

Комитет образования Заводоуковского городского округа
Падунская средняя общеобразовательная школа
имени Заслуженного учителя школы РСФСР И.Е. Хребтова,
филиал Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
Заводоуковского городского округа
«Заводоуковская средняя общеобразовательная школа № 4 имени Заслужен-
ного учителя РСФСР, Почетного гражданина г. Заводоуковска
Агафонова Леонида Устиновича
(Падунская СОШ, филиал МАОУ «СОШ № 4»)

**Подпрограмма
лагеря с дневным пребыванием
Падунской СОШ, филиала МАОУ «СОШ №4»
«Здоровое поколение»»**

возраст детей от 6-16 лет
Рассчитана на 2 смены.

Информационная карта программы

1.	Название программы	«Здоровое поколение» (реализация программы «Здоровье»)
2.	Цель программы	Оздоровление детей и подростков в лагере с дневным пребыванием
3.	Наименование организации - заявителя	Падунская СОШ, филиал МАОУ «СОШ №4»
4.	Организационно-правовая форма	Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
5.	Почтовый и юридический адрес	627105 Тюменская область, Заводоуковский район, с. Падун, улица Школьная 31
6.	Основные направления деятельности	Оздоровительное, спортивное, психологическое
7.	Целевая группа организации	Обучающиеся образовательного учреждения от 6 до 16 лет
8.	Сроки реализации программы	июнь, июль 2019
9.	Руководитель программы	О.А. Сиберт, заместитель директора школы по воспитательной работе

Цель программы:

1. Формирование культуры здоровья.
2. Сохранение и укрепление физического, психологического здоровья учащихся в летний период
3. Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания.

Программа предусматривает решение следующих задач:

- создание условий, способствующих оптимальному двигательному режиму обучающихся разных возрастных групп;
- привлечение внимания детей и их родителей к проблеме здоровья;
- создание условий для снижения заболеваемости учащихся;
- формирование системы работы по формированию здорового образа жизни среди детей и взрослых;
- формирование культуры питания учащихся как неотъемлемой части здорового образа жизни;
- обучение детей принципам здорового питания;
- формирование важнейших социальных навыков, способствующих социальной адаптации.

Ожидаемый результат:

В результате реализации поставленных задач ожидается полное оздоровление:

- снижение заболеваемости в будущем учебном году,
- улучшение антропометрии (вес, рост тела),
- улучшение эмоциональных состояний личности (снижение повышенной тревожности и агрессивности у детей «группы риска»)
- повышение самооценки в целом у ребят.

Нормативные документы.

1. Конституция Российской Федерации.
2. Конвенция о правах ребёнка.
3. Положение о районном спортивно-оздоровительном совете, школьном.

Основные направления:

- физкультурно-спортивную деятельность,
- гармонично сбалансированное четырёхразовое питание,
- психологическое сопровождение.
- оздоровительные процедуры в течение дня.

Все спортивно массовые мероприятия включены в календарный план летнего отдыха.

