



Согласовано  
Директор МБУ ДО БСШ

Пургин И.В.  
2026 года

**Программа  
лагеря дневного пребывания  
спортивно направленной  
«Триатлоник»**

Автор: Савина Светлана Сергеевна,  
Тренер-преподаватель  
отделения триатлона

г. Богданович, 2026 г

## **Содержание программы.**

- 1. Паспорт программы**
- 2. Пояснительная записка. Актуальность программы.**
- 3. Цели и задачи организации работы лагеря.**
- 4. Содержание и формы реализации программы.**
- 5. Условия реализации программы.**
- 6. Этапы реализации программы.**
- 7. Критерии эффективности программы.**
- 8. Предполагаемые результаты реализации программы.**
- 9. План работы лагерной смены.**
- 10. Литература.**

## 1. Паспорт программы

|  |  |
|--|--|
| <b>Название лагеря</b>                     | <b>«Триатлоник»</b>  |
| <b>Организация - исполнитель программы</b> | Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Богдановичская спортивная школа лагерь с дневным пребыванием обучающихся «Триатлоник»   |
| <b>Автор программы</b>                     | Савина Светлана Сергеевна – тренер- преподаватель  |
| <b>Срок реализации программы</b>           | Март 2026 года   |
| <b>Цель программы</b>                      | Организация полноценного летнего отдыха обучающихся и подростков, развитие личности ребенка, укрепление физического, психического и эмоционального здоровья детей, воспитание лучших черт гражданина, интеллектуальное развитие. |

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Задачи программы</b></p>  | <p>➤ <b>Воспитывающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Содействие физическому, психическому, интеллектуальному, нравственному развитию детей.</li> <li>- Создание педагогической воспитательной среды, способствующей развитию сознательного стремления к ведению здорового образа жизни.</li> <li>- Широкое приобщение детей к разнообразному социальному опыту, создание в лагере стиля отношений подлинного сотрудничества, содружества, сотворчества.</li> <li>- Выявление и развитие творческого потенциала ребенка, включение его в развивающую коллективную и индивидуальную деятельность.</li> </ul> <p>➤ <b>Образовательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Расширение знаний детей о здоровом образе жизни, правилах личной гигиены, укрепление здоровья.</li> <li>- Расширение знаний в области спорта, туризма, истории спорта.</li> </ul> <p>➤ <b>Развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Максимальное внимание развитию личности ребенка, раскрытие его способностей на основе удовлетворения интересов и неудовлетворенных в школе потребностей (прежде всего духовных, интеллектуальных и двигательных).</li> <li>- Развитие у детей навыков работы в группе, участие в управлении детским оздоровительным лагерем.</li> <li>- Способствовать развитию коммуникативных навыков через общение</li> </ul> |
| <p><b>Адресат проектной деятельности (для кого, количество участников):</b></p> | <p>Дети и подростки в возрасте 7-15 лет<br/>Количество детей - 60 чел.<br/>Продолжительность смены: 7 календарных дней.</p>  |
| <p><b>Ожидаемые конечные результаты реализации программы</b></p>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ сформированы гражданские качества, культура межличностных взаимоотношений;</li> <li>✓ реализована мотивация к собственному развитию, участию в собственной деятельности, проявление социальной инициативы;</li> <li>✓ развита индивидуальная, личная культура, приобщение к здоровому образу жизни;</li> <li>✓ развиты коммуникативные, познавательные, творческие способности, умение работать в коллективе;</li> <li>✓ создана мотивация на активную жизненную позицию в формировании здорового образа жизни и получении конкретного результата от своей деятельности;</li> <li>✓ улучшение качества творческих работ, за счет увеличения количества детей, принимающих участия в творческих конкурсах;</li> </ul>  |

|  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ увеличится количество детей, принимающих участие в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях, развитие спортивных способностей у детей.</li> <li>✓ сформируются умения и навыки, приобретенные в секциях, мастерских, студиях, которые будут способствовать личностному развитию и росту ребенка.</li> </ul> |
|--|--|

### **Пояснительная записка.**

#### **Актуальность программы:**

Воспитательная работа в школе сложна и многообразна: это воспитание в процессе обучения, воспитание в обществе и коллективе, семье и школе, это перевоспитание и самовоспитание, это многообразная воспитательная работа в процессе труда, игры, общения, общественной деятельности, самодеятельности, самореализации, творчества и самоуправления. Поэтому работа летнего школьного лагеря рассматривается как составная часть общего воспитательного процесса в школе.

