


Орган местного самоуправления
«Управление образования Каменск-Уральского городского округа»
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 21»
Летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

РЕКОМЕНДОВАНО:
Педагогический совет
Протокол № 8
« 18 » мая 2026г.

УТВЕЖДАЮ:
Директор Средней школы № 21
 О.В.Иванова
« 18 »  2026г.



ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОЙ СМЕНЫ
для летнего оздоровительного лагеря с дневным
пребыванием детей при Средней школе № 21
по направлению деятельности Движения Первых
НАЗВАНИЕ: «Здоровый образ жизни: перезагрузка!»
НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ: физкультурно-спортивная.

Возраст участников -6,5 -17 лет

Сроки реализации программы – 28.05.2026г.-26.06.2026г.

Программу составили:
Кислицина С.В., учитель
Селюнина О.А., учитель
Щербакова К.И., советник по воспитанию

Каменск-Уральский городской округ, 2026 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	6
СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	8
ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	133
ПРИЛОЖЕНИЕ К ПРОГРАММЕ СМЕНЫ	17

ВВЕДЕНИЕ

Профильная смена «Здоровый образ жизни: перезагрузка!» в соответствии с направлением деятельности Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение Первых» предполагает восстановление физического и психического здоровья в благоприятных природных и социокультурных условиях, освоение способов восстановления и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения к собственному здоровью и т.п.

Основными составляющими здорового образа жизни являются: оптимальный уровень двигательной активности, рациональное питание, соблюдение режима дня, личная гигиена, соблюдение правил поведения, позволяющих избежать травм и других повреждений.

Система мероприятий в детском лагере, направленных на воспитание ответственного отношения у детей и подростков к своему здоровью и здоровью окружающих, включает:

- физкультурно-спортивные мероприятия: зарядку, спортивные соревнования, эстафеты, спортивные часы;
- спортивно-оздоровительные события и мероприятия на свежем воздухе;
- просветительские беседы, направленные на профилактику вредных привычек и привлечение интереса детей к занятиям физкультурой и спортом;
- встречи с известными (интересными) людьми – общественными деятелями, деятелями спорта, культуры и искусства и др.

Профильная смена призвана популяризировать в детской и подростковой среде цели, принципы и основные активности Движения Первых, реализовать в специфических условиях лагеря с дневным пребыванием детей основные цели и задачи направления деятельности Движения «Здоровый образ жизни: перезагрузка!», в том числе флагманские проекты данного направления, такие как «Вызов первых», «Первая помощь» и другие, и способствовать увеличению количества детей и подростков, вовлеченных в деятельность Движения Первых.

Цели Движения Первых – это качественное образование, участие в культурной жизни, добровольчество, сохранение исторической памяти, здоровый образ жизни, развитие экологических проектов, охрана природы, развитие туризма по России. Миссия Движения Первых: «Быть с Россией, быть человеком, быть вместе, быть в движении, быть первыми».

Ценности Движения Первых:

- взаимопомощь и взаимоуважение;
- единство народов России;
- историческая память;
- добро и справедливость;
- мечта;
- созидательный труд;
- жизнь и достоинство;
- патриотизм;
- дружба;
- служение Отечеству;
- крепкая семья.

Задачи профильной смены:

- сформировать условия для получения участниками смены опыта организации деятельности, который они смогут реализовать в своем первичном отделении;
- мотивировать участников смены на деятельность в «Движение Первых» на основе духовно-нравственных традиционных российских ценностей, миссии и ценностей «Движение Первых», на осознанную социально-значимую деятельность;
- сформировать установку на командное взаимодействие, взаимоподдержку и заботу об общем деле в процессе деятельности в «Движение Первых» и его первичных отделениях;

—познакомить участников с основными направлениями деятельности и флагманскими проектами Движения Первых.

Главной задачей проведения профильной смены «Здоровый образ жизни: перезагрузка!» является получение детьми и подростками опыта организации социально значимой, коллективной, творческой деятельности, направленной на формирование у каждого человека активной жизненной позиции в отношении здорового образа жизни с целью его масштабирования и дальнейшей реализации в первичных детских коллективах во время учебного года.

«Здоровый образ жизни: перезагрузка!» – это комплексная программа, включающая в себя разноплановую деятельность, объединяющую различные направления отдыха, оздоровления и воспитания детей и подростков.

Программа оригинальна тем, что гармонично сочетает в себе воспитательную, образовательную, оздоровительную, игровую и досуговую деятельность детей и подростков.

Программа предусматривает приобщение детей и подростков к российским традиционным духовным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе.

Ценности Родины и природы лежат в основе патриотического направления воспитания.

