



УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Муки-Каксинская ООШ»

*В.В.Юминов*  
В.В.Юминов  
«13» 05 2025 г.

**ПРОГРАММА  
ДЕТСКОГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ  
с дневным пребыванием детей в период летних каникул  
при МКОУ «Муки-Каксинская ООШ»**

***«Непоседы»***

Разработчик: **Максимова Т.Н.**,  
учитель русского языка и литературы.

## Информационная карта программы

1	Полное название программы	Программа детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей в период летних каникул при МКОУ «Муки-Каксинская ООШ» «Непоседы»
2	Цель программы	Организация отдыха и оздоровления обучающихся в летний период
3	Направление деятельности	спортивно-оздоровительная деятельность художественно – творческая деятельность познавательная деятельность гигиеническое воспитание
4	Содержание программы	Мероприятия, реализующую программу; ожидаемые результаты и условия реализации; приложения
5	Автор программы	Максимова Т.Н. учитель русского языка и литературы
6	Образовательное учреждение	муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Муки-Каксинская основная общеобразовательная школа»
7	Адрес, телефон	УР Сюмсинский район, село Муки-Какси, улица Колхозная, 2а Рабочий телефон: 5-01-89
8	Место реализации	МКОУ «Муки-Каксинская ООШ», УР Сюмсинский район, село Муки-Какси, улица Колхозная, 2а
9	Количество детей в группе Количество сезонов Возраст обучающихся	10 1 с 6,5 до 12 лет дети из с. Муки-Какси и ст. Сюрёк Сюмсинского района
10	Сроки проведения	02.06.2025 г. по 30.06.2025г.

## Пояснительная записка.

“В воспитании нет каникул” – эта педагогическая формула становится правилом при организации детского летнего отдыха, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребенка. Природно-климатические, социально-экономические условия не дают современному ребенку возможности гармонично развиваться. Нервные переживания, стрессы, учебные перегрузки, дистанционное обучение, новые условия деятельности, связанные с появлением и распространением коронавирусной инфекции и постоянно растущее при этом неблагоприятное влияние экологической ситуации приводит к истощению организма ребенка, частой его заболеваемости. Поэтому одной из главных задач нынешнего лета является – сохранение, восстановление и укрепление здоровья детей. Достаточно продолжительное время дети находились на дистанционном обучении, затем, в связи с ограничительными мерами сидели дома, были фактически предоставлены «сами себе». В условиях детского лагеря с дневным пребыванием, с соблюдением всех рекомендаций Роспотребнадзора по организации работы организаций отдыха детей и их оздоровления, в условиях сохранения рисков распространения COVID -19, создаются условия для отдыха и оздоровления детей с точки зрения организации деятельности во время, свободное от учебы. Именно в лагере ребенок заполняет свое свободное время полезными делами. В лагере ребята могут получить дополнительные знания, поправить свое здоровье и просто отдохнуть. Весь педагогический коллектив лагеря, медицинский работник ориентирует свою работу на развитие личности, деятельность их направлена на обеспечение духовного и физического благополучия ребенка, укрепление его здоровья. В деятельности и общении детей и педагогов культивируется сотрудничество, сотворчество, равноправие и равноценность личностных позиций всех участников программы.

Лето – наилучшая пора для общения с природой, постоянная смена впечатлений, встреча с неизвестными, подчас экзотическими уголками природы, здоровье. Это время, когда дети имеют возможность снять психологическое напряжение, накопившееся за год, внимательно посмотреть вокруг себя и увидеть, что удивительное – рядом.

В общении с природой заложен огромный потенциал для гармоничного развития личности. Активная экологическая работа, осуществляемая в летний период года, позволяет формировать у детей установку на диалоговое отношение к природе.

Одна из содержательных линий программы включает вопросы, связанные со здоровьем и безопасной жизнедеятельностью детей, и нацелена на формирование соответствующих умений и навыков. Наряду с овладением правилами гигиены, необходимо обучать умению ориентироваться в ситуациях, которые могут представлять опасность на улице, на дороге, при контактах с незнакомыми людьми, умению жить в новых условиях - в условиях сохранения рисков распространения COVID -19

**Центром воспитательной работы** лагеря является ребенок и его стремление к реализации. Пребывание здесь для каждого ребенка – время получения новых знаний, приобретения навыков и жизненного опыта. Это возможно благодаря продуманной организованной системе планирования лагерной смены.

## Цель и задачи программы

**Цель программы:** Создание условий по организации работы детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей, в условиях сохранения рисков распространения COVID – 19, для организованного отдыха и оздоровления учащихся в летний период, укрепления физического, психического и эмоционального здоровья детей, развития творческих способностей детей.

### Задачи:

1. Создание условий для организованного отдыха детей.
2. Укрепление здоровья, содействие полноценному физическому и психическому развитию детей.
3. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.
4. Формирование культурного поведения, санитарно-гигиенической культуры.
5. Развитие потребности и способности ребёнка проявлять своё творчество.
6. Формирование положительного отношения родителей к работе органов школьного самоуправления и привлечение их к участию в этой деятельности.

### Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены:

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

**2. Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям учащихся и типу ведущей деятельности:** Результатом деятельности воспитательного характера в летнем оздоровительном лагере является сотрудничество ребёнка и взрослого, которое позволяет воспитаннику лагеря почувствовать себя творческой личностью.

**3. Принцип демократичности:** Участие всех детей и подростков в программе развития творческих способностей.

**4. Принцип дифференциации воспитания:** Дифференциация в рамках летнего оздоровительного лагеря предполагает:

- отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей;
- создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены (дня);
- взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;
- активное участие детей во всех видах деятельности.

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

### Направления деятельности

- спортивно-оздоровительная деятельность – деятельность, направленная на овладение навыками укрепления собственного здоровья (минутки здоровья, закаливание, спортивные праздники, соревнования, экскурсии, подвижные игры и в соответствии с требованиями СанПин и методических рекомендаций Роспотребнадзора)
- художественно – творческая деятельность – активизация творческого мышления, интеллектуальное, физическое, социальное развитие ребёнка (проведение интеллектуальных игр, сюжетно-ролевых игр, игры на общение, взаимодействие, обучающих игр в соответствии с требованиями СанПин и методических рекомендаций Роспотребнадзора).
- познавательная деятельность (викторины, исследовательская работа и др.)
- гигиеническое воспитание (в соответствии с требованиями СанПин и методических рекомендаций Роспотребнадзора)

### **Материально – техническое обеспечение:**

1. Спортивный инвентарь – мячи, маты, футбольные ворота, волейбольная сетка, ракетки, скакалки, обручи.
2. Канцелярские принадлежности – пластилин, фломастеры, ручки, карандаши, гуашь, акварель, бумага для рисунков и творчества, раскраски, тетради
3. Видеотехника и аудиоматериалы;
4. Призы и награды для стимулирования.

### **Этапы реализации программы:**

#### ***1) Подготовительный этап.***

Этот этап характеризуется тем, что до открытия пришкольного летнего оздоровительного лагеря начинается подготовка к летнему сезону. Деятельностью этого этапа является:

- проведение совещаний с коллективом при директоре 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.
- подготовка методического материала для работников лагеря;
- отбор кадров для работы в пришкольном летнем оздоровительном лагере;
- подготовка необходимой документации для деятельности лагеря.

#### ***2) Организационный этап смены.***

Основной деятельностью этого этапа является:

- встреча детей, обязательные инструктажи по правилам поведения, по защите жизни и здоровья, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;
- запуск программы «Непоседы»
- формирование органов самоуправления,
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

#### ***3) Основной этап смены:***

- реализация основной идеи смены;
- вовлечение детей в различные виды деятельности, способствующие самореализации ребенка, сохранению и укреплению его здоровья;

#### ***4) Заключительный этап смены.***

Основной идеей этого этапа является:

- подведение итогов смены;
- анализ деятельности летнего оздоровительного лагеря, внесение предложений для эффективной деятельности летнего оздоровительного лагеря в последующие

### **Условия реализации программы**

*Нормативно-правовые условия:*

- Закон «Об образовании в Российской Федерации», Конвенция о правах ребенка;
- Устав МКОУ «Муки – Каксинская ООШ»;
- Положение о пришкольном оздоровительном лагере;
- Правила внутреннего распорядка пришкольного оздоровительного лагеря;
- Правила по технике безопасности, пожарной безопасности;

- Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в школьном оздоровительном лагере;
- Инструкции по технике безопасности при проведении различных мероприятий в лагере – спортивных, экскурсий, выездов и т.д.
- Приказы УО;
- Должностные инструкции работников;
- Санитарные правила и нормы;
- Рекомендации Роспотребнадзора по организации работы организаций отдыха детей и их оздоровления, в условиях сохранения рисков распространения COVID-19
- Заявления от родителей;
- Акт приемки лагеря.

### Кадровое обеспечение

<b>Ф.И.О. педагогов, специалистов</b>	<b>Образование, должность</b>	<b>Обязанности</b>
Юминов В.В. – начальник лагеря	Образование высшее, учитель физической культуры	Осуществление руководства, техника безопасности, питание
Астраханцева Т.В. – воспитатель	Образование высшее, учитель начальных классов	Проведение мероприятий
Филимонов А.Л.- воспитатель	Образование высшее, учитель математики	Проведение мероприятий
Максимова Т.Н. - воспитатель	Образование высшее, учитель русского языка и литературы	Проведение мероприятий
Юминов В.В.. – спортивный организатор	Образование высшее, учитель физкультуры	Проведение мероприятий, спортивных часов, зарядки
Малых А.Е. – музыкальный руководитель	Средне – специальное, учитель музыки	Организация фестивалей, клубных часов

### Педагогические условия:

- добровольность включения детей в разработку, подготовку общих дел, в организацию жизни лагеря;
- сочетание индивидуального и коллективного включения детей в различные виды деятельности (творческие, развивающие, интеллектуальные);
- систематическое информирование о результатах состязаний, конкурсов, об условиях участия в том или ином деле;
- организация различных видов стимулирования детей и взрослых;
- многообразие предлагаемых видов деятельности (право выбора посильного участия в деле);
- отбор педагогических средств с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, способствующих обеспечению успешной самореализации ребенка;
- создание ситуации успеха в избранных ребенком видах деятельности, индивидуальное и публичное поощрение достигнутого;
- создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой.

