

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Великооктябрьская средняя общеобразовательная школа

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ Великооктябрьской СОШ  
 Е.С. Мириуца

Приказ №55 от 04.05.2026

**Программа**  
**«Время первых: Будь здоров!»**  
**летнего оздоровительного лагеря**  
**дневного пребывания детей при школе**

**Составитель:** Орлова О.Г.,  
начальник лагеря

пгт. Великооктябрьский  
2026

## Содержание

1. Информационная справка

2. Пояснительная записка

3. Целевой блок

- Цель
  - Задачи
  - Ожидаемые результаты
4. Механизм реализации программы
- Этапы реализации
  - Содержание программы смены по периодам
  - Система мотивации и стимулирования
  - Органы самоуправления
  - Режим дня
5. Ресурсное обеспечение
- Материально - техническое
  - Кадровое
  - Методическое
  - Информационное
  - Организационное
  - Финансовое

## Информационная карта программы

1	Полное название программы	Комплексная, краткосрочная программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием «Время первых»
2	Вид лагеря	Летний оздоровительный лагерь дневного пребывания при школе
3	Направленность программы	Данная программа по своей направленности является духовно – нравственной.
4	Цель и задачи программы	<p><b>Цель –</b></p> <p>Создание условий для воспитания социально адаптированной личности с активной позицией в отношении здорового образа жизни через пропаганду здорового образа жизни, развитие физической культуры, профилактику аддиктивного поведения и других негативных явлений в детско-подростковой среде, а также через познавательную, творческую, спортивную деятельность в условиях положительной эмоциональной атмосферы лагеря.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создание благоприятных условий для организованного отдыха и укрепления здоровья детей;</li> <li>– приобщение участников смены к традиционным духовно-нравственным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе;</li> <li>– проведение комплекса мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, культуры поведения, навыков общения и взаимодействия;</li> <li>– приобщение участников смены к спорту, творческим видам деятельности, к мероприятиям и событиям, направленным на профилактику аддиктивного поведения и других негативных явлений в детско-подростковой среде;</li> <li>– предоставление детям и подросткам возможности</li> </ul>

		<p>для социализации и самореализации личностного потенциала;</p> <p>– приобщение детей и подростков к социально значимой деятельности, с целью ее дальнейшей реализации в своих первичных коллективах;</p> <p>– создание дружеских отношений между детьми и взрослыми.</p>
5	Сроки реализации программы	<b>24.06.2026 – 14.07.2026 гг.</b>
6	Ключевая идея программы	Осмысление основных составляющих понятия «здоровый образ жизни», которые помогут определить безопасный для здоровья каждого человека жизненный путь и укажут путь саморазвития.
7	Название организации авторы программы	МБОУ Великооктябрьская СОШ Орлова Олеся Геннадьевна – начальник лагеря
8	Почтовый адрес организации, авторов программы	Тверская область Фировский м. о. пгт. Великооктябрьский, ул. Школьная д.17
9	Ф.И.О. руководителя организации	Мириуца Елена Сергеевна
10	Телефон, факс с указанием кода населенного пункта, электронный адрес организации, авторов	тел. (48239) 4-14-41, 4-14-41, факс 4-14-41; 4-14-42-бухгалтерия E-mail: firovo.velikookt@tvershkola.ru

## Пояснительная записка

Смена «Выбор первых – ЗОЖ!» в соответствии с направлением деятельности Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение Первых» (далее – «Движение Первых», Движение) «Здоровый образ жизни: «Будь здоров!» предполагает восстановление физического и психического здоровья в благоприятных природных и социокультурных условиях, освоение способов восстановления и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения к собственному здоровью, способов его укрепления 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 загородного лагеря основные цели и задачи направления деятельности Движения «Здоровый образ жизни:

«Будь здоров!», 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».

### Целевой блок

#### Цель:

Создание условий для воспитания социально адаптированной личности с активной позицией в отношении здорового образа жизни через пропаганду здорового образа жизни, развитие физической культуры, профилактику аддиктивного поведения и других негативных явлений в детско-подростковой среде, а также через познавательную, творческую, спортивную деятельность в условиях положительной эмоциональной атмосферы лагеря

#### Задачи:

создание благоприятных условий для организованного отдыха и укрепления здоровья детей;

– 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 аддиктивного поведения и других 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.

### **Ожидаемые результаты:**

Участие в программе 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 детей 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.

## **Механизм реализации программы**

### **Этапы реализации программы**

#### **Организационный период смены**

##### ***1 этап***

Старт смены

Ввод в игровой сюжет

#### **Основной период смены**

##### ***2 этап***

Реализация игрового сюжета

##### ***3 этап***

Подготовка и реализация коллективно-творческого дела (праздника)

##### ***4 этап***

Выход из игрового сюжета

#### **Итоговый период смены**

##### ***5 этап***

Подведение итогов смены.