Ценности человека, дружбы, семьи, сотрудничества лежат в основе духовно-нравственного и социального направлений воспитания.

Ценность знания лежит в основе познавательного направления воспитания.

Ценность здоровья лежит в основе направления физического воспитания.

Ценность труда лежит в основе трудового направления воспитания.

Ценности культуры и красоты лежат в основе эстетического направления воспитания.

Программа ориентирована на организацию отдыха детей и подростков, имеющих равные возможности развития своих творческих сил и способностей в эмоционально устойчивой среде лагеря с дневным пребыванием детей.

АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ СМЕНЫ

Возрастные категории детей: 6,5 – 10 лет (младшие школьники), 11-14 лет (подростки), 15-17 лет (старшие школьники), количество детей - 75 человек, количество отрядов – 3. Дети из числа обучающихся Средней школы № 21, проживающие в микрорайоне Ленинский и близлежащих территориях.

В летний период дети и подростки особенно ощущают необходимость в смене сферы их деятельности и впечатлений, получения нового опыта, в том числе одобряемой самостоятельной деятельности, коллективной творческой деятельности, игры, самоуправления, смены коллектива, роли. Профильная смена основана на таких важных принципах, как игра, творчество, коллективная деятельность, индивидуализация.

Основными традициями деятельности лагеря с дневным пребыванием детей являются:

- совместная деятельность детей и взрослых как ведущий способ организации воспитательной деятельности;
- создание условий, при которых для каждого ребенка предполагается роль в совместных делах (от участника до организатора, лидера того или иного дела);
- создание условий для приобретения детьми нового социального опыта и освоения новых социальных ролей;
- проведение общих мероприятий детского лагеря с учетом конструктивного межличностного взаимодействия детей, их социальной активности;
- включение детей в процесс организации жизнедеятельности временного детского коллектива;
- формирование коллективов в рамках отрядов, кружков, студий, секций и иных детских объединений, установление в них доброжелательных и товарищеских взаимоотношений;
- обмен опытом между детьми в формате «дети-детям»;

– ключевой фигурой воспитания является ребенок, главную роль в воспитательной деятельности играет педагог, реализующий по отношению к детям защитную, лично-но развивающую, организационную, посредническую (в разрешении конфликтов) функции.

Уникальность воспитательного процесса в лагере с дневным пребыванием детей заключается в кратковременности, автономности, сборности.

Кратковременность – короткий период лагерной смены, характеризующийся динамикой общения, деятельности, в процессе которой ярче проявляются личностные качества.

Сборность – предполагает объединение детей с разным социальным опытом и разным уровнем знаний, не скованных «оценками» прежнего окружения, каждый ребенок имеет возможность «начать все сначала».

2. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Целью профильной смены «Здоровый образ жизни: перезагрузка!» является создание условий для воспитания социально адаптированной личности с активной позицией в отношении здорового образа жизни через пропаганду здорового образа жизни, развитие физической культуры, профилактику негативных явлений в детско-подростковой среде, а также через познавательную, творческую, спортивную деятельность в условиях положительной эмоциональной атмосферы лагеря с дневным пребыванием детей.

Данная цель реализуется через решение следующих задач:

- создание благоприятных условий для организованного отдыха и укрепления здоровья детей и подростков;
- приобщение участников смены к традиционным духовно-нравственным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе;
- проведение комплекса мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, культуры поведения, навыков общения и взаимодействия;
- приобщение участников смены к спорту, творческим видам деятельности, к мероприятиям и событиям, направленным на профилактику негативных явлений в детско-подростковой среде;
- предоставление детям и подросткам возможности для социализации и самореализации личностного потенциала;
- приобщение детей и подростков к социально значимой деятельности, с целью ее дальнейшей реализации в своих первичных коллективах;
- создание дружеских отношений между детьми и взрослыми.

Концептуальные подходы и основные принципы реализации программы профильной смены основаны на том, что сегодня существует объективная необходимость в воспитании разносторонней личности с определенной системой ценностей. Общество осознало потребность в формировании у подрастающего поколения гражданственности, трудолюбия, нравственности, любви к Родине, семье, бережного отношения к окружающей природе и здоровью человека. Данный процесс осуществляется в условиях различных социальных институтов, таких как семья, общеобразовательные учреждения, учреждения дополнительного образования, детские общественные объединения и др.

Особая роль в воспитании разносторонней личности отводится лагерям с дневным пребыванием, где ребенку предоставляется правильно организованный отдых во время школьных каникул.

Поэтому становится очевидной необходимостью и возможностью осуществления лагерем с дневным пребыванием детей программы, направленной на физическое, нравственное и психическое оздоровление детей и подростков на основе эффективного использования кадрового, материально-технического и природного потенциала лагеря.

