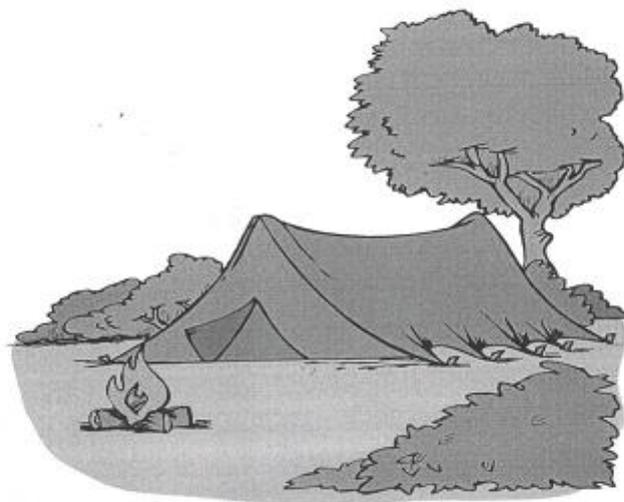


Утверждаю:
Директор МКОУ Кондинская СОШ
Э.В.Кульмина
Приказ № 164-од
«13» мая 2025г.

Программа летнего отдыха детей и подростков палаточного лагеря «Конда».



п. Кондинское
МКОУ Кондинская СОШ
2025 год

Содержание:

- 1.** Информационная карта программы
- 2.** Пояснительная записка программы
- 3.** Актуальность, цель, задачи
- 4.** Принципы деятельности
- 5.** Кадровое обеспечение программы
- 6.** Механизм реализации программы
- 7.** Содержание программы
- 8.** Структура органа самоуправления
- 9.** Ожидаемые результаты
- 10.** Снаряжение
- 11.** Медицинское обеспечение
- 12.** Режим дня
- 13.** Подпрограмма «В здоровой теле, здоровый дух»
- 14.** Список литературы
- 15.** План-сетка.

Информационная карта программы.

Полное название программы	Программа летнего отдыха детей и подростков палаточного лагеря «Конда».
Автор, руководитель программы	Коркина Ирина Владимировна, учитель начальных классов
Юридический адрес учреждения	Советская ул., д. 16, п. Кондинское, Кондинский район, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, 628210 Телефон / факс 8 (34677) 21-254 <u>E-mail:1kondsч@mail.ru,</u> <u>86sch-kondinskoe.edusite.ru</u>
Форма проведения	Стационарный палаточный лагерь с дневным пребыванием.
Цель программы	создание благоприятных условий для привлечения детей к систематическим занятиям физкультурой и спортом, укрепление физического и психологического здоровья, организации активного отдыха, расширения и углубления знаний по туризму, получения навыков жизни в полевых условиях, развития интересов учащихся к туризму и краеведению.
Специализация программы	Экология, оздоровление, туризм, краеведение, этнография, патриотическое и нравственное воспитание.
Срок реализации	Лето 2025 год
Количество смен	1 смена 16.06.25 – 21.06.25.
Продолжительность смены	7 дней
Количество подпрограмм	1 «В здоровом теле – здоровый дух»

Место проведения	Территория МКОУ Кондинская СОШ
Общее кол-во участников	20
География участников	Кондинский район
Условия участия	Заявление родителей, наличие документов подтверждающие личность, медицинская справка, прививки от туляремии, клещевого энцефалита.
История осуществления программы	Ежегодно организовываются летние смены, это одна из форм внеклассной и внешкольной оздоровительно-воспитательной работы со школьниками.
Особая информация и примечания	Стационарный палаточный лагерь с дневным пребыванием.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Организация оздоровительного палаточного лагеря - одна из интереснейших форм работы с юными спортсменами в летний период. Это хорошая возможность дать детям отдохнуть, оздоровить и закалить свой организм.

Палаточный лагерь, как одна из форм внеклассной и внешкольной оздоровительно-воспитательной работы со школьниками, органично объединяет в себя как каникулярный отдых и оздоровление, так и краеведческое учение, и воспитание детей, осуществляемое в ненавязчивой, доступной форме, в условиях непосредственного общения с природой.

