

Управление образования и молодёжной политики администрации
муниципального образования Александровский муниципальный район
Владимирской области
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный центр
туризма, краеведения и экскурсий»
Детский оздоровительный лагерь «Рекорд»



Утверждаю

Приказ от «13» 05 2024 г. № 272/ср

Директор

МБУДО «ДООЦТКиЭ»

Л.К.Подгорнова

ПРОГРАММА II смены
«Олимпийская деревня»
«КАЖДЫЙ ИЗ НАС ЧЕМПИОН»

для организации летнего отдыха детей и подростков

Автор программы:

Педагог-организатор

Кузнецова Ирина Викторовна

г. Александров

2024 год

Информационная карта программы

Полное название программы	Оздоровительно – образовательная программа «КАЖДЫЙ ИЗ НАС ЧЕМПИОН» - наука, творчество и спорт.
Автор программы	Педагог-организатор Кузнецова Ирина Викторовна
Цель	Организация отдыха в летний период, формирование здоровой разносторонней развитой личности через спортивно-тренировочную, игровую, научно-познавательную и инновационную деятельности.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> • Создание условий для подготовки юных спортсменов, их физического и духовного развития. • Поддержка спортивно-одаренных детей и подростков для реализации их интересов, потребностей в саморазвитии в избранном виде спорта и науке. • Удовлетворение потребностей детей в общении, в совместной творческой деятельности. • Создание положительного отношения детей к комплексу ГТО, мотивирование к участию в спортивно-оздоровительной деятельности. • Формирование умения межличностного и межгруппового общения на основе приоритета общечеловеческих ценностей.
Адресаты программы, количество участников	Рассчитана данная программа для детей и подростков в возрасте от 6 до 17 лет. Количество участников – 140 человек.
Место реализации	ДОЛ «Рекорд»
Сроки реализации	27.06.24- 17.07.24

Актуальность программы

Летние каникулы составляют большую часть свободного времени детей. Этот период очень благоприятен для оздоровления и воспитания детей, удовлетворения интересов и расширения кругозора каждого ребенка. Особое место в занятости свободного времени ребенка занимает загородный оздоровительный лагерь.

Что такое лагерь? Лагерь – это «островок» оздоровительного отдыха детей, в который включена разнообразная досуговая деятельность. Лагерь дает возможность каждому ребенку раскрыть свой потенциал возможностей, приблизить себя к высшему уровню самореализации и самоутверждения. В основу организации досуговой деятельности закладываются:

- учебно-исследовательская (познавательная) деятельность технической направленности;
- интеллектуально-познавательные игры;
- усвоение теоретических и практических социо-культурных знаний и навыков воспитанников;
- развитие физических способностей;
- развитие и расширение кругозора детей;
- оздоровление.

Новизна программы смены заключается в интеграции предметной профильной деятельности технической направленности с комплексом тренировочных, оздоровительных и досуговых мероприятий. Погружение участников смены в профильную среду осуществляется в ходе реализации инновационной проектной деятельности на основе использования возможностей технических наук. Инновационный подход реализуется и в оздоровительной работе с детьми и подростками: здоровье и система его обеспечения рассматриваются в качестве значимого ресурса успешной жизненной самореализации. Досуговые мероприятия соответствуют тематике программы. Используется методика открытого пространства — это открытые экспериментальные площадки, где дети и подростки работают в группах, коллективах, объединенных каким-либо общим интересом. Сочетание ежедневных тренировочных занятий и участие детей в проектной деятельности, связанной с видом спорта это ценный опыт участия в общественной и спортивной жизни, нацеленный на успешное участие в спортивных проектах. ДОЛ «Рекорд» отвечает всем условиям и требованиям проведения тренировочных сборов: режим дня, сбалансированное питание, программа оздоровления витаминами, благоприятная психологическая атмосфера, спортивные площадки, условия для релаксации и реабилитации.

Находясь в лагере, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни.