## Содержание программы

### Организационно-педагогическая деятельность

- комплектование штата лагеря кадрами
- участие в семинарах по организации летнего отдыха для начальников лагерей
- совещание при директоре, зам. директора по воспитательной работе по организации летнего отдыха учащихся
- проведение инструктажей с воспитателями по технике безопасности и охране здоровья детей
- проведение родительских собраний «Занятость учащихся летом»

### Оздоровительная работа

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

- осмотр детей медицинским работником до поступления в лагерь и после;
- утренняя гимнастика;
- принятие солнечных и воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере в светлое время суток);
- обливание водой ножек;
- хождение босиком по песку и камешкам;
- организация здорового питания детей;
- организация спортивно-массовых мероприятий:
- спортивный праздник;
- соревнования по лёгкой атлетике;
- спортивные эстафеты;
- подвижные спортивные игры

### Гигиеническое воспитание

Работа детского оздоровительного лагеря должна выстраиваться прежде всего с учетом основной задачи – оздоровления школьников, избегания разного рода рисков.

#### Питание

Для оздоровления детей и подростков в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием организовано двухразовое питание с учетом физиологических потребностей растущего детского организма. На основании норм питания технологом Управления Образования Администрации МО «Сюмсиснский район» составлено примерное меню на 21 день, организован питьевой режим, обеспечивающий безопасность качества питьевой воды, которая должна отвечать требованиям санитарных норм и правил.

Контроль за состоянием фактического питания, выполнением натуральных норм, за санитарно-гигиеническим состоянием пищеблока, а также анализ качества питания возлагается на медицинского работника, закрепленного Приказом обслуживающей медицинской организации.

#### Личная гигиена

Личная гигиена – это важнейшее средство активного отношения человека к своему здоровью.

Гигиеническое воспитание детей и подростков – это комплексная и многоплановая деятельность, которая должна основываться на обучении правилам личной гигиены (гигиена кожи, ротовой полости, волос, обуви, одежды). Важно подбирать разнообразные

и интерактивные формы подачи информации с учетом специфики детской аудитории. Для этого проводятся ежедневные «Минутки Здоровья», прописанные в плане мероприятий на каждый день. В новых условиях, в целях профилактики COVID-19 и прочих заболеваний, контроль за качественным проведением инструктажей, профилактических мероприятий усиливается.

Хорошо организованная гигиеническая среда в лагере – одна из основных предпосылок успеха гигиенического воспитания и условия здоровьесбережения.

#### **Физическое воспитание**

Значительное место в укреплении здоровья детей в лагере должно принадлежит физическому воспитанию.

Физкультурно-оздоровительная работа включает следующие мероприятия: утренняя гимнастика, закаливающие процедуры, подвижные игры и занятия различными видами физической подготовки, спорт, прогулки, экскурсии, спортивные соревнования и праздники в соответствии с требованиями СанПин и методических рекомендаций Роспотребнадзора.

Физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

Утренняя гигиеническая гимнастика и спортивные мероприятия проводится ежедневно на открытом воздухе, а в дождливую погоду - в хорошо проветриваемом спортивном зале.

Закаливающие процедуры включают зарядку, занятия физкультурой, воздушные ванны.

При организации закаливания реализуются основные гигиенические принципы: постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

Воздушные ванны рекомендуется начинать при температуре воздуха не ниже 18 °С. Продолжительность первых процедур не более 15 - 20 минут. Прием воздушных ванн рекомендуется сочетать с ходьбой, подвижными играми, физическими упражнениями, общественно полезным трудом.

Не допускаются занятия без головных уборов.

#### **Профилактика инфекционных заболеваний**

Все сотрудники детского оздоровительного лагеря должны в обязательном порядке пройти профилактические осмотры. Данные о прохождении медицинских осмотров зафиксированы в личных медицинских книжках. Дети принимаются в детский оздоровительный лагерь при наличии положительного заключения медицинского работника.

Лиц, являющихся носителями возбудителей инфекционных болезней, если они могут явиться источниками распространения инфекционных болезней, изолируют в специально приспособленный на период работы детского оздоровительного лагеря ИЗОЛЯТОР.

Лица, общавшиеся с больным, подлежат медицинскому наблюдению и экстренной профилактике. Эвакуация (транспортирование) больных в инфекционные больницы (отделения) осуществляется специальным санитарным транспортом в сопровождении медицинского работника.

Во время работы на территории детского оздоровительного лагеря не допускается пребывание посетителей.

#### **Профилактика травматизма**

Работа по предупреждению травматизма должна идти в двух направлениях:

1. Устранение травмоопасных ситуаций;
2. Систематическое обучение детей основам профилактики травматизма. Важно при этом не развивать у ребенка чувства робости и страха, а, наоборот, внушить ему, что опасности можно избежать, если вести себя правильно.