Именно в таком лагере дети получают не только заряд бодрости и здоровья, но и определенный запас знаний, способствующий пониманию роли человека в окружающем мире. Это достигается за счет сочетания теоретических и практических занятий краеведческой направленности, туристической деятельности с разнообразными культурно-массовыми и спортивными мероприятиями. В программу лагеря включаются занятия по экологии и историческому краеведению, туризму, конкурсы, массовые мероприятия.

Основная задача педагога – помочь детям увидеть все краски северной природы, оценить ее многообразие, узнать исторические факты из прошлого своей малой Родины, понять и полюбить ее. Проведение занятий по направлениям экология и краеведение в условиях непосредственного общения с природой способствует формированию экологического мировоззрения и пониманию роли человека в окружающем мире.

Актуальность программы палаточного лагеря заключается в том, что ребенок получает возможность войти в мир живой природы, открыть для себя все ее краски, другими глазами посмотреть на окружающий мир, приобрести много полезных навыков, расширить свой кругозор, укрепить здоровье и убедиться, что мир вокруг ярок и многообразен.

За период лагерной смены дети приобретут качественные практические навыки по технике туризма, ориентированию на местности, использованию туристического снаряжения, оказанию первой медицинской помощи, выживания в неблагоприятных природных условиях. Жизнь на свежем воздухе, солнце, вода, соблюдение четкого режима и постоянная, спортивная тренировка физически закаляют ребят. В совместном труде, в общих переживаниях походных событий рождаются товарищеская поддержка и взаимопомощь, создается коллектив и воспитывается сознательная дисциплина, основанная на уважении к товарищам. Всё это делает туризм не только приятным видом активного отдыха, но и прекрасным средством воспитания.

Цель программы: создание благоприятных условий для привлечения детей к систематическим занятиям физкультурой и спортом, укрепление физического и психологического здоровья, организации активного отдыха, расширения и углубления

знаний по туризму, получения навыков жизни в полевых условиях, развития интересов учащихся к туризму и краеведению.

Задачи программы:

- поиск новых форм привлечения детей к различным видам творчества, привития первичных знаний, умений и навыков при адаптации в условиях природной среды, развития коллективно-творческого мышления, инициативы, самоуправления, самостоятельности и сотрудничество с тренерско-педагогическим составом;
- приобщение детей к спорту и туризму, способствовать укреплению физического и психологического здоровья детей;
- организация активного отдыха и получение детьми навыков жизни в природных условиях;
- закрепление приобретенных основных знаний о своем крае;
- повышение экологической культуры детей;
- патриотическое воспитание детей;
- воспитание нравственных и волевых качеств.

Основные принципы деятельности палаточного лагеря «Конда»

1. Самореализация детей и подростков при автономном проживании в условиях природной среды.
2. Включение детей и подростков в реальные социально значимые отношения, которые предполагают труд по самообслуживанию, дежурство по лагерю, участие в трудовых десантах, подготовке и проведении культурных и спортивных мероприятий.
3. Взаимосвязь педагогического управления и детского самоуправления; в том числе участие подростков в интересных начинаниях и заседаниях лагерных педсоветов.
4. Тщательно продуманная система мер безопасности, нацеленная на предотвращение ситуаций, создающих угрозу жизни и здоровья детей.

Участники программы:

Данная программа по продолжительности является краткосрочной, т.е. реализуется в течение одной лагерной смены, продолжительность 7 дней.

1 смена 16.06.25 – 21.06.25.

Всего отдыхает **20** детей.

Состав участников - это обучающиеся МКОУ Кондинской СОШ в возрасте 10 – 17 лет.

Кадровое обеспечение программы

Должность	Кол-во	Функции
Начальник лагеря	1	Составляет график работы. Отвечает за технику безопасности и профилактику травматизма. Осуществляет организацию и проведение общих досуговых и спортивных мероприятий. Отвечает за охрану жизни, здоровья детей при проведении мероприятий. Отслеживает результаты реализации программы.
Воспитатели	4	Организуют деятельность своего отряда. Обеспечивают порядок, дисциплину, отвечают за здоровье и безопасность детей в отряде.

Данные о кадровом составе работников лагеря

№	Ф. И. О.	должность
1.	Коркина Ирина Владимировна	Начальник лагеря
2.	Зубов Степан Иванович	Воспитатель
3.	Зайцев Александр Викторович	Воспитатель
4.	Алта Надежда Леонидовна	Воспитатель
5.	Глухих Андрей Сергеевич	Воспитатель

В реализации программы участвуют:

Медицинский работник: - **1 человек**;

Работники столовой: **3 человека**.