Комплексная программа II смены преследует основную цель—организация отдыха в летний период, формирование здоровой разносторонней развитой личности через спортивно-тренировочную, игровую, техническую и познавательную деятельности.

Задачи:

1. Создание условий для подготовки юных спортсменов, их физического и духовного развития.
2. Поддержка спортивно-одаренных детей и подростков для реализации их интересов, потребностей в саморазвитии в избранном виде спорта.
3. Удовлетворение потребностей детей в общении, в совместной творческой деятельности.
4. Создание положительного отношения детей к комплексу ГТО, мотивирование к участию в спортивно-оздоровительной деятельности.
5. Формирование умения межличностного и межгруппового общения на основе приоритета общечеловеческих ценностей.

Данная программа по своей направленности является социально-педагогической, и включает в себя разноплановую деятельность, направленную на социальное, духовно-нравственное развитие личности и объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях загородного оздоровительного лагеря.

Концепция оздоровительно-образовательной программы

Ведущими идеями программы являются: организация каникулярного отдыха детей, развитие мотивации к познанию и творчеству, содействие личностному и профессиональному самоопределению детей и подростков, самореализация ребенком своего «я», его адаптация к жизни в современном обществе, приобщение к здоровому образу жизни, органичное сочетание видов досуга с различными формами образовательной деятельности и, как следствие, решение проблемы занятости детей, подготовка и сдача нормативов ГТО.

В условиях круглосуточного контакта со спортсменами, тренеры-преподаватели имеют возможность лучше узнать каждого из них, полнее определить их способности к восприятию высоких тренировочных нагрузок. На сборах легче сплотить коллектив на решение спортивной задачи. Перемена обстановки способствует хорошему настроению спортсменов, повышает желание тренироваться, помогает быстрому восстановлению.

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конституция РФ.
- Конвенция о правах ребёнка.
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

- Федеральный закон от 28.06.1995 № 98-ФЗ «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений».
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» 2018-2025 г.г., утверждена постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642.
- Постановление Правительства РФ «О федеральной целевой программе «Дети России» от 21.03.07 г. №172, в ред. от 31.12.08 г. №1098.
- Указ Президента РФ «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.09.2012 г. № 599.
- Указ Президента РФ «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» от 07.05.2018 г. № 204.
- Федеральный проект «Современная цифровая образовательная среда в Российской Федерации». Утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 25 октября 2016 г. № 9).
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка». Утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 25 октября 2016 г. № 9).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года.

Принципы программы

В основе программы II смены - наука, творчество и спорт – вот наш двигатель вперед! Для организации летнего отдыха детей и подростков в 2023 году заложены следующие принципы:

1. Принцип гуманизации отношений. Построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху.
2. Принцип преемственности как связь качественно различных стадий развития, субъективности личности, степеней ее самостоятельности и ответственности.
3. Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям учащихся и типу ведущей деятельности. Исходной формой освоения любой информации воспитательного характера является сотрудничество ребенка и взрослого, которое позволяет сделать ребенка добросовестным и заинтересованным соратником, единомышленником воспитателя в своем же развитии, равноправным участником педагогического пространства.
4. Принцип гармонического развития педагогического пространства образовательного учреждения как условие высокого уровня ее целостности. Основа целостности педагогического процесса есть развивающаяся в многообразных формах жизнь детей.

5. Принцип средового подхода к воспитанию: педагогическая целесообразная организация среды профильного оздоровительного лагеря, а также использование воспитательных возможностей внешней (социальной, природной) среды.

6. Принцип дифференциации воспитания:

Дифференциация в рамках профильного оздоровительного лагеря предполагает:

- отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей;
- свободный выбор деятельности и права на информацию;
- создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены;
- взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;
- активное участие детей во всех видах деятельности.