Перспективы на следующий учебный год.

### **Содержание программы смены по периодам**

Содержание программы предполагает описание ключевых дел смены, которые рекомендованы к реализации, так как именно они поддерживают игровую модель. Педагогический коллектив лагеря может добавлять или разнообразить формы проводимых дел любого тематического дня при условии, что они будут представлены и реализованы в единой логике содержания всей программы и смысла игрового сюжета.

Обязательным условием является неведение участников относительно ожидающих их событий: каждое утро, открывая новые страницы волшебной книги, ребята вместе со своим вожатым/учителем находят новые задания, подсказки и приглашение к продолжению путешествия в следующий тематический день.

**Организационный период (1-3 дни смены)** – ребята собираются вместе после учебного года, чтобы познакомиться и интересно и познавательно провести время.

Задачи организационного периода:

- адаптация участников смены, знакомство с правилами лагеря, распорядком дня;
- знакомство с территорией, историей и инфраструктурой лагеря;
- знакомство со всеми участниками смены в форме творческих

визиток отряда;

- знакомство с содержанием программы смены (ввод в игровой сюжет, информирование детей об их возможностях в смене);
- создание позитивного эмоционального настроения на смену и активное участие в предстоящих событиях;
- формирование законов и условий совместной работы;
- подготовка к дальнейшей деятельности по программе.

<b>Формы ключевых событий и дел</b>
<i>1-й день смены. Организационный период. 24.06.2026</i>
День знакомства - Познавательная игра «Открытие 2 смены». ДК п. Великооктябрьский; - Организационный сбор «Давайте познакомимся!» (игры на знакомство, выбор названия отряда и девиза); - инструктаж по ТБ; - познавательная игра на местности «Разведай. Выясни. Сообщи.»
<i>2-й день смены. Организационный период. 25.06.2026</i>
День доверия - субботник «Здоровая природа, здоровый Я!». ДК п. Великооктябрьский; - тропа доверия «Мы можем ВСЁ» (игра на коллективообразование, взаимодействие и сплочение); - презентация «Мы пройдем сквозь земной простор...»
<i>3-й день смены. 26.06.2026</i>
День взаимопонимания - экологический фестиваль «День реки Цна». ДК п. Великооктябрьский - маршрутная игра «Ты-организатор!»; - презентация фотофестиваля «Посмотри Автопортрет нашего отряда»

**Основной период (4-13 дни смены)** – ребята живут активной внутренней жизнью: проводятся отрядные коллективно-творческие дела, решающие задачи различных видов воспитания.

Задачи основного периода:

- обеспечение жизнедеятельности участников в условиях ЗОЖ-фестиваля, реализация программы смены;
- поддержка коллективной организации деятельности участников через систему отрядного и лагерного самоуправления ;
- создание условий для проявления каждым ребёнком индивидуальности, его творческого и нравственного потенциала, активности и инициативы;
- приобщение детей к здоровому образу жизни;
- формирование норм взаимоотношений внутри коллектива.

**Ключевые события и дела**

<i>4-й день смены. 29.06.2026</i>
Быть с Россией
-торжественная линейка «Это моя Россия»; - флешмоб «Мы здоровью скажем – ДА!». ДК п. Великооктябрьский; -Акция «Письмо другу»
<i>5-й день смены. 30.06.2026</i>
Быть в движении
-подвижные игры по мотивам сказок А. С. Пушкина. Библиотека ДК; - Игротека на свежем воздухе; -КТД «Мы в движении»; -презентация фотофестиваля «Посмотри»: мы-россияне!»
<i>6-й день смены. 01.07.2026</i>
День здоровья
- детская игровая программа «Ура, лето!». ДК п. Великооктябрьский -просмотр видеоролика «Первооткрыватели России: Н.И.Пирогов и др.»; -КТД «Мы в движении»
<i>7-й день смены.02.07.2026</i>
День испытаний
-просмотр к/ф «Движение вверх»; -конкурсная программа «Цветик – семицветик»; -спортивное развлечение «Игры народов России». Библиотека ДК
<i>8-й день смены. 03.07.2026</i>
День спорта.
- игровая программа «Летний разгуляй». ДК п. Великооктябрьский; - викторина «что ты знаешь о российском спорте»; - просмотр видеоролика «Спортивная гордость России»
<i>9-й день смены. 06.07.2026</i>
День открытий
- викторина «Солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья»; - опрос детей «Шаги ЗОЖ-фестиваля»; -зоологические забеги «Маугли!»
<i>10-й день смены. 07.07.2026</i>
День природы
-конкурс изобретений «Действовать экологично»; -конкурс рисунков на асфальте «Как прекрасен этот мир, посмотри!»; -краеведческая экскурсия «Наш сквер». Библиотека ДК
<i>11-й день смены.08.07.2026</i>
День дружбы. День семьи, любви и верности
-игровая программа «Ромашковое настроение». ДК п. Великооктябрьский -спортивно – игровая эстафета «Весёлые старты»; -интерактивные площадки «Поляна народных игр»
<i>12-й день смены.09.07.2026</i>
Съедобный день