Механизм реализации программы

Подготовительный этап:

- разработка программы летнего палаточного лагеря «Конда» с 7 -дневным пребыванием детей;
- создание материальной и методической базы для реализации программы;
- обучение педагогического состава;
- оповещение образовательных учреждений Кондинского района о проведении лагерных смен.

Организационный этап:

- открытие смены;
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря, игровое знакомство участников смены;
- формирование органов самоуправления лагеря;

Основной этап:

- реализация основных принципов и задач смены;
- включение подростков в различные виды коллективно-творческой деятельности;
- работа органов самоуправления.

Итоговый этап:

- анализ качественных изменений, произошедших с участниками смены;
- проведение аналитической работы в отряде;
- проведение аналитической работы органа самоуправления;
- внесение предложений по дальнейшему развитию программы лагеря.

Аналитический этап:

- итоговый сбор сотрудников лагеря;
- выработка перспектив развития программы;
- подготовка материалов для предоставления на конкурс вариативных программ.

Содержание программы

Содержание программы отобрано в соответствии с условиями проведения палаточного лагеря, с учетом индивидуальных и возрастных психолого-физиологических особенностей участников лагеря. Участники лагеря - это подростки Кондинского района в возрасте от 10 до 17 лет.

Содержание программы ориентировано не только на усвоение обучающимися определенной суммы знаний, но и на развитие личности, ее познавательных и созидательных способностей, как это определено Федеральным образовательным стандартом.

Теоретические занятия проводятся в первой половине дня. Каждый день проводится одно - два занятия продолжительностью 90 минут. После обеда воспитанники лагеря получают возможность закрепить полученные знания на практике.

Оздоровительно – досуговый блок представлен следующими направлениями работы: спортивно – оздоровительное, художественно -эстетическое, лидерское.

Спортивно – оздоровительное направление направлено на развитие физических возможностей, двигательной активности, выносливости детей, поэтому в программу палаточного лагеря включены следующие мероприятия: утренняя зарядка, утренняя пробежка, организация купания, организация полноценного питания, витаминизация

готовых блюд, организация спортивных мероприятий (футбол, пионербол, волейбол, теннис).

Художественно – эстетическое направление деятельности лагеря дает возможность проявить свои творческие таланты в конкурсах и творческих делах. Это мероприятия, которые проходят после ужина – творческие конкурсы, дискотеки и пр.

Пятое – лидерское – направление позволяет при помощи тренингов, занятий, а так же в конкретных жизненных ситуациях учить детей умению работать в команде, искусству вести за собой.

Структура органа самоуправления

Основной организационной единицей в лагере является отряд. В каждом отряде среди детей выбирается командир отряда, который помогает организовать работу в отряде воспитателю.

Командиры отрядов присутствуют на планерках, принимают участие в обсуждении планов на будущее и являются связующим звеном между воспитателями и детьми.

Пишется свод правил, который принимается всеобщим собранием.

Выбирается пресс-центр. Это ребята, которые отвечают за издание лагерной газеты.

Ежедневно итоги дня подводятся на общелагерном «вечернем огоньке».

Кадровое обеспечение

Подбор начальника лагеря, воспитателей.

Весь персонал допускается к работе в лагере только после прохождения медицинского осмотра и инструктажа по охране жизни и здоровья детей.

Ожидаемые результаты работы

За время пребывания в оздоровительном палаточном лагере «Конда» подростку важно овладеть системой следующих знаний и умений:

В сфере общего оздоровления и укрепления организма

знать:

- основные способы укрепления и сохранения здоровья;
- правила личной гигиены в лагере, походе;

уметь:

- адекватно реагировать на неблагоприятные погодные условия;
- применять элементарные формы самоконтроля;
- проводить утреннюю физическую зарядку.

В сфере трудовой деятельности и организации туристского быта

уметь:

- поставить палатку, правильно организовать бивуак;

- развести костер, приготовить пищу в полевых условиях с соблюдением правил безопасности и природоохранных норм;
- правильно и быстро собирать рюкзак;
- выполнять несложный ремонт личного и группового снаряжения;
- обращаться с топором и пилой;
- полностью обслуживать себя в условиях лагеря, во время похода.

