

Приложение №2
к приказу
от 28.05.2025 №3604

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Тосненская спортивная школа по дзюдо»



Согласовано

Директор школы

Измаев С.Х.Я
2025г.

Утверждено:

Начальник ЛОЛ «Иппон»

Медведева Ж.В.
«28» мая 2025г.

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА

«ИППОН»

Летнего оздоровительного
лагеря с дневным пребыванием

МБУ ДО «Тосненская СШ по дзюдо»

Лето – 2025

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием
Основание для разработки программы	Использование летнего сезона для закрепления спортивных навыков, укрепления физической формы и оздоровления организма юного спортсмена, его гармонического развития.
Организация-исполнитель программы	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Тосненская спортивная школа по дзюдо»
Авторы программы	Тренер-преподаватель, начальник лагеря Медведева Ж.В.
Цель программы	Создание оздоровительной и воспитательной системы функционирования лагерей
Задачи программы	• Создать систему физического развития оздоровления детей в разных климатических условиях ; • Преодолеть разрыв между физическим и духовным развитием детей посредством игр, познавательной и трудовой деятельности; • Повысить физкультурно-спортивную наполняемость жизнедеятельности воспитанников, обеспечить условия для полноценного спортивного оздоровления и развития; • Формировать у воспитанников двигательные навыки и координационные способности; • Приобщить ребят к творческим видам деятельности, создать условия для развития творческого мышления, коммуникативных способностей. • Обеспечить развитие и укрепление связей школы, семьи, спорта, учреждений дополнительного образования, культуры и др.

Срок реализации программы	с 02 по 30 июня
Целевые группы	Дети и подростки в возрасте 10-16 лет
Количество воспитанников	30 человек г. Тосно
Ожидаемые конечные результаты реализации программы	1. Общее оздоровление, укрепление физического и психического здоровья, физических качеств, улучшение спортивной развитости воспитанников, привитие навыков здорового образа жизни; 2. Развитие лидерских и инициативных качеств, детской самостоятельности и самодеятельности, приобретение новых знаний; 3. Развитие коммуникативных способностей и толерантности. 4. Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность. 5. Качественное психолого-педагогическое сопровождение организации и деятельности лагерной смены; 7. Создание и функционирование системы мониторинга, оценки эффективности и результативности деятельности профильной смены
Система организации контроля за исполнением программы	Межведомственная координационная комиссия по организации отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков в муниципальном образовании Тосненский район Ленинградской области осуществляют в установленном порядке общее руководство и контроль за выполнением программы. Организаторы отдыха детей отчитываются о проведении оздоровительной работы руководству образовательного учреждения, муниципальной МВК, информирует родительскую общественность.

Пояснительная записка

Посредством занятий физической культуры и спортом формируется здоровый образ жизнеобеспечивающий гармоничное развитие личности и укрепления здоровья, повышение работоспособности детей. Основные элементы здорового образа жизни - плодотворная деятельность и учёба, оптимальный и двигательный режим, личная гигиена, отказ от вредных привычек. Занятия спортом помогает детям адаптироваться в социуме, быть коммуникабельными, востребованными в обществе людьми. Проблема организации оздоровительного лагеря позволяющей всесторонне развивать юных спортсменов каждый год становится актуальной.

Летний оздоровительный лагерь проходит на базе Тосненской СШ по дзюдо.

Достижение высоких спортивных результатов невозможно без проведения спортивно – тренировочных сборов в психологически комфортном климате. Анализ ситуации свидетельствует о том, что проведение летних спортивно оздоровительных смен - одна из преимущественных форм повышения и закрепления спортивного мастерства и интереснейших форм воспитательной работы в летний период. Данный проект направлен на комплексное взаимодействия юных спортсменов путём планомерного проведения тренировочных, восстановительных, оздоровительных и развлекательных мероприятий

Важнейший аспект воспитательной деятельности – психолого-педагогическая поддержка детей, полноценное обеспечение психического и физического—здоровья, развитие социально значимых качеств детей. Важна и результативность таких **организационных функций**, как:

- **социально-нормативная**, связанная с усвоением детьми норм, правил жизни и деятельности спортивно-оздоровительного лагеря;

- **прогностическая**, определяющая условия полноценной реализации интересов и способностей детей;
- **преобразовательная**, связанная с постепенным расширением сфер, путей и состояний участников воспитательной деятельности.