## **Эффективность профилактической деятельности медицинского работника и педагогического состава**

Эффективность просветительной и воспитательной работы по формированию ЗОЖ у детей в процессе летнего оздоровительного отдыха в детских оздоровительных лагерях во многом будет зависеть от способствующих этому условий, от активного участия в этом процессе самих воспитанников и от умения воспитателей, педагогов и вожатых обучать социальным и здоровью берегающим навыкам через игру, проигрывание и переживание ситуации.

При этом необходимо убедительно показывать и раскрывать значимость ЗОЖ для успешного будущего воспитанников, а также мотивировать их к сохранению своего здоровья.

Правильно организованная работа в летнем оздоровительном лагере даст возможность закрепить имеющиеся гигиенические навыки и приобрести новые, воспитает у детей чувство ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих, поможет закалить организм детей и подростков, укрепит их здоровье перед новым учебным годом.

### **План профилактической работы в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей в период летних каникул при МКОУ «Муки-Каксинская ООШ»**

<b>Профилактическая работа с детьми</b>	
Содержание работы	Ответственные
1.Оформить в лагере «Уголок здоровья», разместить необходимые инструктажи по правилам использования локтевых дозаторов, правилам организации питьевого режима, правилам использования питьевого фонтанчика	Воспитатели
2.Подготовить и провести с воспитанниками мероприятия по медико-гигиеническому воспитанию и формированию ЗОЖ	Медицинский работник Воспитатели
3.Выпустить санитарные газеты, санбюллетени	Медицинский работник Воспитатели
4.Провести беседы с детьми на темы: значение режима для здорового отдыха; личная гигиена; гигиена физических упражнений и спорта; профилактика детского травматизма; профилактика COVID-19, профилактика кишечных инфекций; профилактика отравлений ядовитыми растениями и грибами; профилактика респираторных инфекций; правильное питание; польза закаливания.	Медицинский работник  Воспитатели
<b>Работа с обслуживающим персоналом</b>	
Содержание работы	Ответственные
1.Провести беседы с персоналом детского оздоровительного лагеря о профилактике инфекционных заболеваний, профилактике COVID-19	Медицинский работник
2.Провести беседы с работниками пищеблока о профилактике пищевых отравлений, инфекционных заболеваний, профилактике COVID-19	Медицинский работник
3.Провести беседы с воспитателями: значение режима для здорового отдыха; личная гигиена; гигиена физических упражнений и спорта; профилактика детского травматизма; профилактика кишечных инфекций; профилактика отравлений ядовитыми растениями и грибами; профилактика респираторных	Медицинский работник

## Профилактические мероприятия и мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций и охране жизни детей в летний период

**Инструктажи для детей:** «Правила профилактики в условиях сохранения рисков распространения COVID-19», «Правила пожарной безопасности», «Правила поведения детей при прогулках и походах», «Правила при поездках в автотранспорте», «Безопасность детей при проведении спортивных мероприятий» и др.

- **Беседы:** «Мой рост, мой вес», «О вреде наркотиков, курения, употребления алкоголя», «Друзья Мойдодыра и наше здоровье», «Как поднять настроение?», «Значение спорта в жизни человека», «Что делать, чтобы тебя не укусили, поцарапали, ужалили, лягнули, забодали, заразили. И что делать, если это всё-таки случилось», «Чтоб был «нюх как у собаки, а глаз как у орла.», «Чем вредно переедание», «Солнечный и тепловой удар. Первая помощь при солнечно ми тепловом ударе», «Чтоб всегда красивым быть, надо...», «Чтоб сон был крепким», «Твой режим дня на каникулах», «Как избежать травм», «Зеленая аптечка», «Как снять усталость ног», «Как ухаживать за кожей» «Закаливание». «Вредные привычки и их последствия для организма».

- **Инструкции по основам безопасности жизнедеятельности:** «Один дома», «Безопасность в доме», «Правила поведения с незнакомыми людьми», «Правила поведения и безопасности человека на воде», «Меры доврачебной помощи»;

- **Мероприятия для развития творческих способностей:**

Оформление отрядных уголков, стенных газет, ярмарка идей и предложений; загадки, кроссворды, ребусы, викторина «Смекалка, эрудиция и смех – неотъемлемый успех!», «Эрудит – шоу», конкурс – игра «Весёлые минутки», танцевального конкурс врунов, интеллектуальная игра «Разноцветная капля», конкурс – игра «Слабое звено»; творческий конкурс «Я составляю Ваш портрет», конкурсная программа «Спортивная толкучка», конкурс красавиц «Звезда Востока», турнир почти настоящих рыцарей, конкурс реклам, концерт и др.

- **Развлекательные мероприятия:** игровая программа «Покори океан», «День приколов», театрализованные игры «Ералаш», конкурс «Самый, самый, самый...» и т.д.

- **Деятельность по привитию навыков самоуправления:** Выявление лидеров, генераторов идей;

- Распределение обязанностей в отряде;
- Закрепление ответственных по различным видам поручений;
- Дежурство по столовой, игровым площадкам

### Аналитическая деятельность по работе программы «Непоседливое лето»

- Предварительный сбор данных на воспитанников летнего оздоровительного лагеря
- Цветовой опросник «Букет настроения» (каждый день дети разукрашивают лепесток цветка в цвет своего настроения)
- Анализ лагерных мероприятий летнего оздоровительного лагеря
- Анализ анкет детей и родителей по окончании смены;
- Анализ работы летнего оздоровительного лагеря в заключительный день работы.