Программа реализуется через методики коллективной творческой деятельности и интерактивной игры, способные пробудить детско-подростковую любознательность, вовлечь в активное освоение окружающего мира. При выборе игр акцент делается на их видовое многообразие: игры соревновательного характера чередуются с играми на развитие сотрудничества и взаимопомощи, ролевые игры. Все мероприятия направлены на восстановление эмоциональной сферы и развитие навыков совместной деятельности, коммуникативных умений и творческих способностей детей и подростков с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Конституцией Российской Федерации;
- Конвенцией о правах ребенка;
- Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Федеральным законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Федеральным законом от 30.12.2020 № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации».

Федерации».

– Указом Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

– Федеральным законом от 14.07.2022 №261-ФЗ «О российском движении детей и молодежи».

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОФИЛЬНОЙ СМЕНЫ

Участие в программе профильной смены благотворно скажется на духовном, физическом и интеллектуальном развитии детей и подростков, 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 и подростков, что окажет существенное влияние на формирование интереса к различным видам социального творчества, к созидательной деятельности.

У участников профильной смены будут сформированы:

- знания о сущности понятия «здоровый образ жизни», его особенностях, основных составляющих, предназначении;
- представления о ближайшем природном окружении, об окружающей среде как важных факторах состояния здоровья каждого человека;
- устойчивое бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, поведение и деятельность в соответствии с общепринятыми правилами и нормами;
- умение работать в команде, понимание важности совместного труда и приложения усилий для общего дела, ответственности за результат;
- навыки, поддерживающие комфортную жизнь и продуктивную деятельность в условиях детского коллектива;
- представления о деятельности Движения, его миссии, ценностях, направлениях деятельности;
- понимание участниками смены потенциала Движения для личностного развития, развития социально значимых отношений и приобретения опыта социально значимых дел;
- умения выстраивать собственный маршрут здорового образа жизни.

Принимая участие в мероприятиях профильной смены, дети и подростки получают возможность в дальнейшем активно участвовать в общественной жизни страны, формировать гражданскую позицию, основываясь на идеалах добра и справедливости, в том числе через систему личностного и социального роста.

3. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Направления деятельности в рамках программы смены

Практическая реализация цели и задач профильной смены осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы:

- *гражданское воспитание* – формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в российском государстве и субъекту тысячелетней Российской государственности, знание и уважение прав, свобод и обязанностей гражданина Российской Федерации;
- *воспитание патриотизма*, любви к своему народу и уважения к другим народам России, формирование общероссийской культурной идентичности;
- *духовно-нравственное развитие и воспитание* детей и подростков на основе духовно-нравственной культуры народов России, формирование традиционных российских духовно-нравственных ценностей;
- *эстетическое воспитание* – формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;
- *экологическое воспитание* – формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовно-нравственных ценностей;
- *трудовое воспитание* – воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в труде, профессиональной деятельности;
- *физическое воспитание и воспитание культуры здорового образа жизни и безопасности*
- развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, личной и общественной безопасности;
- *познавательное направление воспитания* – стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к знаниям, образованию.

3.2. Основные формы реализации содержания блоков «Мир», «Россия», «Человек»

Блок «Мир» (наука, культура, ценности)

- Научно-познавательные квесты

Направленность: развитие интереса к науке и исследованиям, формирование навыков командной работы и критического мышления.

- Творческие мастерские

Направленность: раскрытие творческого потенциала, знакомство с разными видами искусства и культурными традициями, самовыражение через творчество.

- Экскурсии и лекции

Направленность: расширение кругозора, знакомство с мировыми культурными и научными достижениями, развитие визуальной грамотности.

- Просмотр и обсуждение научно-популярных фильмов

Направленность: расширение кругозора, формирование целостной картины мира.

Блок «Россия» (народ, идентичность, наследие и т. д.)

- Этнокультурные игры и фольклорные праздники

Направленность: знакомство с традициями, обычаями и фольклором народов России, укрепление межнационального взаимопонимания и уважения.

- Исторические квесты

Направленность: изучение значимых событий отечественной истории, сохранение исторической памяти, воспитание патриотизма и гражданской ответственности.

- Языковые творческие конкурсы и игры

Направленность: популяризация русского языка как государственного и языка межнационального общения, развитие речевой культуры и грамотности.

- Экологические акции

Направленность: воспитание бережного отношения к природе, развитие экологической культуры, вовлечение в деятельность по благоустройству и изучению родного края.