В сфере экологии и природоохранной деятельности

знать:

- правила поведения на природе;
- последствия человеческих действий на экологическое равновесие;
- простейшие приемы тушения лесных пожаров;

уметь:

- устранять последствия своего пребывания в лесу, на воде.

В сфере организации досуга

знать:

- правила поведения в коллективе, позволяющие каждому реализовать себя без ущемления прав другого;
- правила интеллектуальных и подвижных игр;
- песни туристских и самодеятельных авторов;

уметь:

- сотрудничать с педагогом в разработке сценариев и культмассовых мероприятий;
- организовать несложные игры и конкурсы среди ровесников и ребят младшего возраста.

В сфере организации безопасности

знать:

- правила безопасного поведения в природных условиях;
- причины возможных экстремальных ситуаций и способы преодоления

вызываемых ими трудностей;

уметь:

- правильно применять туристское снаряжение;
- устраивать укрытия;
- оказывать простейшую само- и взаимопомощь при часто встречающихся травмах и наиболее распространенных заболеваниях;
- организовать транспортировку пострадавшего с помощью подручных средств.

Участие в палаточном лагере позволяет подросткам:

- ближе познакомиться с родным краем;

- повысить туристско-спортивное мастерство;
- хорошо отдохнуть;
- познакомиться со сверстниками.

Система жизнеобеспечения в период работы лагеря

1. Палаточный городок.
2. Кухня, столовая.
3. Спортивное оборудование.
4. Спортивная площадка.

Программа палаточного лагеря предусматривает участие детей

- в первенстве лагеря по футболу, волейболу и туристическом слете;
- в культурно-развлекательной программе лагеря (в конкурсах туристов и краеведов);
- в военно-спортивных и спортивно-туристических эстафетах, экологических десантах, вечерах отдыха и т. п. мероприятиях.

В лагере планируется проведение учебных занятий.

Снаряжение, используемое в лагере

- палатки ;
- веревки: основная (10-12 мм) – 100 м, вспомогательная (6-8мм) – 100 м;
- альпинийские карабины – 25 шт.;
- репшнур – 12 шт.;
- страховочная система (обвязки) – 12 шт;
- спортивный инвентарь (мячи, волейбольная сетка, скакалки);
- веревка для прусика (6-7мм) – 24 м;
- топоры, пилы, молотки, гвозди, лопаты.

Индивидуальное снаряжение участника лагеря

Рюкзак или дорожная сумка.

Обувь для повседневного ношения в лагере (кроссовки и т.п.).

Спортивная форма для тренировок.

Головной убор.

Шорты.

Документы, необходимые каждому участнику (медицинская справка по форме).

Медицинское обеспечение

1. Бинты стерильные и нестерильные – 10 шт.
2. Пакеты индивидуальные – 2 шт.
3. Салфетки стерильные – 2 уп.
4. Вата белая, бытовая – 1 уп.
5. Лейкопластырь – 1 кат.
6. Раствор перекиси водорода 3-проц. – 100 мл.
7. Спиртовой раствор йода 5проц. – 10 мл.
8. Марганцовокислый калий (кристаллы) – 10 г.
9. Сода двууглекислая (столовая) – 1 пачка.
10. Валериановые капли – 25 мл.
11. Зубные капли «Дента» – 20 мл.
12. Нашатырный спирт – 50 мл.
13. Анальгин в таблетках – 20 шт.
14. Парацетамол по 0,2 г. в таблетках – 20 шт.
15. Супрастин в таблетках – 20 шт.
16. Таблетки от кашля – 2 уп.
17. Валидол в таблетках – 10 шт.
18. Ингалипт – 1 флакон.
19. Левомецетин 0,25 г. в таблетках – 20 шт.
20. Пантенол – 1 пачка
21. Гексавит в драже – 50 шт.
22. Жгут медицинский – 1 шт.

РАСПОРЯДОК ДНЯ

- 8-15 – 8-30 Прием детей.
- 8-50 – 9-00 Утренняя линейка.
- 9-00 – 9-30 Завтрак.
- 9-30 – 11-10 Работа отрядов, кружков, участие детей в общественно полезном труде.
- 11-10 – 12-30 Оздоровительные гигиенические процедуры (воздушные и солнечные ванны).
- 12-30 – 13-30 Свободное время.
- 13-30 – 14-30 Обед.
- 14-30 – 15-00 Послеобеденный дневной отдых.
- 15-00 – 16-00 Ориентирование на местности, игры на свежем воздухе.
- 16-00 – 16-30 Полдник.
- 16-30 – 18-00 Занятия в кружках, спортивные мероприятия, участие в лагерных мероприятиях.
- 18-00 – 18-30 Ужин. Уход домой.