### Смета расходов

Смета расходов	Сумма	На 1-го человека	Источники
Приобретение канцелярских товаров	2000.00	200.00	Родительские взносы
Приобретение призов для проведения мероприятий	2000.00	200.00	Родительские взносы
Посещение учреждений	5400.00	540.00	Родительские взносы

культуры			
Питание обучающихся	45150.00	215.00 в день на человека	Средства бюджета

### Критерии эффективности программы:

- постановка реальных целей и планирование результата программы;
- заинтересованность педагогов в реализации программы;
- благоприятный психологический климат в детском и взрослом коллективах, удовлетворенность детей предложенными разнообразными видами деятельности, формами работы;
- творческое сотрудничество педагогов и детей;
- желание участвовать в работе лагеря на следующий год.

### Ожидаемые результаты выполнения программы деятельности лагеря

1. Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья
2. Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.
3. Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности.
4. Развитие коммуникативных способностей и толерантности.
5. Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.
6. Приобретение новых знаний и умений в результате занятий в кружках (разучивание песен, игр, составление проектов)
7. Расширение кругозора детей.
8. Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.
9. Личностный рост участников смены.

### Список использованной литературы.

Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. Москва. Новая школа. 2009  
 Фокель К. Как научить детей сотрудничеству. Москва. «Генезис». 1998

Афанасьев С.П. .300 творческих конкурсов. С.-Петербург. Издательство МЦ «Вариант». 2008

Я- вожатый. Методическое пособие. Иркутск. 2006

Яковлев С.А. «Современный вожатый». Москва. Новая школа. 2007

Интернет-ресурсы : детский образовательный портал «Солнышко» и др.

**План работы детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей в период летних каникул при МКОУ «Муки-Каксинская ООШ»**

Дата	Мероприятия
<p>02.06.2025 г. <b>День знакомства</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка. Инструктаж по правилам поведения в лагере, ПДД, ППБ.</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Музыкальный час</li> <li>- Час знакомства «Расскажи мне о себе».</li> <li>- Обустройство штаба.</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Библиочас</li> <li>- Прогулка</li> <li>- Подведение итогов дня. Линейка.</li> </ul>
<p>03.06. 2025г. <b>День талантов</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья «Чтоб всегда красивым быть, надо...»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Конкурсная программа « Таланты, ау! »</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Клубный час</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
<p>04.06.2025г. <b>День танца</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Национальные и народные танцы</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Библиочас «Танцевальный флешмоб»</li> <li>- Прогулка</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
<p>05.06.2025 г. <b>День Эколога</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья «Чтоб всегда красивым быть, надо...»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Спортивно-развлекательное мероприятие «Лесное путешествие»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Поездка в парк «Дикий»</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
<p>06.06.2025 г. <b>День сказок Пушкина</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Минутки здоровья «Профилактика COVID -19»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Конкурсная программа «В гостях у Пушкина»</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Игровая программа «Там на неведомых дорожках» (поездка в модельную библиотеку с. Кильмезь)</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
09.06.2025 г. <b>День Правил дорожного движения</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Минутки здоровья «Береги своё здоровье и здоровье окружающих?»</li> <li>- Завтрак</li> <li>-Музыкальный час</li> <li>- Игра «Правила дорожного движения»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Библиочас</li> <li>- Прогулка.</li> <li>-Подведение итогов дня</li> </ul>
10.06.2025г. <b>День ОБЖ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Игровая программа «Твоя безопасность»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Клубный час</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
11.06.2025 г. <b>День семьи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Викторина «Семейные традиции»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Библиочас</li> <li>- Конкурс рисунков на асфальте «Моя семья»</li> <li>- Акция «Окна России»</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
12.06.2025г. <b>День России</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутка здоровья «Чтоб сон был крепким»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Познавательная программа «Это ты, моя Россия»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Клубный час</li> <li>- Конкурс рисунков на асфальте «Я люблю тебя Россия»</li> <li>- Народные игры.</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
13.06.2025 г. <b>День фантазеров.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Минутки здоровья «Друзья Мойдодыра и наше здоровье»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Конкурсная программа « Самый лучший фантазер»</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивное состязание фантазёров.</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Прогулка</li> <li>-Подведение итогов дня, линейка.</li> </ul>
16.06.2025 г. <b>День дружбы.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Минутки здоровья «Друзья Мойдодыра и наше здоровье»</li> <li>- Завтрак</li> <li>-Музыкальный час</li> <li>- Конкурсная программа « Самый лучший друг»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>-Обед</li> <li>- Библиочас</li> <li>-Прогулка</li> <li>-Подведение итогов дня, линейка.</li> </ul>
17.06.2025 г. <b>День юмора</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья. «Чтоб был «нюх как у собаки, а глаз как у орла.»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Творческие миниатюры «Живем с юмором!».</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Клубный час.</li> <li>-Прогулка</li> <li>- Подведение итогов дня.</li> </ul>
18.06.2025 г. <b>День Юного пожарного</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Конкурс рисунков «Детям спички брать нельзя!»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Библиочас</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
19.06.2025 г. <b>День Умников и умниц</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья «Как ухаживать за кожей»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- КВН по сказкам</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Клубный час</li> <li>- Прогулка</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
20.06.2025 г. <b>День Памяти и скорби</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья « Береги здоровье смолоду »</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Конкурсная программа «Дорогами войны»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Конкурс букетов «Память»</li> <li>- Возложение букетов к памятнику «Никто не забыт, ничто не забыто»</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
<p>23.06.2025г. <b>День рекордов</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья «Мой рост и мой вес»</li> <li>- Завтрак</li> <li>-Музыкальный час</li> <li>- Книга рекордов Гиннеса.</li> <li>- Развлекательная программа «Слабо»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Библиочас</li> <li>- Трудовой десант</li> <li>- Подведение итогов дня.</li> </ul>
<p>24.06.2025 г. <b>День карнавала</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья «Твой режим дня на каникулах»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Конкурс карнавального костюма</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Клубный час</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
<p>25.06.2025 г. <b>День леди и джентльменов</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Минутки здоровья «Полезна ли косметика»</li> <li>- Подготовка к конкурсной программе «Мистер и мисс лагеря»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Библиочас</li> <li>- Конкурс «Мистер и мисс лагеря»</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
<p>26.06.2025 г. <b>День кладоискателей</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья «Закаливание»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Презентация «Клады и кладоискатели мира»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Клубный час</li> <li>- Игра «Где собака зарыта»</li> <li>- Подведение итогов дня</li> </ul>
<p>27.06.2025 г. <b>День изобретателя</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приход детей</li> <li>- Утренняя линейка</li> <li>- Зарядка. Минутки здоровья «Вредные привычки и их последствия для организма»</li> <li>- Завтрак</li> <li>- Конкурс газет « О великих изобретателях»</li> <li>- Спортивный час</li> <li>- Обед</li> <li>- Конкурс поделок «Мастер на все руки»</li> <li>- Прогулка</li> </ul>