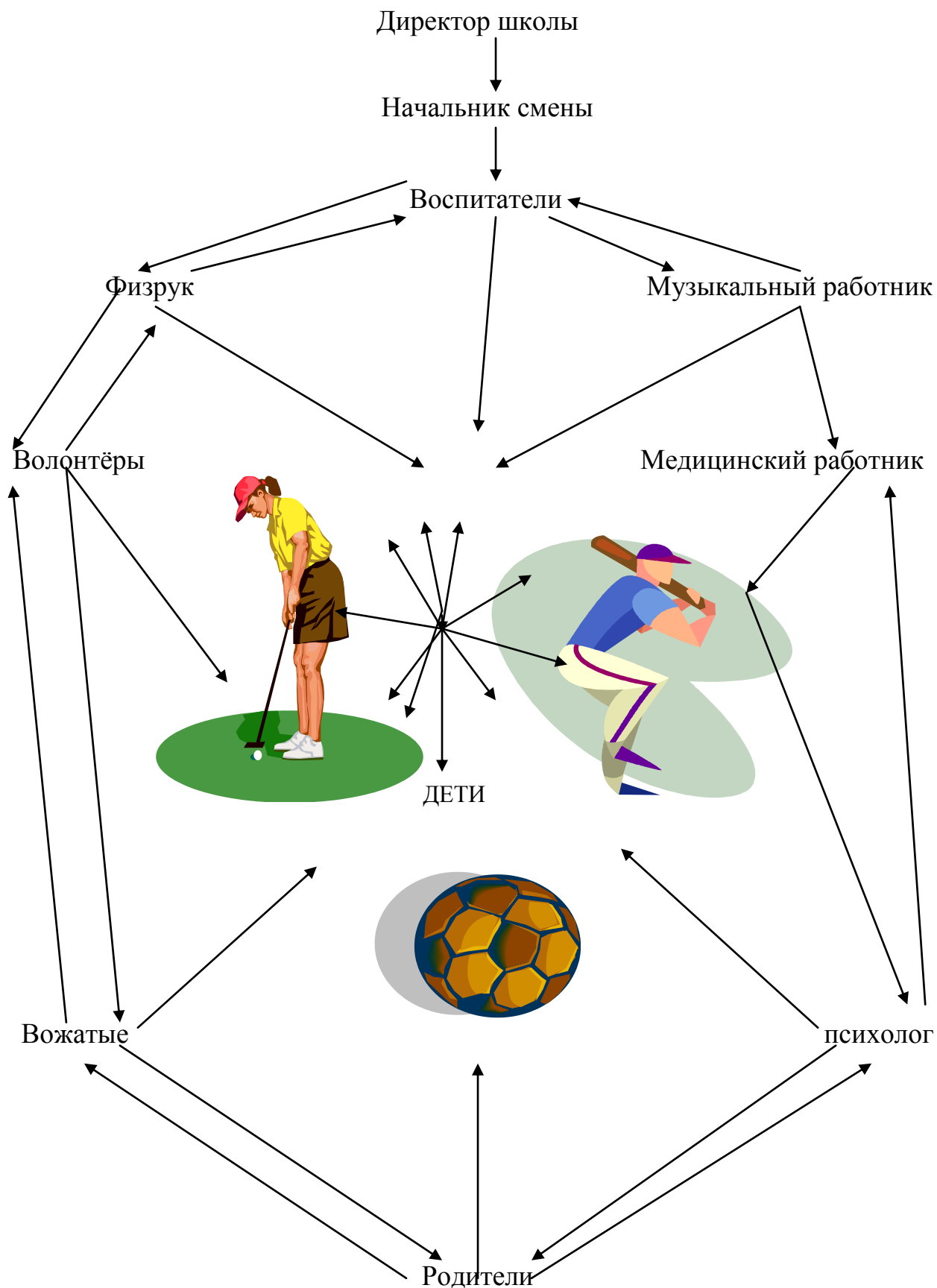
**План реализации оздоровительной подпрограммы
«Здоровое поколение».**