Подпрограмма «В здоровом теле – здоровый дух»

Задачи:

- формирование представлений о здоровом образе жизни, ответственности ребенка за свое здоровье;
- предупреждение несчастных случаев;
- сохранение и укрепление физического здоровья детей;
- формирование навыков личной гигиены.

Формы оздоровительной работы:

1. Оздоровительные мероприятия (закаливание, ЛФК, экологическая тропа, физиопроцедуры, ароматерапия) с больными детьми.
2. Профилактические беседы.
3. Организация рационального питания (витамины, чистая вода, фитобар).

Содержание подпрограммы

День	Отрядные дела	Цели мероприятия
1	«Будем знакомы». Оформление отрядных комнат, прием детей, оформление медицинских карт.	Формирование доброжелательных отношений.
2	Конкурс рисунков «День защиты детей». «В гостях у клоуна» - театрализованное представление.	Развитие творческих способностей. Формирование чувства коллективизма.
3	Линейка – открытие смены. Смотр-конкурс отрядов и отрядных мест. «Знай и будь осторожен» - беседа.	Развитие эстетического вкуса, отработка актерского мастерства.
4	Подготовка к экологическому марафону. Купание. Выезд на озеро. «Остановись, подумай» - беседа о безопасности в лесу.	Развитие представлений об окружающей среде. Укрепление здоровья.
5	Экологический марафон. «От простой воды и мыла у микробов тают силы» - беседа о личной гигиены.	Развитие представлений об окружающем мире.
6	Национальный праздник. «Я здоровье берегу, сам себе я помогу» - беседа о хорошем самочувствии.	Знакомство с культурой народов Севера.
7	Выход на экологическую тропу «Здравствуй, летняя тропинка!»	Отработка правил сбора и хранения природного материала. Правила поведения на природе.
8	«Веселые старты» - спортивный калейдоскоп. «прежде чем за стол мне сесть, я подумаю, что мне съесть» - правильное, рациональное питание.	Отработка спортивных навыков на практике. Укрепление здоровья.
9	«Город мастеров» - конкурс поделок	Развитие творческих способностей

	«Природа и мы». «Хорошее настроение – залог здоровья» - беседа о самочувствии.	детей.
10	Работа на экологической тропе. Конкурс рисунков, посвященных Дню независимости России.	Развитие природоведческих способностей.
11	Мероприятие «Если хочешь быть здоров ...» «Остановись – подумай» - беседа о безопасности на природе.	Формирование представлений о здоровом образе жизни.
12	Комический футбол. Беседа «Встреча у книжной полки»	Укрепление здоровья. Развитие познавательного интереса. Формирование культуры поведения в общественном месте.
13	Поход «Большая индейская тропа». «Умеем ли мы считать пульс» - работа сердца – практическое занятие.	Отработка туристических навыков на практике. Укрепление здоровья.
14	Шоу-программа «Книга рекордов Гиннеса»	Развитие творческого потенциала.
15	Экологическая викторина	Развитие мыслительных способностей, углубление знаний о растительном и животном мире.
16	«Веселая разминка» -конкурс загадок.	Развитие эстетического вкуса, встреча с прекрасным.
17	Экскурсия в лес	«В путь дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся»
18	Конкурс «Я самый здоровый!»	Формирование культуры поведения в общественных местах. Листок здоровья.

Тематика познавательно-медицинского часа.

1. Я здоровье берегу – сам себе я помогу.
 - что такое здоровье;
 - чем люди отличаются друг от друга;
 - резервы человеческого здоровья;
 - от чего зависит наше здоровье.
2. «Окно в мир» - учеба, игры.
 - пять органов чувств человека;
 - строение глаза;
 - глаз – это окно мозга в мир;
 - как воспринимает человек свет, цвета и оттенки.
3. Как мы едим.
 - пищеварительная система – это лаборатория тела;
 - первая часть пищеварительной системы – зубы, построение, роль в пищеварении;
 - слюнные железы – роль в жизнедеятельности человека.