	- Подведение итогов дня
30.06.2023г. День прощания	- Приход детей - Утренняя линейка - Зарядка - Завтрак -Музыкальный час - Анкетирование «Как я провел смену» - Спортивный час - Обед - Библиочас -Трудовой десант. - Итоговое мероприятие « В стране чудес» Подведение итогов лагеря. Награждение, инструктажи

## **Методические рекомендации проведения профилактического мероприятия открытая дискуссия на тему: «Личная гигиена – залог здоровья»**

**Цель мероприятия:** Сформировать осознанное отношения к здоровью и выработать гигиенические правила здорового образа жизни.

**Место проведения:** Актный зал.

**Целевая аудитория:** Дети среднего возраста.

**Формат:** «Открытый диалог». Спикеры могут подробно рассказать о разделах личной гигиены, а также правилах предупреждения заболеваний, сохранения и укрепления здоровья на индивидуальном уровне путем соблюдения гигиенических требований в повседневной жизни. Для закрепления материала организаторы могут провести заключительную викторину, в которой ребята покажут приобретенные знания.

**Основные тезисы:**

1. Гигиена кожи (функции кожи, роль в формировании здоровья, кожная микрофлора, основные правила гигиены кожи);
2. Гигиена ротовой полости (функции ротовой полости, роль в формировании здоровья, микрофлора ротовой полости, основные правила гигиены ротовой полости);
3. Гигиена волос (правила гигиены волос);
4. Гигиена нательного белья, верхней одежды и обуви (роль чистой одежды в личной гигиене, основные правила гигиены нательного белья, верхней одежды и обуви);
5. Гигиена спального места (важность чистоты постельного белья и спального места в формирование здоровья, основные правила гигиены спального места).

**Оборудование и технические средства:** Мультимедийное оборудование.

**Реквизит:** Презентация, плакаты.

**Результат:** Повышение уровня осведомленности молодежи об основных правилах личной гигиены, и как результат осознанное отношение к своему здоровью.

## **Методические рекомендации проведения профилактического мероприятия Брейн-ринг «Будь здоров»**

**Цель мероприятия:** Формирование у детей грамотного представления о здоровье, механизмах его поддержания, а также выработка необходимых навыков и умений по ведению здорового образа жизни.

**Место проведения:** Актный зал.

**Целевая аудитория:** Дети старшего возраста.

**Ход мероприятия:**

1. В соревнование по «Брейн-рингу» принимают участие 2 и более команд, в каждой команде не более 6 человек;
2. Перед началом соревнования каждая команда выбирает капитана и придумывает название;
3. Соревнование состоит из нескольких вопросных раундов;
4. Для поиска ответа командам отводится строго определенное время: 1 минута на 1 вопрос;
5. По окончании времени участники сдают бланки с письменным ответом жюри;
6. За каждый правильный ответ команда получает по 1 баллу;
7. После того, как все команды сдали бланки ответов, ведущий оглашает правильные ответы на каждый вопрос прошедшего раунда;
8. Подсчет баллов ведет жюри;
9. Объявление победителей делает один из членов жюри.