<ul style="list-style-type: none"> <li>- поход в кинотеатр;</li> <li>- викторина «азбука здоровья»;</li> <li>-викторина «Спортивная»;</li> <li>- «Мы за здоровый образ жизни» (изготовление открыток)</li> </ul>
<p><i>13-й день смены. 10.07.2026</i></p> <p>День увлечений</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игровая программа «Детство – это я и ты». ДК п. Великооктябрьский</li> <li>-мастер класс по оказанию первой помощи;</li> <li>-игра на местности «захват флага»</li> </ul>

**Итоговый период (14-15 дни смены)** – подводятся итоги.

Задачи итогового периода:

- оформление и представление результатов деятельности;
- анализ смены участниками;
- определение перспектив и постановка задач на будущее;
- награждение детей/отрядов за активное участие в программе лагеря, вручение благодарственных писем родителям и педагогам детей;
- подготовка детей к завершению смены, усиление контроля за жизнью и здоровьем детей.

<b>Ключевые события идеала</b>
<i>14-й день смены. 13.07.2026</i>
<p>День совершенства</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-конкурс плакатов «Мы за здоровый образ жизни»;</li> <li>- фольклорное занятие «Загадки народов России». Библиотека ДК</li> </ul>
<p><i>15-й день смены.14.07.2026</i></p> <p>До свидания, лагерь!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-час общения «Лента дружбы»;</li> <li>-мероприятие в Великооктябрьском ДК, посвящённое закрытию 2 смены летнего оздоровительного лагеря;</li> <li>-концерт, освященный закрытию лагеря.</li> </ul>

### **Система самоуправления**

В основу детского самоуправления поставлен деятельностно-ориентированный подход, при котором вначале педагог определяет объём деятельности, который следует разделить с ребятами, и лишь затем формируется детское сообщество, способное реализовывать эту деятельность совместно со взрослыми.

Принципы детского самоуправления:

- добровольность;
- включённость в процесс самоуправления всех групп детей;
- приоритет развивающего начала для ребёнка;

- повсеместное присутствие (участие ребёнка в принятии всех решений, касающихся его, с учётом степени его социализации в коллективе, возрастных и психологических возможностей);
- доверие (предоставление детям большей свободы действий, увеличение зоны их ответственности);
- открытость, честность взрослых в общении с детьми и недопущение использования детей в качестве инструмента достижения собственных целей;
- ориентация на результат.

#### **режим дня**

**08.30–09.00 – сбор детей, зарядка**

**09.00–09.15 – утренняя линейка**

**09.15–10.00 – завтрак**

**10.00–12.00 – работа по программе лагеря, по плану отрядов, общественно полезный труд, работа кружков и секций**

**12.00–13.00 – оздоровительные процедуры**

**Подвижные игры и прогулки на свежем воздухе, принятие солнечных ванн.**

**13.00–14.00 – обед**

**14.00–14.30 – свободное время**

Спокойные настольные игры, чтение книг, рисование.

**14.30 – уход домой**

### **Ресурсное обеспечение**

#### ***Материально-техническое***

- школьная библиотека;
- столовая;
- игровая комната
- спортивная площадка;
- компьютер, принтер, ксерокс, мультимедийный проектор;
- художественные средства, настольные игры, канцелярские принадлежности

#### ***Кадровое***

1. Начальник лагеря
2. Воспитатели
3. Медицинский работник
4. Заведующая столовой
5. Повар
6. Кухонный работник
7. Обслуживающий персонал

#### ***Методическое***

1. Наличие программы лагеря, плана-сетки.
2. Должностные инструкции всех участников процесса.
3. Проведение установочного семинара для всех работающих в течение лагерной смены.
4. Подбор методических разработок в соответствии с планом работы.

### ***Финансовое***

За счёт средств муниципального бюджета, родительских средств

### ***Информационное***

Информация о деятельности лагеря доводится до сведения родителей и общественности путём размещения на сайте школы

### ***Организационное***

- Сотрудничество с Домом культуры, планирование совместных мероприятий;
- Сотрудничество с библиотекой.