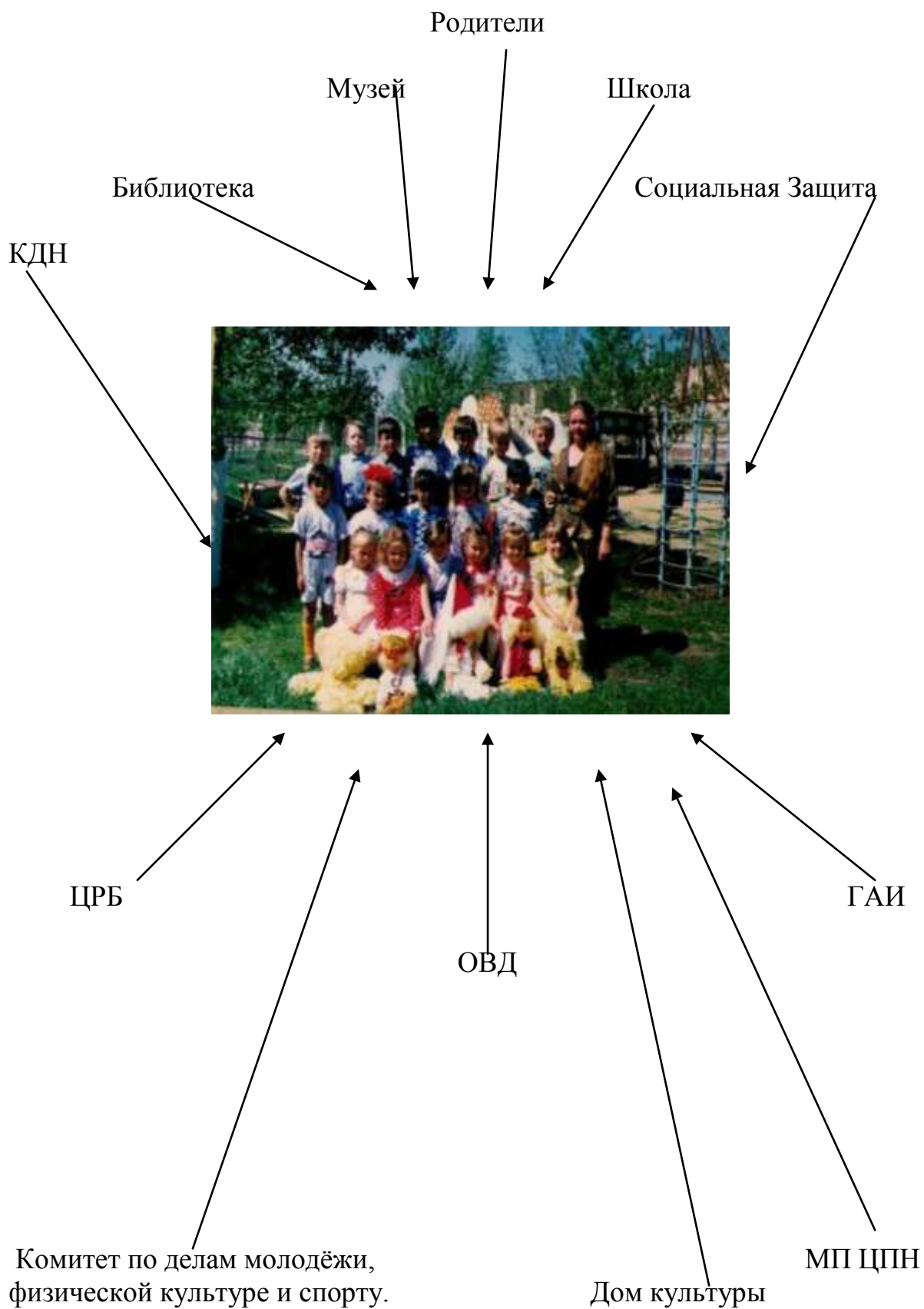
№ п/п	Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1	«Весёлая разминка»	ежедневно	физкультурный работник смены.
2	15 минут спокойствия	ежедневно	психолог школы, воспитатели отрядов.
3	Релаксация «Музыка души»	по плану воспитателя	воспитатель отряда
4	Трудотерапия	ежедневно	воспитатель отряда
5	Смехотерапия	ежедневно	воспитатель отряда
6	Сказкатерапия	ежедневно	воспитатель отряда
7	Пятиминутка «Зелёная аптека»	по плану воспитателя	воспитатель отряда
8	Фитотерапия	по плану воспитателя отряда	зав. столовой, медицинский работник, воспитатели
9	Витаминно-музыкальная чайная пауза.	по плану воспитателя отряда	зав.столовой, воспитатели отрядов, волонтеры.
10	Час откровения	по плану воспитателя отряда	воспитатель отряда
Воздушные, водные процедуры чередуются ежедневно и проводятся при наличии соответствующих погодных условий.			
11	Воздушные ванны «Массаж солнечных лучей»	по плану воспитателя отряда	медицинский работник, воспитатели отрядов.
12	Водные ванны для ног «Мойдодыр»	по плану воспитателя отряда	медицинский работник, воспитатели отрядов.
13	Закаливание, ходьба босиком «Притяжение земли»	по плану воспитателя отряда	медицинский работник, воспитатели отрядов.
14	Водные процедуры «Прогулка под дождем»	по плану воспитателя отряда	медицинский работник, воспитатели отрядов.
16	Дыхательная гимнастика «Выше неба»	по плану воспитателя отряда	медицинский работник, воспитатели отрядов.
16	Гигиенический час (беседы, викторины)	по плану воспитателя	воспитатель отряда
17	Проведение витаминной ярмарки.	по плану работы пришкольного лагеря.	Начальник лагеря, зав. столовой, медицинский работник, воспитатели отрядов
18	Спортивные состязания.	По плану воспитателя	физрук, творческая группа, воспитатели.
19	Учебная эвакуация	по плану работы	Начальник лагеря, воспи-

		пришкольного лагерь.	татели отрядов, вожатые.
20	Полоскание горла минеральной водой из источника.	ежедневно	воспитатель отряда
21	Витаминотерапия с разрешения родителей (комплевит)	ежедневно	медицинский работник, воспитатели отрядов.
22	Воспитание культуры, манер за столом.	ежедневно	воспитатель отряда, вожатые.
Занятия по программе «Позитивное общение для подростков»			
23	Занятие с элементами тренинга «Добро пожаловать».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
24	Упражнения – игры «Наши особенности.	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
25	Занятие с элементами тренинга «Я - это я, и это замечательно!» Релаксация «Полёт белой птицы».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
26	Занятие с элементами тренинга «Доверие в жизни человека».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
27	Занятие с элементами тренинга «Я и мир вокруг меня» Сюжетно-ролевая игра «Автобус».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
28	Групповая дискуссия «Как завязать дружбу» Релаксация «Полёт белой птицы».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
Занятия по программе «Сад моих чувств» для младших школьников.			
29	Экспресс-диагностика «Угадайка» Сюжетно-ролевая игра «Я и мой сосед».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
30	Изотерапия «Рисуем на доске ножницы» Релаксация «Воздушный шар».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
31	Сюжетно-ролевая игра «Кот в мешке »	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые,