Реальность такова, что система образования по-прежнему остается главным организатором отдыха и оздоровления детей. Летний лагерь сегодня – это не только социальная защита, это еще и полигон для творческого развития, обогащения духовного мира и интеллекта ребенка, что создает условия для социализации молодого человека с учетом реалий современной жизни.

Как показала практика, основное содержание работы летних лагерей составляет спортивная, познавательная, интеллектуально-творческая деятельность. Жизнь в лагере должна быть насыщенной, полезной, полной событий. Надо использовать все возможности для интересного и полезного общения ребят с взрослыми и между собой. Досуг, игры должны побуждать к приобретению новых знаний, к серьезным размышлениям.

Исходя из выше сказанного, мы постарались сделать программу лагеря максимально интересной для детей и отвечающей потребностям и детей, и их родителей и педагогов.

При составлении программы лагеря в основу лёг опыт работы пришкольного лагеря за последние годы.

С целью организации летнего отдыха детей на базе МБУ ДО БСШ организуется лагерь с дневным пребыванием детей. Возраст детей от 7 до 15 лет. Продолжительность смены 18 день. Планируется, что летний лагерь будут посещать дети из семей с малым достатком, дети из неблагополучных семей.

Лето для детей – это разрядка, накопившейся за год напряженности, восполнение израсходованных сил, восстановление здоровья, развитие творческого потенциала, совершенствование личностных возможностей, время открытий и приключений, время игры и азартного труда, время событий и встреч с чудом, время познания новых людей, а главное - самого себя. Естественно у каждого ребенка свои планы на лето. Но именно в лагере самореализация каждого ребенка, осуществляется в приобщение ребят к разнообразному социальному опыту, к ценностям общественно-значимого досуга. А наша задача – помочь им в этом.

Сделать отдых детей более занимательным, насыщенным, полезным для физического и духовного здоровья. Именно это предусматривает программа летнего пришкольного оздоровительного лагеря.

### **Цели и задачи программы.**

**Цель программы** - организация полноценного летнего отдыха обучающихся и подростков, развитие личности ребенка, укрепление физического, психического и эмоционального здоровья детей, воспитание лучших черт гражданина, интеллектуальное развитие.

#### **Задачи:**

##### **➤ Воспитывающие:**

- Содействие физическому, психическому, интеллектуальному, нравственному развитию детей.
- Создание педагогической воспитательной среды, способствующей развитию сознательного стремления к ведению здорового образа жизни.
- Широкое приобщение детей к разнообразному социальному опыту, создание в лагере стиля отношений подлинного сотрудничества, содружества, сотворчества.
- Выявление и развитие творческого потенциала ребенка, включение его в развивающую коллективную и индивидуальную деятельность.

##### **➤ Образовательные:**

- Расширение знаний детей о здоровом образе жизни, правилах личной гигиены, укрепление здоровья.
- Расширение знаний в области спорта, туризма, истории спорта.

##### **➤ Развивающие:**

- Максимальное внимание развитию личности ребенка, раскрытие его способностей на основе удовлетворения интересов и неудовлетворенных в школе потребностей (прежде всего духовных, интеллектуальных и двигательных).
- Развитие у детей навыков работы в группе, участие в управлении детским оздоровительным лагерем.
- Способствовать развитию коммуникативных навыков через общение

#### **Проведение лагерной смены обусловлено необходимостью:**

- Продолжение учебно-познавательного процесса в условиях лета;
- Проблема летней занятости детей;
- Укрепление здоровья спортсменов.