- Встречи с интересными людьми (ветеранами, общественниками, краеведами)

Направленность: передача жизненного опыта и ценностей, укрепление связи поколений, формирование чувства гордости за свою страну и малую Родину.

- Акции памяти

Направленность: сохранение исторической правды, воспитание гражданской позиции и чувства долга.

Блок «Человек» (культура ЗОЖ, безопасность, профилактика)

- Спортивные челленджи и эстафеты

Направленность: пропаганда здорового образа жизни, развитие физических качеств, командного духа и соревновательной мотивации.

- Интерактивные уроки безопасности

Направленность: обучение правилам безопасного поведения в различных ситуациях (в т.ч. в сети), профилактика вредных привычек, развитие навыков принятия ответственных решений.

- Мастер-классы по первой помощи и основам безопасности

Направленность: приобретение практических навыков оказания первой помощи, формирование культуры безопасности жизнедеятельности.

- Марафоны полезных привычек

Направленность: мотивация к ведению здорового образа жизни, формирование устойчивых привычек (режим дня, гигиена, физическая активность, правильное питание).

3.3. Основные формы обязательных инвариантных содержательных модулей.

1. «Спортивно-оздоровительная работа»

- Спортивные эстафеты и командные соревнования

Направленность: развитие физических качеств, формирование командного духа и здорового соперничества.

- Дни здоровья и активности (с комплексами упражнений, зарядками, прогулками)

Направленность: популяризация здорового образа жизни, профилактика гиподинамии.

- Тематические мастер-классы (фитнес, йога, элементы единоборств и т.д.)

Направленность: освоение новых видов физической активности, формирование интереса к регулярным занятиям спортом.

- Конкурсы плакатов и видеороликов на тему ЗОЖ

Направленность: творческое осмысление ценностей здорового образа жизни, пропаганда ЗОЖ среди сверстников.

2. «Культура России»

- Подвижные игры народов России

Направленность: знакомство с традициями, обычаями и народным творчеством народов России, сохранение культурного наследия.

- Творческие мастерские по традиционным ремёслам (роспись, вышивка и т.п.)

Направленность: практическое освоение народных художественных промыслов, развитие мелкой моторики и художественного вкуса.

- Литературно-музыкальные гостиные (чтение произведений русских классиков, исполнение народных песен)

Направленность: приобщение к классической и народной культуре, развитие эстетического восприятия.

- Квесты и викторины по истории и культуре России

Направленность: познавательная активность, углубление знаний о культурном наследии страны в игровой форме.

- Выставки творческих работ («Россия глазами детей», «Народные мотивы»)

Направленность: самовыражение через искусство, отражение культурного многообразия России.

3. «Детское самоуправление»

- Выборы в органы самоуправления (отряды, командиры отрядов)

Направленность: формирование гражданской позиции, освоение демократических процедур.

- Планирование и проведение тематических дней силами детей

Направленность: развитие организаторских навыков, ответственности за реализацию коллективных замыслов.

- Тематические дебаты по актуальным вопросам жизни лагеря

Направленность: развитие критического мышления, навыков аргументации и публичного выступления.

- Ролевые игры и тренинги по лидерству и командной работе

Направленность: развитие лидерских качеств, навыков коммуникации и сотрудничества.

4. «Инклюзивное пространство»

- Совместные творческие мастерские (арт-терапия, рукоделие, музыка) с участием детей с разными возможностями

Направленность: создание условий для взаимодействия и взаимопомощи, развитие эмпатии.

- Фестивали творчества с инклюзивными номерами и выставками

Направленность: демонстрация талантов всех участников, преодоление стереотипов и барьеров.

- Уроки доброты

Направленность: просвещение в вопросах инклюзии, формирование толерантного отношения к различиям.

- Добровольческие акции

Направленность: воспитание милосердия и активной гражданской позиции, вовлечение в социально значимую деятельность.

5. «Профориентация»

- Встречи с представителями профессий (экскурсии, интервью, мастер-классы)

Направленность: расширение представлений о мире профессий, мотивация к осознанному выбору.

- Профориентационные игры и симуляции

Направленность: моделирование профессиональной деятельности, выявление склонностей и способностей.

- Ярмарки профессий и образовательные выставки

Направленность: информирование о востребованных профессиях и образовательных траекториях.

6. «Коллективная социально-значимая деятельность в Движении Первых»

- Экологические акции (субботники, сбор вторсырья, озеленение)

Направленность: воспитание экологической культуры, забота о окружающей среде.

- Патриотические мероприятия (встречи с ветеранами, благоустройство памятных мест)

Направленность: сохранение исторической памяти, формирование гражданской идентичности.

- Ведение соцсетей Движения Первых

Направленность: популяризация ценностей Движения, развитие медиаграмотности.