	Релаксация «Сад чувств».		воспитатели.
32	Сказкотерапия Инсценирование сказки «Колобок», Релаксация - танец «Радости».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
33	Цветодиагностика. Игра-релаксация «Бой со Змеем Горынычем».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
34	Упражнение-игра «Правильное дыхание» Релаксация «Шум волны».	по плану психолога	психолог школы Е.В.Перистая, вожатые, воспитатели.
Спорт- жизнь			
35	Ежедневные спортивные состязания, соревнования, игры на свежем воздухе.	ежедневно	учитель физкультуры Николаева М.Н., волон- тёры, вожатые и воспита- тели отрядов.
36	День Здоровья	по календарно- тематическому планированию программы лет- него пришколь- ного лагеря «Дет- ский городок»	учитель физкультуры Николаева М.Н., началь- ник лагеря, волон- тёры, вожатые и воспитатели отрядов.
37	Малые Олимпийские игры		
38	Веселый репортаж (конкурс рассказов, рисунков, песен, танцев на спортивную тему)	по плану воспитателя отряда	воспитатель отряда, вожатые.
Профилактические мероприятия			
39	Профилактика педикулёза, чесотки и микроспории.	по плану медицин- ского работ- ника школы и по плану воспитате- ля отряда	медицинский работник школы Л.С. Наумова, воспитатели отрядов.
40	Беседы на тему «Гигиена и я», «Культура питания».		
41	Защита социальных проектов «Моё здоровье в моих руках»	по плану программы «Детский городок»	начальник лагеря, воспитатели отрядов, вожатые, творческая группа.
42	Гигиенический час (беседы, викторины)	по плану воспитателя отряда	воспитатель отряда, вожатые.

Схема управления программой





Методика изучения удовлетворенности подростков жизнью в летнем лагере.

Подросткам предлагается прочитать (прослушать) утверждения и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале;

- 4 - совершенно согласен
- 3 - согласен
- 2 - трудно сказать
- 1 - не согласен
- 0 - совершенно не согласен

Примерные вопросы

1. Я жду наступления нового дня в лагере с радостью.
2. В лагере у меня обычно хорошее настроение.
3. У нашей группы хороший наставник.
4. Ко всем взрослым в нашем лагере можно обратиться за советом и помощью в любое время,
5. В лагере у меня есть любимый сотрудник.
6. В группе я всегда могу свободно высказать свое мнение,
7. Я считаю, что в нашем лагере созданы все условия для развития моих способностей.
8. В лагере у меня есть любимые занятия,
9. Я считаю, что лагерь по-настоящему готовит меня к самостоятельной жизни.
10. Когда я уеду домой, то буду скучать по лагерю.

Обработка полученных данных

Показателем удовлетворенности подростков ($У$) является частное от деления общей суммы баллов всех ответов подростков на общее количество ответов:

$$У = \frac{\text{общая сумма баллов}}{\text{общее количество ответов}}$$

Если $У > 3$, то можно констатировать высокую степень удовлетворенности, если же $2 < У < 3$ или $У < 2$, то это свидетельствует о средней и низкой степени удовлетворенности подростков жизнью в детском лагере.

Метод «Недописанный тезис»

Подростку предлагается ряд незаконченных фраз. Завершая каждую фразу, он может выразить свое отношение к той или иной теме или проблеме.

Например:

- Хороший христианский лагерь - это,...
- Если бы я был начальником лагеря, то непременно...
- Когда я вижу наставника, идущего мне навстречу, то...
- Самое главное в жизни нашей группы - это...
- В нашем лагере больше всего ценится...
- Больше всего меня радует (огорчает)...

Данная методика имеет ряд преимуществ по сравнению с анкетированием. Она рассчитана на получение первой, самой естественной реакции, позволяет затронуть аспекты и ситуации, которые в форме вопроса звучат надуманно. В зависимости от возраста отвечающего на каждый ответ дается от 15 секунд до 1 минуты. При обработке результатов ответы группируются по трем характеристикам: «положительная», «отрицательная» и «неясная». Сопоставление взглядов подростков разных групп по этим трем характеристикам дает интересную картину.