Основные этапы воспитательной деятельности педагогов:

1. **Диагностика интересов детей.** Сбор первичной информации (анкетирование, опрос, беседа). Обсуждение полученных результатов, выявление задатков, с выходом на соревновательную деятельность.
2. **Предъявление реально имеющихся возможностей** (педагогические требования, законы, традиции).
3. **Корректировка запросов детей**, соотнесение желаемого с реальными возможностями.
4. **Распределение ролей и обязанностей.**
5. **Оценка результатов оздоровительной, воспитательной работы.**

Цель программы:

Организовать эффективное спортивное оздоровление и воспитание детей.

Основные идеи программы:

- ✓ вовлечь каждого ребёнка в различные виды деятельности,
- ✓ способствовать укреплению здоровья спортсменов; обеспечить условия для привития навыков здорового образа жизни;
- ✓ развивать физические качества: выносливость, ловкость, стремление к победе;
- ✓ помочь почувствовать значимость личности;
- ✓ формировать бережное отношение к природе;
- ✓ организовать социально-значимый досуг;
- ✓ развивать творческие способности детей.

Законы лагеря: 10 заповедей Дзюдо

- ✓ Вежливость
- ✓ Честность
- ✓ Уважение

- ✓ Признание
- ✓ Самообладание
- ✓ Скромность
- ✓ Серьёзность
- ✓ Взаимопомощь
- ✓ Смелость
- ✓ Дружба

Традиции лагеря

- ❖ День вежливости и комплиментов;
- ❖ День знакомства;
- ❖ День театра;
- ❖ День природы;
- ❖ День прекрасных дам;
- ❖ День рыцарей;
- ❖ День смеха;
- ❖ День рекордов;
- ❖ День здоровья;
- ❖ День индейцев;
- ❖ День туриста;
- ❖ День любви и дружбы.

Направления и виды деятельности

1. Спортивно-оздоровительная деятельность
2. Художественно - творческое направление
3. Трудовая деятельность
4. Эстетическое направление
5. Досуговая деятельность
6. Экологическая деятельность
7. Мониторинг

Спортивно - оздоровительная работа

Задачи спортивно-оздоровительной деятельности:

1. Вовлечение детей в различные формы спортивно--оздоровительной работы (тренировочные занятия, практические занятия, внеурочные занятия: зарядка, показательные выступления, судейство и —восстановительные мероприятия: сауна,—бассейн, море, экскурсии, спортивные игры);

2. Выработка и укрепление гигиенических навыков;
3. Расширение знаний об охране здоровья.

Основные формы организации:

1. Утренняя гимнастика (зарядка)
2. Спортивные игры на стадионе, спортивной площадке, зал борьбы.
3. Подвижные игры на свежем воздухе, морское закаливание
4. Эстафеты.
5. Соревнования в лагере, дружеские встречи в спаррингах

Эстетическое направление

Задачи эстетической деятельности:

1. Пробуждать в детях чувство прекрасного;
2. Формировать навыки культурного поведения и общения;
3. Прививать детям эстетический вкус.

Основные формы проведения:

1. Посещение кинотеатра, музея; аквапарка.
2. Конкурсы: «история дзюдо...», «Самый, самый»
3. Конкурс оформления отрядных уголков «Наш спортивный дом»

Художественно – творческая деятельность

Формы организации художественно-творческой деятельности:

1. Изобразительная деятельность (оформление отряда «Наш спортивный дом», конкурс стенгазет и рисунков «А в нашем лагере...»)
2. Конкурсные программы («Алло, мы ищем таланты»)
3. Творческие конкурсы («Знакомьтесь – это мы!»)
4. Игровые творческие программы
5. Концерты

Трудовая деятельность

Основные формы работы:

1. Бытовой самообслуживающий труд;
2. Общественно значимый труд (уборка прилегающей территории)

Досуговая деятельность

Задачи досуговой деятельности:

1. Вовлечь как можно больше детей в различные формы организации досуга.
2. Организовать деятельность творческих мастерских.

Виды досуговой деятельности:

1. **развлечение** имеет компенсационный характер, возмещает затраты на другие виды деятельности. Развлекаясь, ребенок включает в свой досуг те физические и духовные способности и склонности, которые не может реализовать в труде и учебе. Развлечениями являются: посещение концертов, спортивных соревнований, представлений, прогулки, путешествия;
2. **отдых** в какой-то мере освобождает от повседневных забот, дает ощущение эмоционального подъема и возможности открытого выражения своих чувств.
3. **самообразование** направлено на приобщение детей к культурным ценностям. К самообразованию относятся: экскурсии, дискуссии, деловые игры.
4. **творчество** – наиболее высокий уровень досуговой деятельности. Воспитанники лагеря посещают творческие мастерские.
5. **общение** является необходимым условием развития и формирования личности, групп на основе общего интереса.