- Онлайн-марафоны и челленджи

Направленность: объединение участников Движения, обмен опытом, продвижение социально значимых инициатив.

3.4. Основные формы вариативных содержательных модулей.

- Экскурсии и познавательные походы

Направленность: расширение кругозора, знакомство с культурным и природным наследием региона, развитие навыков наблюдения и коммуникации в неформальной обстановке.

- Кружки и творческие мастерские по интересам (художественные, технические,

декоративно-прикладные и др.)

Направленность: развитие индивидуальных творческих способностей, мелкой моторики, фантазии и практических навыков; формирование устойчивого интереса к конкретному виду деятельности.

- Тематические игровые программы и квесты (сюжетно-ролевые, интеллектуальные, спортивно-творческие)

Направленность: сплочение коллектива, развитие логического и стратегического мышления, коммуникативных навыков, инициативности и лидерских качеств в игровой форме.

- Творческие фестивали и конкурсы (вокальные, танцевальные, театральные, художественные и др.)

Направленность: раскрытие творческого потенциала, преодоление сценического волнения, формирование уверенности в себе, поддержка мотивации к самовыражению и саморазвитию; воспитание эстетического вкуса и культуры зрительского восприятия.

3.5. Уровни воспитательного пространства

Общелагерный уровень

Формы активностей:

- Тематические дни (например, «День науки», «Неделя традиций народов России»).
- Общелагерные квесты с интеллектуально-творческими заданиями.
- Фестивали талантов с номинациями по смысловым блокам программы.
- Коллективное создание арт-объекта или карты ценностей лагеря.
- Театрализованные представления с участием детей разных возрастов.

Направленность:

- формирование общелагерной идентичности и чувства причастности;
- демонстрация единства ценностей через творчество;
- развитие межвозрастного взаимодействия и взаимопомощи;
- популяризация научных знаний и культурного наследия;
- раскрытие творческого потенциала каждого ребёнка в масштабном проекте.

Межотрядный уровень

Формы активностей:

- Турниры интеллектуально-творческих игр.
- Мастер-классы, проводимые детьми для детей из других отрядов.
- Совместные добровольческие акции (благоустройство территории, помощь младшим).
- Творческие эстафеты или челленджи между отрядами.
- Совместное оформление пространства лагеря (стенгазеты, фотозоны).

Направленность:

- развитие навыков сотрудничества и коммуникации между разными группами;
- обмен опытом и знаниями между отрядами;
- формирование лидерских качеств и ответственности за общий результат;
- стимулирование здоровой конкуренции и взаимоподдержки;
- создание позитивного микроклимата в лагере через совместные дела.

Групповой уровень

Формы активностей:

- Работа в разновозрастных творческих объединениях.
- Кружки по интересам.
- Мастер-классы с элементами творчества.
- Создание выставки по выбранной теме.

Направленность:

- углубление знаний и навыков в выбранном направлении;
- развитие самостоятельности и инициативы в рамках малой группы;
- обучение работе в разновозрастной команде;
- формирование навыков планирования и реализации замысла;

4. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Детский оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей при Средней школе № 21 действует в (весенний, летний периоды). Ежегодно весенний сезон состоит из одной смены, продолжительностью 5 календарных дней, а летний – одна смена из 18 календарных дней. В течение одной смены в лагере отдыхает весной – 30 человек, летом – 125 человек. Комплекуются 1 (на весну) и 5 отрядов (на лето), количество детей в каждом отряде – 25-30 человек. Комплектование проводится по возрастному принципу.

4.2. Описание игрового сюжета смены

Игровая легенда смены городского лагеря по ЗОЖ: «Тайны Острова Здоровья»

Добро пожаловать в удивительный мир — на Остров Здоровья! Когда-то это было волшебное место, где всё дышало силой, бодростью и радостью. Жители Острова знали секреты крепкого здоровья, умели радоваться каждому дню и жили в гармонии с природой. Но однажды тёмные силы — Лорд Лень, Графиня Сладость и Барон Простуда — решили захватить Остров. Они наложили заклятие:

- Лень заморозила все спортивные площадки и спрятала инвентарь;
- Сладость заколдовала сады — теперь там растут только вредные лакомства;
- Простуда затуманила источники чистой воды и развеяла по ветру витамины.

Остров начал терять свои силы: краски поблекли, смех затих, а жители стали грустными и вялыми.