4. Правильное рациональное питание.
 - строение пищеварительной системы;
 - роль витаминов в растущем организме;
 - соли.
5. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.
 - роль солнца, воздуха и воды в укреплении здоровья;
 - чистая вода (очистка воды в условиях Крайнего Севера);
 - жесткая вода (понятие, характеристика, способы получения)
6. «От простой воды и мыла у микробов тают силы».
 - умывание и купание, гигиена, душ, ванна;
 - микробы – киллеры микроскопические, понятие, характеристика;
 - роль микробов в окружающей среде;
 - роль микробов-паразитов в нашем теле.
7. «Здравствуй, летняя тропинка!»
 - природа, прогулки на свежем воздухе;
 - правила поведения на природе.
8. «Прежде чем за стол мне сесть, я подумаю, что мне съесть».
 - белки, жиры, углеводы – понятия. Роль в нашем организме.
9. «Хорошее настроение – залог здоровья».
 - улыбка, смех, слезы, печаль;
 - уметь управлять своим настроением;
 - «не навреди».
10. «Остановись, подумай».
11. «Береги себя – ты нужен обществу здоровый»
12. «Знай и будь осторожен».
13. «В путь дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся».
14. «Травы – чудо природы».
15. «21 век и техника».
16. «Сюрпризы лесной тропинки».
17. Правильная осанка.
18. «Умеем ли мы слушать свой внутренний мир».
19. Экологическая викторина.
20. «Праздник здоровья»

Список литературы:

1. Виноградов Ю.Ф. Формирование экологической культуры школьников. Х-М. «Полиграфист». 2002.
2. Землянская Г.С. Экология России. Методическое пособие по курсу. Х-М. «Полиграфист» 2002.
3. Интегрированный курс краеведения, под редакцией Орловой Т.К. Х-М. 2003.
4. Методические рекомендации для руководителей ОУ. Х-М. 2002.
5. Практика административной работы в школе №3-2002. Журнал.
6. Синявский Н.И., Власов В.В., Фынтынэ О.А., Программа по физическому воспитанию учащихся 5-9 классов на основе традиций коренного населения ХМАО. Х-М. 2003.
7. Зуев В.Н. «Северное многоборье»
8. Прокопенко В.И. «Этнопедагогика народа ханты»
9. Прокопенко В.И. «Настольные игры».
10. Журнал «Пед. Совет»
11. Журнал «Досуг в школе»
12. Журнал «Последний звонок»
13. Ф.Г.Багаутдинова, Туристско-краеведческая деятельность учащихся начальных классов. Казань, 1991
14. А.Ю. Патриков, Подвижные игры. М., 2007.
15. Е.М.Смекалова, Школа лидерства: Методические рекомендации. М., 2006.
16. Дополнительная литература

План – сетка на смену.

<p style="text-align: center;"><u>1 день</u></p> <p>Инструктаж по ТБ и ПБ в лагере. Установка палаток. Обустройство лагеря. Подвижные игры. Квест-игры на сплочение детского коллектива.</p>	<p style="text-align: center;"><u>2 день</u></p> <p>Линейка. Планирование. Эвакуация. Учебная тревога. Занятие по защите от укусов клещей. Военно-спортивная игра «Патриот». Мы пришли в гости к природе (викторина) Ориентирование по рисункам.</p>
<p style="text-align: center;"><u>3 день.</u></p> <p>Линейка. Планирование. День Первых! Преодоление препятствий. Экологический рейд: «Зеленый берег» «Поделки – не безделки». Посвящение в туристы.</p>	<p style="text-align: center;"><u>4 день</u></p> <p>Линейка. Планирование. Туристический слет. Викторина «Путешествие по земле Югорской» Профориентационная игра: Кем быть. Конкурс рисунков на тему: «Чистая планета».</p>
<p style="text-align: center;"><u>5 день</u></p> <p>Линейка. Планирование. Ориентирование на прилегающей территории. Самый, самый (соревнования). Отжимание Потягивание Метание копья Работа по интересам.</p>	<p style="text-align: center;"><u>6 день</u></p> <p>Линейка. Планирование. Национальные состязания. Воздушные и водные процедуры. Конкурс: «Чтобы солнышко светило» Полоса препятствий.</p>
<p style="text-align: center;"><u>7 день</u></p> <p>Родители в лагере. Игра «Зарница» Поиск клада. Заккрытие смены.</p>	