

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОГБУ ДО «СШ ЕАО»

Э.Ф. Клейман



ПЛАН РАБОТЫ
летнего оздоровительного лагеря спортивной
направленности с дневным пребыванием детей
ОГБУ ДО «СШ ЕАО» на 2026 год

Цели и задачи

Цель: организация отдыха и оздоровления детей через спортивные занятия, формирование навыков здорового образа жизни и командного взаимодействия.

Задачи:

- укрепление физического здоровья и развитие физических качеств (сила, выносливость, гибкость);
- формирование привычки к регулярным занятиям спортом;
- развитие коммуникативных навыков и толерантности;
- профилактика вредных привычек;
- создание позитивной эмоциональной атмосферы и снятие стресса.

Основные направления работы

1. Физкультурно-оздоровительная деятельность:

- ежедневная утренняя зарядка на свежем воздухе (10–20 минут);
- тренировочные занятия по избранным видам спорта (футбол, волейбол, баскетбол и др.);
- подвижные игры на спортивной площадке («Эстафеты», «Мини-футбол», «Пионербол»);
- спортивные соревнования и спартакиады в рамках лагеря;
- закаливающие процедуры (воздушные ванны, солнечные ванны при хорошей погоде).

2. Просветительская работа:

- беседы о здоровом образе жизни («Правильное питание», «Гигиена», «Профилактика вредных привычек»);
- встречи с медицинским работником или тренером для обсуждения темы спорта и здоровья;
- викторины и конкурсы на знание правил спортивных игр.

3. Социально-воспитательная работа:

- командные игры и эстафеты для развития навыков взаимодействия и взаимопомощи;
- тренинги на командообразование и развитие коммуникативных навыков;
- творческие задания (например, создание плакатов на тему спорта или здоровья);
- рефлексивные беседы в конце каждого дня или недели для обсуждения впечатлений.

4. Патриотическое воспитание:

- беседы о достижениях российских спортсменов, истории олимпийского движения;
- мероприятия, посвящённые Дню России (если он попадает в период смены)

Примерный план мероприятий

Дата	Мероприятие
1 июня	Открытие смены. Организационные мероприятия, знакомство с правилами безопасности и режимом дня. Утренняя зарядка, командная игра «Знакомство»
2 июня	Тренировка по выбранному виду спорта. Подвижные игры на площадке. Беседа «Спорт — это здоровье»
3 июня	Эстафеты и спортивные соревнования. Творческий конкурс рисунков на тему «Мой любимый вид спорта»
4 июня	Тренировка. Подвижные игры. Встреча с тренером или спортсменом
5 июня	День здоровья: тематические беседы, викторина «Знатоки спорта», спортивные игры
8 июня	Отдых (если это выходной день) или сокращённая программа (зарядка, свободная игра)
9 июня	Тренировка. Эстафеты. Рефлексия прошедшей недели
10 июня	Тренировка. Подвижные игры. Беседа о гигиене и профилактике травм
11 июня	Спортивные соревнования между отрядами. Награждение победителей
15 июня	Тренировка. Творческое задание: подготовка мини-презентации о любимом спортсмене
16 июня	День экологии: спортивно-экологическое мероприятие «Сохраним природу вместе» (сочетание спортивных заданий с экологическими темами)

Дата	Мероприятие
17 июня	Праздничное мероприятие ко Дню России с элементами спортивных игр и конкурсов
18 июня	Спортивные игры, эстафеты. Подготовка к закрытию смены
14 июня	Закрытие смены. Подведение итогов, награждение активных участников, прощальная линейка

Важные принципы организации

- **Безопасность:** строгое соблюдение правил техники безопасности во время занятий спортом и других мероприятий.
- **Индивидуальный подход:** учёт физических возможностей и состояния здоровья каждого ребёнка.
- **Рациональное распределение нагрузки:** чередование интенсивных тренировок с менее активными видами деятельности.
- **Психологический комфорт:** создание позитивной атмосферы, поддержка инициативы детей, профилактика буллинга.
- **Вовлечение родителей:** информирование о ходе смены, возможно проведение совместных мероприятий (например, «Папа, мама, я — спортивная семья»).