Миссия юных героев

Вы — Хранители Здоровья, избранные, чтобы снять заклятие тёмных сил и вернуть Острову былую славу! Для этого нужно пройти 6 испытаний и собрать 6 Кристаллов Здоровья:

1. Кристалл Активности — победить Лорда Лень в спортивных состязаниях.
2. Кристалл Питания — разгадать загадки садов и найти полезные продукты.
3. Кристалл Чистоты — очистить источники воды и победить микробов.
4. Кристалл Настроения — устроить праздник улыбок и зарядить всех позитивом.
5. Кристалл Режима — восстановить порядок и гармонию на Острове.
6. Кристалл Творчества — пробудить вдохновение и показать, что здоровье — это красиво!

Как это работает

- Каждый отряд становится командой исследователей с капитаном во главе.
- За выполнение заданий отряды получают кристаллы или подсказки от мудрого Доктора Витамина.
- В конце каждого дня — совет Хранителей, где обсуждаются успехи и планы на завтра.
- Собрав все Кристаллы, команды открывают Сундук Здоровья — заклятие будет снято!

Как открыть Сундук Здоровья

Сундук Здоровья спрятан в самом сердце Острова, в Пещере Гармонии. Он закован в магические цепи, каждая из которых подпитывается одной из тёмных сил. Чтобы их разрушить, нужно собрать все 6 Кристаллов.

Особенности Сундука:

- сделан из древнего дерева, украшен символами здоровья (листья, капли воды, бегущие фигурки);
- светится мягким светом, когда рядом оказывается Кристалл;
- издаёт мелодичный звон при появлении каждого Кристалла;
- цепи тускнеют и рассыпаются в пыль по мере заполнения гнёзд.

Процесс открытия:

1. Отряды собираются вокруг Сундука в последний день смены.
2. Капитаны отрядов по очереди собирают все Кристаллы в сундук (каждый рассказывает, как его команда добыла свой Кристалл).
3. После появления последнего Кристалла цепи окончательно рассыпаются, крышка медленно открывается.

Содержимое Сундука Здоровья

Внутри Сундука находятся:

- Свитки добрых дел — грамоты с индивидуальными достижениями каждого ребёнка («Мастер зарядки», «Знаток витаминов», «Творец настроения» и т. д.).
- Амулеты Здоровья — значки или брелоки с символикой ЗОЖ для всех участников.
- Карта Тайных Троп — план тематических активностей на следующий год.
- Письмо от жителей Острова — благодарственное послание с советами, как оставаться здоровым.
- Сладкий сюрприз — корзина с фруктами и полезными лакомствами (сухофрукты, орехи, зефир).

Персонажи

- Доктор Витамин — мудрый наставник, даёт задания и подсказки.
- Лорд Лень — хитрый, но неуклюжий злодей, который иногда сам попадает в свои ловушки.
- Графиня Сладость — обаятельная, но коварная, пытается соблазнить детей конфетами.
- Барон Простуда — ворчливый, но смешной, боится солнечного света и свежего воздуха.

Финал смены

Когда Сундук Здоровья открывается:

- над Островом вспыхивает Радуга Здоровья, переливающаяся всеми цветами;
- из Сундука вырывается облако искр, которые на мгновение касаются каждого участника, символизируя передачу силы здоровья;
- раздаётся торжественная мелодия (можно использовать аудиозапись или сыграть на инструментах);
- Доктор Витамин произносит напутственные слова о том, как сохранить здоровье в обычной жизни;
- Лорд Лень, Графиня Сладость и Барон Простуда торжественно приносят клятву помогать жителям Острова:
 - Лорд Лень обещает проводить утреннюю зарядку для всех желающих;
 - Графиня Сладость берётся готовить фруктовые десерты вместо конфет;
 - Барон Простуда учит правилам закаливания и дыхательной гимнастики.

Каждый участник получает:

- звание Хранителя Здоровья;
- Медаль Заботливого Сердца;
- персональный Свиток добрых дел;
- Амулет Здоровья.

После открытия Сундука участники передают «искру здоровья» друг другу через рукопожатие или хлопок ладоней и повязывания друг другу ленточки здоровья на запястье, высказывая друг другу слова благодарности — как символ продолжения доброй традиции.

4.3. Партнерское взаимодействие.

В процессе воспитания ЛОЛ сотрудничает с:

- Каменск-Уральский краеведческий музей имени И. Я. Стяжкина;
- Кинотеатр «Кинофокс»;
- МАУК «Досуговый комплекс «Современник»»;
- Каменск-Уральский Театр Драмы;
- Центр дополнительного образования;
- Каменск-Уральская детская музыкальная школа № 3;
- Библиотека им. А.П.Гайдара;
- Студия развивающего обучения «ОБЛАКО»
- ИП Кондратьев Андрей Владимирович
- Специалисты противопожарной службы, отдела надзорной деятельности и профилактической работы, преподавателями медицинского колледжа и

представителями ГИБДД.

