.

## **IV. Заключительный этап.**

Психолого-педагогический анализ результатов работы лагеря.

### **Сведения об организаторах программы**

#### **Кадровое обеспечение**

Автор и организатор программы педагог-психолог высшей категории Наталья Юрьевна Гребенюк.

Оздоровление и развитие детей в значительной степени зависит от знаний, умений и подготовленности к работе тех взрослых, которые организуют жизнедеятельность лагеря.

В реализации программы участвуют опытные педагоги, педагог-психолог МБОУ Гимназия №3, медицинский работник.

#### **Сроки и условия пребывания**

Программа реализуется в течение одной лагерной смены.

#### **Ожидаемые результаты**

1. Внедрение эффективных форм организации отдыха, оздоровления и занятости детей.
2. Улучшение психологической и социальной комфортности в едином воспитательном пространстве лагеря.
3. Укрепление здоровья воспитанников.
4. Развитие творческой активности каждого ребенка.
5. Укрепление связей между разновозрастными группами детей.
6. Расширение знаний о профессиях, обобщение у учащихся знания о сферах трудовой деятельности, профессиях, карьере.
7. Развитие умения конструктивной коммуникации, а также работы в команде. познакомить с профессиями.

## План мероприятий

Детского оздоровительного лагеря «Радуга» с дневным пребыванием детей и подростков  
на базе МБОУ «Гимназия №3 г. Дубны Московской области» на 1 смену 2022 г.

		<p><b>01 июня (среда)</b> <u><b>День знакомств</b></u> 1. Встреча детей 2. Знакомство с Уставом лагеря 3. Инструктаж по ТБ на территории лагеря 4. Экскурсия по территории лагеря 5. Игровая программа «Давайте, познакомимся!»</p>	<p><b>02 июня (четверг)</b> <u><b>День Радуги</b></u> 1. Торжественная линейка, посвящённая открытию 1 лагерной смены 2. Экскурсия в лес, спортивные игры 3. Подготовка к конкурсу отрядных газет</p>	<p><b>03 июня (пятница)</b> <u><b>День ГИБДД</b></u> 1. Мозговой штурм «Наши правила!» 2. Инструктаж по ПДД 3. Игра-викторина «Серьёзный разговор о безопасности на дорогах»</p>
<p><b>06 июня (понедельник)</b> <u><b>День охраны окружающей среды</b></u> 1. Беседа-презентация «Мы за здоровый образ жизни!» 2. Тренировочная эвакуация в целях обеспечения пожарной безопасности 3. Подготовка к конкурсу отрядных газет 4. Беседа об экологии. Трудовой десант!</p>	<p><b>07 июня (вторник)</b> <u><b>День спорта</b></u> <u>Международный день друзей</u> 1. Торжественная линейка «Салют, Спартакиада!» Минутка здоровья «Закаляйся» 2. Игра - викторина по противопожарной безопасности «Спички, дети, не игрушки!» 3. «Весёлые старты»</p>	<p><b>08 июня (среда)</b> <u><b>День Семьи</b></u> 1. Посещение кружков 2. Игра по станциям, посвящённая Дню Семьи! 3. Конкурс рисунков «Моя Семья!» 4. Подготовка ко Дню Фотографа</p>	<p><b>09 июня (четверг)</b> <u><b>День смеха</b></u> 1. Конкурс пантомим 2. Фестиваль улыбки Конкурс переделанных песен 3. Подготовка ко Дню Моды</p>	<p><b>10 июня (пятница)</b> <u><b>День Фотографа</b></u> 1. Конкурс фотографии и рисунков на асфальте «Широка страна моя родная!» 2. Презентация о Дубне 3. Турнир по футболу для мальчиков</p>
<p><b>13 июня (понедельник)</b> <b>День России</b></p>	<p><b>14 июня (вторник)</b> <u><b>День моды</b></u> 1. Шоу от кутюр «Империя мод» 2. Ярмарка рисунков и поделок</p>	<p><b>15 июня (среда)</b> <u><b>День Спорта</b></u> 1. Работа над отрядными проектами 2. Соревнования по лёгкой атлетике 3. Подготовка к дням психологии в лагере</p>	<p><b>16 июня (четверг)</b> <u><b>День Варенья</b></u> 1. Забор «Радуга настроения» 2. Игра «Учимся дружить, рисуя вместе строить отношения» 3. Конкурс «Самое вкусное варенье: всё о варенье и не только!»</p>	<p><b>17 июня (пятница)</b> <u><b>День психологии</b></u> 1. Час психологической игры 2. Игры и занятия по интересам</p>