***При написании программы руководствовались принципами, заложенными в воспитательной системе школы:***

- Принцип нравственного отношения друг к другу, к окружающему миру;
- Принцип творческого отношения к делу;
- Принцип добровольности обучающихся в делах;
- Принцип учета возрастных особенностей детей;
- Принцип доступности выбранных форм работы.

**Сроки реализации программы:**

Продолжительность работы лагеря 7 календарных дней.

## **2. Содержание и формы реализации программы.**

Реализация целей и задач смены осуществляется по программе «Территория здоровья». Все обучающиеся делятся на две возрастные группы. Каждая студия планирует свою работу с учётом обще лагерного плана.

***В течение смены планируется реализация программы по блокам:***

- Организационный;
- Интеллектуальный;
- Спортивно-оздоровительный;
- Творческий;
- Трудовой;
- Экологический.

**В процессе реализации данной программы дети узнают, что понятие здоровье состоит из нескольких аспектов:**

- физического
- эмоционального
- социального
- интеллектуального
- духовного

Здоровье понимается как нечто целое, состоящее из взаимозависимых частей.

Изначально дети лагеря принимают свод своих правил - Законы Жизни, которые предполагают:

- отказ от вредных привычек
- активный двигательный режим
- рациональное питание

-закаливание

-личная гигиена

-положительные эмоции

### **Спортивно-оздоровительная деятельность:**

-ежедневные спортивные занятия

-спортивные праздники, спартакиады, игры

-валеологические беседы.

### **Туристско-краеведческая деятельность:**

-пешие прогулки по окрестностям

-туристические походы

-организованные экскурсии

-познавательные викторины, конкурсы, игры,

-тематические дни

### **Массовые мероприятия:**

-игры ПДД

-организация ежедневных мероприятий

-проведение праздников, конкурсов

### **Творческо-интеллектуальная деятельность:**

-проведение конкурсов, игр, викторин,

-конкурсы газет, смотры, выставки

**Идея смены.** Жителям лагеря интересны ситуации, способствующие раскрытию их спортивного потенциала. Им комфортно соревноваться в ситуации успеха. Вместе со старшими они научатся объективно оценивать происходящее, ставить справедливые оценки поступкам товарищей и уважительно относиться к мнению коллектива.

### ***Структура управления.***

Режиссёр – тренер.

Сценаристы – дети.

Мультипликаторы – дети.

**Задача** режиссёра, мультипликатора и художников – организация плановой работы лагерной смены. Каждый день на планёрке анализируется прошедшая работа и планируется следующее дело.

**Стратегию** обучающихся в деле организуют режиссер, мультипликатор и художники. Каждая мульт-студия создает свою систему жизнедеятельности, утверждает символику.

Вся информация об условиях обучающихся в том или ином деле представлена на информационном стенде.

Каждый от режиссера до героя должен соблюдать Законы и Заповеди.

**Законы:**

- Закон точного времени.
- Закон доброты.
- Закон порядочности.
- Закон дружбы.
- Закон безопасности.
- Закон взаимовыручки.

**Заповеди:**

- Все мы – одна семья.
- Один за всех и все за одного.
- Порядок, прежде всего.
- Каждое дело вместе
- Все делай творчески, а иначе зачем?
- Даже если трудно, доведи дело до конца.
- Чистота – залог здоровья.

## **5. Условия реализации программы.**

Для успешной реализации программы необходимо выполнение ряда условий:

1. Чёткое представление целей и постановка задач.
2. Конкретное планирование деятельности.
3. Кадровое обеспечение программы.
4. Методическое обеспечение программы.
5. Педагогические условия.
6. Материально-техническое обеспечение.

### **5.1. Кадровое обеспечение программы.**

В реализации программы участвуют:

- тренер

. Все остальные участники воспитательного процесса проводят работу по плану. Педагоги несут ответственность за жизнь и здоровье детей, выполнение учебно-воспитательного плана, проведение обще лагерьных дел.

### **5.2. Методическое обеспечение программы.**

Наличие программы лагеря, плана работы, плана-сетки.  
Должностные инструкции всех участников процесса.

Подбор методических разработок в соответствии с планом работы.  
Проведение ежедневных планёрок.  
Разработка системы отслеживания результатов и подведения итогов.