4.4. Взаимодействие с родительским сообществом.

В программу смены городского лагеря, ориентированной на пропаганду здорового образа жизни (ЗОЖ), важно включить продуманный блок взаимодействия с родителями — это усилит эффект от мероприятий и создаст единую воспитательную среду.

Цели взаимодействия с родителями:

- повысить осведомлённость родителей о принципах ЗОЖ;
- вовлечь родителей в воспитательный процесс;
- обеспечить преемственность оздоровительных практик дома и в лагере;
- создать атмосферу доверия и партнёрства между лагерем и семьями.

Этапы и форматы взаимодействия

1. Подготовительный этап (до начала смены):

- Информирование: рассылка в родительские чаты с описанием программы смены, с акцентом на ЗОЖ-мероприятиях.
- Анкетирование: опрос для выявления ожиданий родителей, особенностей здоровья детей, их интересов и навыков.
- Памятка для родителей: рекомендации по сбору ребёнка в лагерь (спортивная одежда, полезные перекусы и т. д.), правила лагеря, контакты ответственных лиц.
- Собрание: презентация программы, ответы на вопросы, знакомство с вожатыми и с специалистами лагеря.

2. Основной этап (во время смены):

- Регулярное информирование:
 - ежедневные фото- и видеоотчёты;
 - публикации в соцсетях лагеря с хештегами смены (например, #ЗОЖЛагерь2026).
 - Совместные мероприятия: семейные спортивные праздники и конкурсы.
- Обратная связь:
 - ящик предложений для идей и замечаний.

3. Заключительный этап (после окончания смены):

- Анкета обратной связи: оценка родителями эффективности программы ЗОЖ, удовлетворённости, предложения на будущее.

Ожидаемые результаты

- повышение мотивации детей к ЗОЖ за счёт поддержки семьи;
- укрепление партнёрских отношений между лагерем и родителями;
- формирование устойчивых ЗОЖ-привычек у детей и взрослых;
- рост лояльности к лагерю и готовность родителей рекомендовать его другим.

4.5. Кадровое обеспечение программы смены.

В соответствии со штатным расписанием в летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей производится прием педагогических и иных работников для работы в лагере, в соответствии с трудовым законодательством Российской Федерации.

В соответствии со штатным расписанием в реализации программы участвуют:

- Начальник лагеря – 1;
- Старшая вожатая – 1;
- Педагоги-воспитатели – 12;
- инструктор по физической культуре – 1;
- медицинский работник -1;
- работники пищеблока – 5;
- УСП – 2.

Все специалисты имеют среднее профессиональное или высшее образование, опыт работы в ЛОЛ, опыт работы с детьми.

4.6. Материально-техническое обеспечение программы смены.

Площадь территории школы, где располагается лагерь с дневным пребыванием детей: 23804,0 кв. м.

Наличие ограждения: по периметру имеется металлическое ограждение из стальной

5. ПРИЛОЖЕНИЕ К ПРОГРАММЕ СМЕНЫ

5.1. ЛДП

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ Летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей при Средней школе № 21

Календарный план воспитательной работы летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей составлен с целью конкретизации форм, видов воспитательной деятельности и организации единого пространства воспитательной работы лагеря.

План разделен на модули, которые отражают направления воспитательной работы детского лагеря в соответствии с Программой воспитания, и определяет уровни проведения мероприятий.

2026 Год объявлен Годом единства народов России.

№ п/п	Наименование мероприятия	Модуль	Сроки проведения	Уровень проведения	
				Общелагерный	Отрядный
Организационный период смены					
1.	Торжественное открытие смены	«Движение Первых»	По графику смены	+	
2.	Торжественное закрытие смены	«Движение Первых»	По графику смены	+	
3.	Формирование и сплочение отряда, игры на знакомство	«Детское самоуправление»	Первые дни смены		+
4.	Выборы командира отряда	«Детское самоуправление»	Первые дни смены		+
5.	Принятие совместно с детьми законов и правил отряда	«Детское самоуправление»	Первый день смены		+
6.	Огонек (отрядная «свеча»)	«Детское самоуправление»	Ежедневно на протяжении смены		+
7.	Инструктажи и беседы по ЗОЖ, о безопасности в цифровой среде	«Спортивно-оздоровительная среда»	1-3 дни смены	+	+
8.	Инструктажи и беседы по ПДД, ПИБ, антитеррористической безопасности, правилам поведения	«Спортивно-оздоровительная среда»	По мере необходимости на протяжении всей смены	+	+