Экологическая деятельность

Задачи экологической деятельности:

Развитие потребности в самовоспитании экологической культуры, обеспечения собственного экологического благополучия, оздоровление и физическое развитие участников лагеря, привитие навыков полезного труда.

Формы работы:

экскурсии в природу, в музей;

экологический КВН;

викторины, конкурсы;

Результаты реализации проекта:

Главным результатом деятельности в оздоровительном лагере является развитие ребёнка. Результатами успешной деятельности лагеря должны быть показатели у детей:

- Общее оздоровление воспитанников, укрепление физических и психических сил ребёнка для спортивных достижений следующего учебного года.
- Приобретение новых знаний и умений.
- Максимальное участие обучающихся во всех культурно и спортивно - массовых мероприятиях.
- Укрепление дружбы и сплоченности коллектива.
- Повышения общей культуры учащихся, привитие им социально нравственных форм.

- Достижение оздоровительного эффекта в соответствии с

оценочными требованиями.

- Формирование у воспитанников коммуникативных качеств проживания в едином коллективе, выработка навыков инициативности, взаимопомощи, терпимости.
- Закрепление навыков здорового образа жизни.
- Развитие творческих и патриотических основ воспитания

Календарь смены летнего оздоровительного лагеря «ИПШОН» базе МБУ ДО «Тосненская СШ по дзюдо»

Период смены	День/дата	Модель дня	Краткое содержание
	ПН 02.06	День интересных затей	День защиты детей. Праздник на центральной площади. Посещение кинотеатра
	ВТ 03.06	День здоровья	Посещение станции юных техников Тренировка на стадионе
	СР 04.06	День рекордов	-Конкурсная программа «Я самый, самый...» - конкурс умельцев Посещение школы «Сфера творчества» Тренировочные занятия
	ЧТ 05.06	День борьбы	Открытый ковёр Посещение станции юных техников
	ПТ 06.06	День воды	Водные старты. Бассейн Тренировка на улице
	СБ 07.06	День безопасности	Конкурс «Мы выбираем жизнь». Игровая спортивная программа.
	ПН 09.06	День спорта	Конкурсная программа «Я выбираю спорт» Посещение школы «Сфера творчества»
	ВТ 10.06	День труда	Эстафета с предметами. Посещение станции юных техников
	СР 11.06	День России	Спортивные игры на улице. Посещение школы «Сфера творчества»
	ПН 16.06	День природы	«Разговор о чистоте и аккуратности» Тренировочное мероприятие на улице
	ВТ 17.06	День театра и День кино	-Фестиваль фильмов - Конкурс актерского мастерства - Сказка на новый лад Посещение станции юных техников
	СР 18.06	День труда	Посещение школы «Сфера творчества»

			Подвижные игры на стадионе
ЧТ 19.06	День музея		Посещение музея Тренировочное занятие
ПТ 20.06	День спорта		Бассейн. Тренировка на стадионе
СБ 21.06	День природы		«Разговор о чистоте и аккуратности» Тренировочное мероприятие на улице
ПН 23.06	День памяти и скорби		Возложение цветов к памятнику Посещение школы «Сфера творчества»
ВТ 24.06	День смеха		Викторины, Конкурсы. Посещение станции юных техников
СР 25.06	День творчеств		Посещение школы «Сфера творчества» Спортивные игры на стадионе.
ЧТ 26.06	День науки		праздник загадок -Вечер веселых вопросов, Отчего, почему и зачем? -Турнир смекалистых. Посещение станции юных техников
ПТ 27.06	День спорта		Водные старты. Бассейн Спортивные игры на стадионе
ПН 30.06.	День прощания		Посещение школы «Сфера творчества» Развлекательная программа. Подведение итога.

ПН 23.06	День борьбы	Борьба в стойке и партере. Посещение школы «Сфера творчества»
ВТ 24.06	День смеха	Викторины, Конкурсы. Посещение станции юных техников
СР 25.06	День творчества	Посещение школы «Сфера творчества» Спортивные игры на стадионе.
ЧТ 26.06	День науки	праздник загадок -Вечер веселых вопросов, -Отчего, почему и зачем? -Турнир смекалистых. Посещение станции юных техников
ПТ 27.06	День спорта	Водные старты. Бассейн Спортивные игры на стадионе
ПН 30.06.	День прощания	Развлекательная программа. Посещение школы «Сфера творчества»