### 5.3. Педагогические условия программы.

1. Отбор педагогических средств с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, способствующих успешной самореализации детей.
2. Организация различных видов деятельности.
3. Добровольность включения детей в организацию жизни лагеря.
4. Создание ситуации успеха.
5. Систематическое информирование о результатах прожитого дня.
6. Организация различных видов стимулирования.

### 5.4. Материально-техническое обеспечение программы.

1. Выбор оптимальных условий и площадок для проведения различных мероприятий.
2. Материалы для оформления и творчества детей.
3. Наличие канцелярских принадлежностей.
4. Аудиоматериалы и видеотехника.
5. Призы и награды для стимулирования.

|                     |   |
|---------------------|---|
| Кабинеты            | Комната отдыха, игровые комнаты   |
| Спортивный зал      | Занятия спортом, состязания, линейка (в случае плохой погоды)   |
| Бассейн             | Учебно-тренировочный процесс  |
| Спортивная площадка | Линейка, проведение общелагерных игр на воздухе, спартакиады, спортивные состязания, тонировочный процесс |
| ФАП                 | Медицинский контроль мероприятий лагерной смены   |

### 5.5. Методы и формы реализации программы:

- ✓ *Словесные методы* - беседы и рассказы, использование художественного слова (загадки, стихотворения, поговорки, пословицы);
- ✓ *Наглядные методы* - использование схем для работы в творческих мастерских; демонстрационных материалов; образцы поделок;
- ✓ *Метод игры* - использование подвижных игр; игр на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения; коммуникативные, познавательные и сюжетные игры.
- ✓ *Сюжетно - ролевая игра* – позволяет вовлечь детей в активную деятельность, раскрыть творческие способности каждого ребенка.
- ✓ *Мастер-класс* - это форма организации творческой деятельности детей по созданию творческого продукта под руководством одного из мастеров – педагогов.
- ✓ *Игровые программы.*
- ✓ *Спортивные эстафеты, соревнования и праздники.*
- ✓ *Коллективно-творческие дела.*

## 6. Этапы реализации программы

### ***I этап. Подготовительный – февраль***

Разработка концепции Программы, определение основных целей и задач, изучение имеющихся методического материала, обобщение опыта реализации аналогичных программ.

### ***II этап. Планировочный - февраль***

Разработка планов реализации Программы и сценариев конкретных мероприятий.

### ***III этап. Организационный – февраль***

Подбор кадров для реализации Программы, подготовка материальной базы и формирование списка отрядов. Подготовка реализации Программы, создание нормативно-правовой базы.

### ***IV этап. Практический – март***

Практическая реализация Программы в соответствии с заявленными целями, задачами и разработанными планами.

### ***IV этап. Аналитический – конец марта***

Обобщение результатов практической работы, анализ Программы и ее коррекция в соответствии с предложениями детей, родителей, педагогов. Проведение анализа качественных изменений, произошедших с участниками смены.

Аналитическая деятельность осуществляется по мере реализации программы в форме педагогического совета коллектива лагеря.

## **7. Критерии эффективности программы.**

Для того чтобы программа заработала, нужно создать такие условия, чтобы каждый участник процесса (взрослые и дети) нашел свое место, с удовольствием относился к обязанностям и поручениям, а также с радостью участвовал в предложенных мероприятиях. Для выполнения этих условий разработаны следующие критерии эффективности:

- Постановка реальных целей и планирование результатов программы;
- Заинтересованность педагогов и детей в реализации программы, благоприятный психологический климат;
- Удовлетворенность детей и взрослых предложенными формами работы;
- Творческое сотрудничество взрослых и детей;
- Удовлетворенность детей и родителей результатами процесса летне-оздоровительной работы.

### ***Формы диагностики***

1. Наблюдение (при общении детей друг с другом, при проведении мероприятий и т.д.);
2. Анкетирование (при изучении направленности интересов, склонностей, мотивов действий, впечатлений детей и подростков)
3. Методика «свободный выбор» (незаконченный тезис);
4. Беседы, анализ мнений (родителей, детей, педагогов)

## **8. Предполагаемые результаты реализации программы.**

Участие в программе благотворно скажется на духовном и интеллектуальном развитии детей, будут динамично развиваться творческое мышление, познавательные процессы, лидерские и организаторские навыки.

