

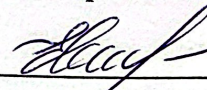
РАССМОТРЕНА

на заседании педагогического совета

Протокол № 04 от 04.05. 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Октябрьская школа №1»


И.Н.Евнуков
Приказ № 91-Д от 04.05. ШКОЛ. 2026 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ОСТРОВ ЗДОРОВЬЯ»

лагеря с дневным пребыванием детей

«Остров детства»

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения

«Октябрьская школа №1»

Авторы программы:

Подхватилина О.И.- начальник лагеря

Тараненко Т.И.-заместитель начальника лагеря

п. Октябрьское, 2026

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Остров здоровья»

Краткая аннотация программы

Направленность: физкультурно – спортивная.

Программа «Остров здоровья» для лагеря дневного пребывания имеет физкультурно-спортивную направленность и направлена на обучение детей бережному отношению к здоровью, укрепление здоровья воспитанников и развитие их двигательных способностей. Программа реализуется в течение лагерной смены, возраст обучающихся — 7–17 лет.

Цель программы — формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Также цель — обеспечить ребёнку возможность сохранения здоровья в летний период, сформировать у него необходимые знания и умения по здоровому образу жизни.

Задачи:

- **Укрепление здоровья** через проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий: утренней зарядки, спортивных игр, соревнований.
- **Развитие двигательных способностей** через подвижные игры, эстафеты, дни здоровья.
- **Привитие навыков здорового образа жизни** через просветительские беседы, знакомство с правилами безопасного поведения, профилактику вредных привычек.
- **Формирование благоприятной психологической среды** для социализации, общения со сверстниками, развитие коммуникативных навыков поведения в коллективе.
- **Развитие творческих, организаторских, интеллектуальных способностей** детей через коллективно-творческие дела смены.
- **Профилактика правонарушений** среди детей и подростков, например, через вовлечение в спортивные мероприятия и беседы о здоровом образе жизни.

Содержание

Элементы программы:

- Спортивно-оздоровительные мероприятия на свежем воздухе: спортивные праздники, акции (например, «Все на старт!»), флеш-мобы.
- Утренняя гимнастика (зарядка) — проводится ежедневно в течение 10–15 минут, в хорошую погоду — на открытом воздухе, в непогоду — в проветриваемых помещениях.
- Подвижные игры — включают основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки, способствуют развитию ловкости, быстроты, выносливости.
- Эстафеты и соревнования, например, в рамках Спартакиады лагеря или муниципальных соревнований.
- Просветительские беседы о здоровом образе жизни, правилах поведения в общественных местах, безопасности на дорогах. sc
- Сюжетно-ролевая игра — например, «Островок здоровья», где дети делятся на отряды (племена) и следуют законам острова (отказ от вредных привычек, оптимальный двигательный режим и др.).
- Творческие мастер-классы и конкурсы, связанные с историей спорта, творчеством или экологией, для расширения кругозора.

Программа включает здоровьесберегающие технологии: закаливание, режим питания, психологическую поддержку.

Ожидаемые результаты

После реализации программы ожидается:

- **Укрепление здоровья** — снижение заболеваемости, уменьшение количества детей с вредными привычками, увеличение доли участников, участвующих в спортивных мероприятиях.
- **Формирование навыков ЗОЖ** — дети узнают о правилах здорового питания, важности физической активности, последствиях курения и алкоголя.
- **Развитие творческих и коммуникативных способностей** — через коллективные творческие дела, спортивные соревнования и общение в коллективе.
- **Повышение социально-психологической комфортности** — создание благоприятной среды для социализации, укрепление дружбы между детьми разных возрастов.
- **Разработка материалов по ЗОЖ** (буклеты, памятки) для распространения среди родителей и сверстников.

Повышение интереса к спорту — дети получают опыт участия в соревнованиях, эстафетах и играх, что мотивирует на регулярные занятия физической культурой. Программа также направлена на **социализацию** — вовлечение детей в общественно значимые проекты (например, помощь в уборке территории, участие в благотворительных акциях).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля
		всего	теория	практика		
1	Малые олимпийские игры	1	0,5	0,5	Подвижные игры	Наблюдение
2	Подвижные игры: «По морям, по волнам»	1	0,5	0,5	Подвижные игры	Наблюдение
3	Подвижные игры: «Посмотри на мой рекорд!»	1	0,5	0,5	Подвижные игры	Наблюдение
4	Подвижные игры: Летние олимпийские игры	1	0,5	0,5	Подвижные игры	Наблюдение
5	Подвижная командная игра «Музыкальная пирамида»	1	0,5	0,5	Подвижные игры	Наблюдение
6	Спортивная эстафета «Морской бой»	1	0,5	0,5	Подвижные игры	Наблюдение
7	Командная игра «Улыбка в спорте помогает»	1	0,5	0,5	Подвижные игры	Наблюдение
8	Настольные игры по ПДД	1	0,5	0,5	Настольные игры	Наблюдение
9	Эстафета «Экипаж- моя семья»	1	0,5	0,5	Подвижные игры	Наблюдение
10	Турнир настольных игр	1	0,5	0,5	Настольные игры	Наблюдение
	ИТОГО	10	5	5		