	на транспорте и в общественных местах и т.д.				
9.	Оформление отрядных уголков	«Детское самоуправление»	Ежедневно на протяжении смены		+
10.	Знакомство с инструкциями по охране труда, по противопожарной безопасности сотрудников ЛОЛ	«Психолого-педагогическое сопровождение»	Перед началом смены	+	
Основной период смены					
1.	Церемония поднятия Государственного флага и исполнения Государственного гимна РФ	«Движение Первых»	Еженедельно, по памятным датам	+	
2.	Утренняя зарядка с пробежкой	«Спортивно-оздоровительная работа»	Ежедневно	+	
3.	Проведение тренировочной эвакуации	«Спортивно-оздоровительная работа»	Первая неделя смены	+	
4.	День защиты детей	«Движение Первых»	1 июня	+	
5.	День Здоровья и спорта	«Спортивно-оздоровительная работа»	По графику смены	+	
6.	День русского языка	«Культура России»	6 июня	+	
7.	День России	«Движение Первых»	12 июня	+	
8.	День Семьи	«Движение Первых»	По графику смены	+	
9.	День Памяти	«Движение Первых»	22 июня	+	
10.	День «Движение Первых»	«Движение Первых»	по графику смены	+	
11.	День профессий	«Профориентация»	По графику смены	+	
12.	День экологии и туризма	«Движение Первых»	По графику смены	+	
13.	Тематические и спортивные праздники, конкурсы, творческие фестивали.	«Спортивно-оздоровительная работа»; «Профориентация»;	На протяжении смены лагеря	+	+

		«Движение Первых»; «Культура России»			
14.	Посещение кружков разной направленности	«Кружки и секции»	Ежедневно на протяжении всей смены		+
15.	Тематические беседы	«Профорientация»	На протяжении все смены		+
16.	Освещение деятельности детского лагеря во официальных группах в социальных сетях и на официальном сайте ОУ	«Цифровая и медиа-среда»	Ежедневно на протяжении смены	+	
17.	Проведение на базе организаций- партнеров экскурсий, встреч, акций и мероприятий воспитательной направленности.	«Экскурсии и походы»	По графику смены		+
18.	Работа педагогического коллектива по тематике смены	«Психолого- педагогическое сопровождение»	Ежедневно на протяжении смены	+	
Итоговый период смены					
1.	Торжественное закрытие смены	«Движение Первых»	По графику смен	+	
2.	Презентация результатов деятельности отрядов	«Проектная деятельность»	По графику смены	+	+
3.	Прощальный огонек «Ленточки на память»	«Детское самоуправление»	По графику смены	+	+

		Лазертаг (платно)	Битва хоров «Россия – мой дом».		
15.06 ДЕНЬ СПОРТА	16.06	17.06 ДЕНЬ ОТКРЫТИЙ	18.06 ДЕНЬ ПРИРОДЫ	19.06 ОГЭ	20.06 ДЕНЬ ДРУЖБЫ
Спартакиада	ОГЭ	КТД «Рубеж» Научный квест «Открывай страну»	Конкурс рисунков на асфальте «Как прекрасен этот мир, посмотри!» Краеведческий музей «В каждой избушке свои погремушки» 10.00 – 10.45 2 отряд		Интерактивные площадки «Поляна народных игр»
Турнир рекордов «Вызов первых» Онлайн- челендж «А вам слабо?»		Творческий фестиваль «Талантом едины»	Маршрутная игра «Экологическая экспедиция» Сбор макулатуры		
22.06 ДЕНЬ ПАМЯТИ И СКОРБИ ДЕНЬ ГЕРОЕВ	23.06 ДЕНЬ СОВЕРШЕНСТВА	24.06 ДЕНЬ ВЗАИМОПОМОЩИ	25.06 ДЕНЬ УВЛЕЧЕНИЙ	26.06 ДО СИДАНИЯ, ЛАГЕРЬ! /ДЕНЬ МОЛОДЁЖИ	
Посещение обелиска на Ленинском посёлке	Конкурс агитбригад и плакатов «Мы за здоровый образ жизни!»	Скалодром Просмотр мультфильма «Мульты- Россия – народы»	Посещение кинотеатра «Кинофокс» (отряд-победитель) Краеведческий музей «В каждой избушке свои погремушки» 10.00 – 10.45 3 отряд	Театр-студия «Пирамида» Кондратьев в 10.00 День Молодёжи	
Конкурс чтецов «Голос войны: память сердца»	Театр-студия «Пирамида» Кондратьев в 12.30	Подведение итогов смены «Самый активный отряд» Дискотека-почта «Давайте говорить друг другу комплименты...»	Уроки доброты		