Использование и реализация предложенных форм работы послужит созданию условий для реализации способностей и задатков детей, что окажет существенное влияние на формирование интереса к различным видам социального творчества, к созидательной деятельности.

*По окончании смены у ребенка:*

- ✓ будут сформированы гражданские качества, культура межличностных взаимоотношений;
- ✓ будет реализована мотивация к собственному развитию, участию в собственной деятельности, проявление социальной инициативы;
- ✓ будет развита индивидуальная, личная культура, приобщение к здоровому образу жизни;
- ✓ будут развиты коммуникативные, познавательные, творческие способности, умение работать в коллективе;
- ✓ будет создана мотивация на активную жизненную позицию в формировании здорового образа жизни и получении конкретного результата от своей деятельности;
- ✓ произойдет улучшение качества творческих работ, за счет увеличения количества детей, принимающих участия в творческих конкурсах;
- ✓ увеличится количество детей, принимающих участие в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях, развитие спортивных способностей у детей.
- ✓ у детей сформируются умения и навыки, приобретенные в секциях, мастерских, студиях, которые будут способствовать личностному развитию и росту ребенка.

### **План работы лагерной смены**

| Дни  | Мероприятия   |
|--|---|
| 1 день<br>Обустройство лагеря.<br>Проведение профилактической беседы по правилам дорожного движения. | 1. Организационная собрание «Здравствуй, лето!»<br>-инструктаж по правилам дорожного движения:<br>-принятие правил поведения в лагере;<br>-инструктаж по охране труда;<br>2. Операция «Уют» - уборка территории лагеря.<br>3. Игра «Расскажи мне о себе».<br>4. Бассейн, тренировочный процесс. |
| 2 день<br>«Ярмарка идей»   | 1. Инструктаж по велотренировке.<br>2. Вело тренировка<br>2. Шоу – программа «Звездный небосвод».<br>3. Подвижные игры.   |
| 3 день   | 1. Кросс  |

|  |   |
|--|---|
| «День здоровья»<br>Проведение профилактической беседы, со специалистом ПДН | 2. Игра «Здоров будешь- все добудешь»<br>3. Игры на воздухе   |
| 4 день<br>«День животных»  | 1.Бассейн.<br>2. Игра «Зоологические забеги»<br>3. Викторина, конкурсы.<br>4. Подвижные игры.               |
| 5 день<br>«Танцуй и пой! Пой и танцуй!»                                    | 1.Кросс-поход.<br>2. Бассейн<br>3. Стартинейджер.<br>4. Подвижные игры.                                     |
| 6 день<br>«День игры»  | 1. 2. Игра «Колесо знаний»<br>3. Шахматно-шашечный турнир<br>4. Подвижные игры                              |
| 7 день<br>«До, ре, ми, фа»   | 1.Вело тренировка<br>2. День музыки (беседа о музыке, музыкальные игры, конкурсы, викторины,)<br>3. Бассейн |

### Список используемой литературы

1. Губина Е. А. Летний оздоровительный лагерь (нормативно-правовая база).- Волгоград: издательство «Учитель», 2017
2. Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Волгоград: Учитель, 2017
3. Козлова Ю.В., Ярошенко В.В., Туристский клуб школьников: Пособие для руководителя.- М.: ТЦ сфера, 2016. - (Библиотека вожатого)
4. Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Школа туристских вожаток: Учеб.-метод. пособие – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2016. – (Воспитание и доп. образование детей).
5. Ривкин Е.Ю., Организация туристической работы со школьниками: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2016. – (Метод. биб-ка).
6. Солнцеворот-99 или Сварожий круг: Настольная книга вожатого. – Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр,
7. Электронная версия газеты «1 сентября. Начальная школа»
8. Материалы журналов «ПедСовет» 2016-2017 г.