Методика опроса

Очень разнообразный по содержанию и самый простой по организации метод. Подростки получают задание: написать, что, по их мнению, в лагере хорошо и что плохо, что радует и что огорчает. Отсутствие ориентирующих вопросов дает возможность свободно изложить свое мнение. Выглядит это так:

В нашем лагере

Хорошо:	Плохо:
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
и т.д.	и т.д.

Анализ материала, полученного с помощью этой методики, позволяет выявить удачные и неудачные мероприятия, характер общения, отношений, настроение и другие показатели жизнедеятельности лагеря.

Методика анализа значимых событий

Данная методика позволяет проанализировать и оценить социально-психологические установки педагога, его отношение к детям, к своим коллегам, к педагогическому процессу, его поведение в трудных ситуациях. Методика предполагает составление каждым педагогом отчета о наиболее значимом, по его мнению, событии за смену (период смены, лето, год).

Вариант 1

Инструкция. Заканчивается еще одна смена. Вспомните наиболее значимое для вас как педагога событие этой смены. Опишите это событие, используя приведенный ниже бланк. Описание отдельных аспектов события должно точно соответствовать рубрикам бланка. Если вам понадобится больше места, используйте обратную сторону бланка.

Дата события

Описание события

Мысли во время события

Мысли после события

Чувства во время события

Чувства после события

Кто и как повлиял на мое восприятие этого события?

Заключение (выводы, к которым я пришел)

Вариант 2

Инструкция. Вспомните и кратко опишите два значимых для вас события, одно из которых было связано с переживаниями успеха, а другое - с переживаниями неуспеха,

Описание позитивного события

Описание негативного события

Метод ассоциативного текста.

Избирается одно слово, которое в наибольшей степени предельно четко обозначает изучаемый предмет или явление. Подросткам предлагается написать как можно большее количество слов, которые «приходят в голову» в связи с данным словом. А время при этом строго ограничивается. Призыв же написать «как можно больше слов» звучит настойчиво и убедительно. Итогом анализа становятся обобщенные характеристики ассоциаций.

«Игра в слова»

Ребята получают карточку с заданием, которое звучит так: «Дорогой друг! Расставь нужные слова в предложениях так, чтобы у тебя получился наглядный портрет твоего отряда:

Наш отряд – это _____ и _____ люди. Они собрались для того, чтобы _____ и _____, провести время и научиться _____.

Поэтому вместе чаще всего мы занимаемся тем, что _____ и _____.

Наш отряд объединяет _____ мальчишек и _____ девчонок, а также _____ вожатых, которые _____ здесь в детском лагере. Наши вожатые помогают нам в _____ и нам вместе с ними _____ и _____.

Анкета 1.

- Какие игры, дела помогли вашему отряду узнать друг друга, узнать свои силы?
- Когда вам скучно в вашем отряде, когда весело? Как ты думаешь, от кого это зависит?
- Кого в вашем отряде больше: отдыхающих или участников смены?
- Чему научили вас ваши вожатые за эти дни? За что им можно сказать спасибо?
- Ваш вопрос организаторам смены _____
- Ваше мнение о смене, о лагере _____

Анкета 2.

- Ты кто?
- Что для тебя в этой лагерной смене было самое важное?
- Чего в лагерной смене хотелось, чтобы было больше?

- Три качества, которые тебе в себе нравятся.
- Три качества, которые ты хочешь в себе прокачать.
- Три вещи, которые тебе на лагерной смене больше всего запомнились.
- Три вещи, которые ты бы на лагерной смене поменял, если бы организаторы обратились к тебе за советом.
- Три качества, которые ты ценишь в людях.
- Три занятия, от которых тебя реально прет.
- Три вещи, которые дают тебе чувство уюта
- Девиз твоей жизни одним предложением.

«Рейтинг популярности»

Ребятам раздаются карточки разного цвета и объясняются их обозначения. Например: красный – дело прошло интересно, помогло нам решить проблемы нашего отряда; зеленый – дело помогло нам пообщаться, лучше узнать способности друг друга; желтый – дело было важно для тех, кто был в этом заинтересован, его мы долго обсуждали вместе. После того, как карточки розданы и получены ответы на все вопросы ребят, организовывается коллективная работа. Каждый из присутствующих располагает карточки рядом с теми делами, которые прошли за эти дни в отряде или лагере. Список составляется заранее. После того как карточки расставлены, начинается анализ полученных результатов.

Результат работы – анализ субъективных и объективных оценок происходящих в лагере или в отряде событий.