7. Принцип вариативности – предполагает различный режим занятий в зависимости от возраста участников и их индивидуальных особенностей для исключения переутомления и наилучшего усвоения предлагаемой информации; различные подходы к подаче информации – лекционные занятия, практическая работа, интеллектуальные игры и другие формы работы.

8. Принцип коллективной творческой деятельности предполагает вовлечение детей в совместную творческую деятельность.

9. Принцип доступности предполагает, что ребенок вправе выбрать любой проект. Корректировка выбора осуществляется руководством профильной смены лишь с целью наибольшего соответствия проекта уровню знаний и интересов участников (неудачный выбор может сделать участие в смене малоуспешным).

10. Принцип самореализации – в рамках смены активно поддерживаются творческие проявления участников, и проводятся мероприятия с целью активизации творческой деятельности, обучения упорядоченному подходу к деятельности, обучения успешному и эффективному представлению результатов своей деятельности.

11. Принцип толерантности.

Задача педагогов в том, чтобы изучить особенности поведения ребенка и оказать ему необходимую психолого-педагогическую поддержку отдыхающих.

Жизнь в лагере должна быть насыщенной, полезной, полной событий. Надо использовать все возможности для интересного и полезного общения ребят с взрослыми и между собой. Досуг, игры должны побуждать к приобретению новых знаний, умений, к серьезным размышлениям, к получению социокультурных познаний.

Находясь в лагере, отдыхающие ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни.

Интеллектуальная работа направлена на расширение кругозора, развитие интеллекта воспитанников и их познавательной деятельности, развитие мышления, памяти, внимания, формирование положительных эмоций от образовательного общения.

Досуговая деятельность направлена на вовлечение детей в мероприятия, которые направлены на формирование духовно-нравственных ценностей у воспитанников.

Педагогический коллектив - вожатые и воспитатели, те, кто создает смысловое поле общения, организует жизнь и совместную деятельность детей и подростков.

Выделим основные требования к педагогам лагеря общения:

1. Знание основных закономерностей психического и физического развития детей подростков, основных аномалий развития, приемов первой медицинской помощи.
2. Умение организовать деятельность детей и подростков, построенную на принципах принятия, взаимопомощи, поддержки. Умение в отряде создать «зону ближайшего развития» для каждого ребенка. Совместно разделенная дозированная деятельность.
3. Умения и навыки, обеспечивающие организацию полноценного отдыха ребенка, раскрытие его возможностей, а также создание атмосферы располагающей к формированию духовно-нравственных ценностей.

Методы и формы реализации программы

Учет возрастных особенностей, знания об индивидуальном уровне физического и психического развития, анализ интересов и потребностей детей разных категорий позволяет целесообразно использовать в практической деятельности педагогические технологии, способствующие самопознанию и самоопределению детей и подростков:

- методы разностороннего воздействия на сознание, чувства и волю отдыхающих (беседа, диспут, открытый микрофон);
- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения (поручение, создание воспитывающей ситуации, экспериментальные работы);
- методы регулирования, коррекции и стимулирования поведения и деятельности (соревнование, поощрение (похвала), оценка);
- методы формирования сознания личности (идеалы, убеждения, моральные принципы и ценности).

Будут использованы методы:

методы оздоровления:

- витаминизация;
- физиотерапия;
- закаливание;
- утренняя гимнастика;
- спортивные занятия и соревнования;
- беседы по гигиеническому воспитанию и профилактике травматизма.

методы воспитания:

- убеждение;

- поощрение;
- личный пример;
- вовлечение каждого в деятельность;
- самоуправление.

методы образования:

- словесные методы (объяснение, беседа, рассказ, диалог);
- экскурсий;
- игра (игры развивающие, познавательные, подвижные, сюжетно-ролевые, народные, игры на развитие внимания, памяти, воображения, настольные, деловые игры);
- наблюдения (запись наблюдений).

Программа будет реализована через следующие **формы работы:**

- игры;
- спортивные соревнования;
- шоу;
- создание проектов;
- праздники;
- конкурсы;
- викторины;
- прогулки;
- игровые программы.