<p><b>20 июня (понедельник)</b> <b><u>День здоровья</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лекция «Что такое здоровье и ЗОЖ?»</li> <li>2. Конкурс рисунков «Если хочешь быть здоров...»</li> <li>3. Спортивные мероприятия «Твоё здоровье в твоих руках»</li> </ol>	<p><b>21 июня (вторник)</b> <b><u>День Пожарного Надзора</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беседа и презентация о службу 112</li> <li>2. Конкурс рисунков на асфальте «Миру мир!»</li> <li>3. Экскурсия в пожарную часть</li> <li>3. Соревнования по футболу</li> </ol>	<p><b>22 июня (среда)</b> <b><u>День Памяти</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Торжественная линейка, посвящённая ВОВ</li> <li>2. Посещение мемориала Славы в парке города</li> </ol> <p>Поход в конюшню. Инструктаж по ТБ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Катание на лошадях.</li> <li>3. Наблюдение за баранами, осликами</li> <li>4. Минутка здоровья «Закаляйся»</li> </ol>	<p><b>23 июня (четверг)</b> <b><u>День признаний</u></b> <b><u>День творчества</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Письмо-признание в любви (лагерю, другу, вожатому и т. п.)</li> <li>2. Экскурсия в лес</li> <li>3. Выставка поделок, рисунков.</li> <li>4. Анкетирование «1 смена в лагере».</li> <li>5. Минутка здоровья «Закаляйся»</li> </ol>	<p><b>24 июня (пятница)</b> <b><u>День молодёжи и спорта</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Викторина «Правила этикета среди молодёжи»</li> <li>2. Соревнования волейболу</li> <li>3. Соревнования по футболу.</li> <li>3. Минутка здоровья «Закаляйся»</li> <li>4. Развлекательная программа в честь закрытия лагерной смены, проводит фирма «Белка»</li> </ol>
<p><b>27 июня (понедельник)</b> <b><u>Закрытие лагеря</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Торжественная линейка</li> <li>2. Вручение памятных грамот и подарков</li> </ol>	<p>Также в течение смены запланированы следующие мероприятия, даты которых не определены: ШОУ мыльных пузырей, Бумажное ШОУ, планетарий, театральное представление, посещение кинотеатра, выставка художников г. Дубны, ДК «Октябрь», мастер-класс ЭБРУ, посещение бассейна по расписанию, посещение кружков Центра «Дружба» по расписанию</p>			

## Список литературы

1. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю., Кипарис-2: Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. – М.: Педагогическое общество России, 2002.
2. Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Волгоград: Учитель, 2007
3. Нещерет Л.Г. Хочу быть лидером! Выпуск 4.-Н. Новгород: изд-во ООО «Педагогические технологии», 2006.
4. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. С.И.Лобачева.Москва: ВАКО, 2007 г.
5. Учебник для вожатого. М.П.Кулаченко – Ростов на Дону: Феникс, 2008.
6. Голубев Н.К. Диагностика и прогнозирование воспитательного процесса. П., 1988.
7. Калениц Т.Н., Кейлина З.А. Внеклассная и внешкольная работа с учащимися. М.,: Просвещение, 1980.
8. Лобачева С.И. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. Москва: ВАКО, 2007 г.
9. Радюк Е.А. Игровые модели досуга и оздоровления детей.- Волгоград: Учитель, 2008г.
10. Трепетунова Л.И. и др. Летний оздоровительный лагерь: массовые мероприятия. – Волгоград: Учитель – 2007г.
11. Филимонов А.П., Сперанская Н.И. Комплексная программа организации отдыха и оздоровления детей и подростков «Итоги пятилетки: Люди. Цифры. События». Вариант 2011. Практико-ориентированная монография. Тюмень, 2011.
12. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М., 1993.
13. Шмаков С.А., Безродова Н. От игры к самовоспитанию. Сборник игр. М.; Новая школа. 1993.
14. Шмаков С.А. Ее величество— игра. М., 1992.
15. Шуркова Н.Е., Питюков В.Ю. и др. Новые технологии воспитательного процесса. М., 1994.