**Содержание каждого раунда:**

### 1 раунд

- 1) Сколько граммов овощей и фруктов должен содержать ежедневный рацион? (400-500 грамм или 5 порций);
- 2) Среди многих худеющих распространен миф, что, если пропустить этот прием пищи похудение пойдет быстрее. А вот врачи с этим в корне не согласны. О каком приеме пищи речь? (ужин);
- 3) Это соединение может избыточно накапливаться в организме человека при чрезмерном употреблении животных жиров и жареной пищи (холестерин);
- 4) Данный вид соли является наиболее предпочтительным для приготовления блюд, так как позволяет снизить риск развития ряда заболеваний, в том числе кретинизма у детей (йодированная соль).

### 2 раунд

- 1) Физические активности=физические упражнения? (неверно; к физическим активностям относятся любые виды активностей, в том числе игра с детьми, уборка по дому, поход в магазин);
- 2) Рекомендуется ежедневно посвящать 30 минут физическим активностям средней интенсивности. Какие именно активности будут к этому относиться? (быстрая ходьба, танцы, работа по дому и хозяйству, игры во дворе и с детьми и др.);
- 3) Составьте общий план упражнений для утренней зарядки (упражнения главное начинать с постепенным вовлечением дополнительных групп мышц: начиная с головы, далее пояс верхних конечностей, туловище, пояс нижних конечностей).

### 3 раунд

- 1) Сахарным диабетом первого типа болеют преимущественно взрослые (неверно; развитию сахарного диабета первого типа преимущественно подвержены дети);
- 2) Продемонстрируйте наиболее частые признаки инсульта (невозможность поднять обе руки выше уровня плеч; человек не может улыбнуться; невозможность разборчиво произнести свое имя; опущен один из уголков рта);
- 3) Данный уровень артериального давления является верхней границей нормы (140/90 мм рт.ст.).

### 4 раунд

- 1) Болезненное влечение или пристрастие к веществам, употребляемым различными способами с целью добиться одурманивающего состояния или снять боль называется... (наркомания);
- 2) По каким признакам можно распознать, что человек принимает наркотики? (невнятность речи, замедленность, сильно расширенные или сильно суженные зрачки, изменение цвета кожи, агрессия, злоба, порезы и синяки, следы от уколов);
- 3) В связи с какой зависимостью кожа приобретает сероватый вид, становится обезвоженной, выглядит изможденно. Вследствие утраты эластичности увеличивается количество мимических морщин, возникают другие негативные последствия. (курение);
- 4) В связи с чем содержащийся в алкогольных напитках этанол, он же этиловый спирт, оказывает огромное негативное влияние на мозг подростка? (в подростковом возрасте мозг находится на стадии структурных и функциональных изменений, поэтому особенно уязвим для влияния химических веществ).

### 5 раунд

- 1) Физическая активность - это для людей «в расцвете лет». В моем возрасте мне не стоит об этом беспокоиться. Это неправда. Активный образ жизни с раннего возраста может способствовать профилактике многих болезней, регулярные движения и активность могут также способствовать выявлению нарушений функций и боли, связанной с этими состояниями. Важно то, что физическая активность полезна в любом возрасте и начинать регулярные занятия никогда не поздно;
- 2) Фруктовые свежевыжатые соки так же полезны, как и плоды и они прекрасная составляющая любого завтрака. Это неправда. В соках практически не содержится ценной клетчатки, а концентрация витаминов и минералов заметно падает. Именно поэтому предпочтение лучше отдать свежим плодам. А употребление свежевыжатых соков на

голодный желудок способствует повышенному выделению соляной кислоты желудков, что в будущем может негативно сказаться на деятельности желудочно-кишечного тракта;

3) В России наркотики делятся на легкие и тяжелые. Это неправда. Наркотиков, как и сигарет легких не бывает. Это различие встречается как в разговорной речи, а также в законодательстве некоторых стран. В медицине вообще нет деления наркотиков на легкие и тяжелые. Человеку, покурившему раз-другой марихуану, или приняв таблетку экстази начинает казаться, что в этом и нет ничего плохого. Но психологическая зависимость начинает развиваться уже с однократного приема, со временем перетекая в более тяжелые состояния;

4) Сигарета помогает расслабиться. Это неправда. На самом деле курильщиков успокаивает дыхательная гимнастика, которая происходит во время вдыхания никотина. Никотин- самое вредное вещество из 4000 веществ, находящихся в дыме, и он не обладает никаким успокаивающим действием;

5) Вечерние тренировки мешают сну. Это неправда. Физическая нагрузка перед сном запустит метаболические процессы в организме, так что у вас получится расслабиться даже быстрее и качественнее, чем обычно. Кроме того, вы же не собираетесь отправиться в постель сразу после тренировки. Пока вы принимаете душ и готовитесь ко сну, организм успеет перейти в более спокойный режим.

**Оборудование и технические средства:** Мультимедийное оборудование.

**Реквизит:** Бланки «Ответы» и «Счетная таблица», секундомер, ручки.

**Результат:** Приобретение опыта коллективного мышления, развивает быстроту реакции, позволяет проверить свои знания в рамках заявленной темы и продемонстрировать уровень эрудиции.

### **Методические рекомендации проведения профилактического мероприятия Праздник «День-здоровья»**

**Цель мероприятия:** воспитание поколения, стремящегося к здоровому образу жизни, посредством вовлечения детей в такие формы организации оздоровительной работы, как спортивные эстафеты и агитпредставления на тему здорового образа жизни.

**Место проведения:** Стадион и актовый зал.

**Целевая аудитория:** Дети младшего, среднего и старшего возраста.

**Ход мероприятия:** Торжественное открытие, «Здоровые олимпийские игры», конкурс на «Лучшее агитпредставление «Быть здоровым – модно!», конкурс «Лучшая социальная реклама «Я за здоровый образ жизни», торжественное закрытие.

**Подготовительный этап:**

1. Медицинский работник совместно с водителями/воспитателями готовят сценарии торжественного открытия и закрытия праздника «День здоровья», а также сценарии «Здоровых олимпийских игр» и конкурса «Лучшая социальная реклама «Я за здоровый образ жизни»;
2. Каждый отряд к празднику собирает команду из 10 человек для участия в здоровых олимпийских играх. Соревнования проходят между отдельными возрастными группами;
3. Каждый отряд готовит агитпредставление на тему «Быть здоровым-модно». Критерий оценки жюри: соответствие выступления заявленной тематике и его содержание, оригинальность, социальная значимость, оформление, музыкальное сопровождение. Продолжительность выступления не более 7 минут;
1. Каждый отряд готовит работы на конкурс «Лучшая социальную рекламу «Я за здоровый образ жизни»: конкурс проводится в трех номинациях: лучшая наружная реклама, лучший плакат и лучший буклет, работы оцениваются по следующим критериям: соответствие конкурсной работы заявленной тематике, аргументированность и глубина раскрытия содержания, грамотность, социальная значимость, оригинальность конкурсной работы, точность, доходчивость языка и

стиля изложения. Работы сдаются педагогу организатору или медицинскому работнику. Прием работ заканчивается в день проведения праздника.

#### **Проведение праздника:**

1. Торжественное открытие праздника;
2. Открытие «Здоровых олимпийских игр» с представлением команд;
3. Проведение «Здоровых олимпийских игр» в виде эстафет:
  - Эстафета «Олимпийского огня» (Первый участник держит в руках «факел». Участники преодолевают «полосу препятствий», бегом возвращаются к своей команде и передают «факел» следующему участнику);
  - Эстафета «Хоккей с мячом» (Каждый участник ведет хоккейной клюшкой малый мяч, обегает контрольный флажок, возвращается, передает эстафету следующему);
  - Эстафета «Веселый биатлон» (участник бежит с мячом на «лыжах» до контрольного флажка и бросает мяч в цель (ведро), возвращается назад, передает эстафету следующему);
  - Эстафета «Фигурное катание» (Участники встают парами – мальчик и девочка, пара встает на старте, подняв левую ногу. По сигналу начинает прыгать на правой ноге до определенной отметки, где меняют ноги и обратно выполняют прыжки на левой ноге);
  - Эстафета «Перекасти поле» (Участник бежит спиной вперед и с помощью обруча катить мяч до стойки и обратно, передает следующему);
  - Эстафета «Олимпийская эмблема» (Участники встают парами, образуя «кольца», первая пара добегают до определенной метки, возвращается обратно и прикрепляет к себе следующую и так далее, 5 пар должны образовать олимпийскую эмблему);
  - Эстафета «Кенгуру» (Участник прыгает с мячом, зажатым между колен, до контрольного флажка, возвращается бегом и передает эстафету следующему);
  - Эстафета «Теннис» (Участник бежит до контрольного флажка, удерживая мяч на теннисной ракетке и обратно, передает эстафету следующему);
4. Проведение конкурса «Лучшее агитпредставление - «Быть здоровым - модно». Выступления проходят на сцене в актовом зале;
5. Размещение работ конкурса «Лучшая социальная реклама «Я за здоровый образ жизни» на территории детского оздоровительного лагеря и проведение централизованного голосования среди детей за лучшую работу в каждой номинации;
6. Торжественное закрытие. Вручение медалей победителям «Здоровых олимпийских игр», награждение победителей конкурсов «Лучшее агитпредставление - «Быть здоровым - модно» и конкурса «Лучшая социальная реклама «Я за здоровый образ жизни».

**Оборудование и технические средства:** Мультимедийное оборудование, звуковое оборудование

**Реквизит:** «Здоровые олимпийские игры»: контрольные флажки, факелы, клюшки, мячи, «Лыжи» (из плотного картона), ведра, обручи, теннисная ракетка.

**Результат:** вовремя участия в празднике «День здоровья», у детей складывается правильное представление о принципах ведения здорового образа жизни, последствиях воздействия вредных привычек на организм, вырабатывается мотивация заниматься физической культурой.