Методическая работа осуществляется посредством следующих форм:

- Ежедневные планерки (в период смены).
- Презентация работы воспитателей и вожатых.
- Индивидуальные и групповые тематические консультации.
- Наставничество.

Основное содержание программы

Главным в содержании деятельности смены является практическая отработка знаний, умений и навыков в определенных видах спортивного и физического развития. Для эффективного оздоровления и профилактики болезней необходимо тренировать и совершенствовать в первую очередь самое ценное качество - выносливость в сочетании с закаливанием и другими компонентами здорового образа жизни.

Программа реализуется в течение 21 дня, представляет собой спортивно-оздоровительную смену лагеря. Каждый день смены посвящен определённому виду спорта: **день легкой атлетики, гимнастики, единоборства, плавания, день тенниса и бадминтона, футбола, шахмат, день прыжков, день стрельбы из лука, день тяжелой атлетики, хоккея, день пионербола и волейбола, спортивной ходьбы, день Рекордсменов.**

В течении дня ребята ищут информацию по каждому дню и, конечно, говорят об Олимпийских чемпионах Владимирской области. На вечернем сборе происходит защита проектов, затем вся собранная информация вывешивается на стенд, где ребята могут в любой момент подойти и ещё раз посмотреть проект. План-сетка лагеря составлена таким образом, где спортивные мероприятия хорошо объединяются с творчеством.

Воспитательно-оздоровительный процесс которой включает два блока: *социокультурный и оздоровительный*.

Социокультурный блок состоит из следующих разделов:

- Тематические дни,
- творческие мастерские,
- интерактивные игры,
- спортивные соревнования,
- трудовые десанты,
- конкурсные программы.

Оздоровительный блок состоит из следующих этапов:

- организация двигательной активности;
- создание условий для оздоровительного режима дня;
- профилактическая работа и закаливание;
- комплекс эмоционального воздействия.

Организация двигательной активности

Во время нахождения детей в оздоровительном лагере под руководством инструкторов по физической культуре, плаванию, туризму и воспитателей проводятся:

- утренняя гимнастика;
- спортивные занятия;
- минутки здоровья.

Физкультурные мероприятия направлены на:

- укрепление мышц, позвоночника;
- предупреждение гиподинамии;
- предупреждение проявления отрицательных эмоций.

Создание условий для оздоровительного режима

Необходимость определенного распорядка дня основана на принципе биоритмии. Для наиболее эффективного оздоровительного режима в повседневной жизни ребенка реализуется следующая триада:

- достаточная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений;
- достаточные умственные нагрузки;
- превалирование положительных эмоций.

В режиме повторяются следующие моменты: время приема пищи (5-ти разовое), общая длительность пребывания ребят на открытом воздухе при выполнении

физических упражнений, минуток здоровья, прогулок, практических занятий. Все остальные компоненты режима варьируются.

Профилактическая работа и закаливание

Огромную роль в оздоровлении играют природные и климатические факторы, которые способствуют закаливанию детей, повышению устойчивости организма к различным заболеваниям.

Профилактические и закаливающие мероприятия:

- *дыхательная гимнастика* – включена в упражнения утренней гимнастики;
- *солнечные ванны* – благоприятно сказываются на функциях физиологических систем, улучшают общее состояние организма, состав крови, усиливают обмен веществ, повышают защитные силы организма, эмоциональный тонус (в то же время они являются сильнодействующим фактором и требуют строгой дозировки);
- *воздушные ванны* – повышают тонус нервной и мышечной системы, способствуют тренировке терморегуляции;
- *босохождение* – кроме закаливающего воздействия, способствует профилактике плоскостопия.

Оздоровительные и закаливающие мероприятия проводятся с использованием естественных природных факторов (воздуха, солнца, воды), а также физкультурных и спортивных занятий. Все закаливающие мероприятия проводятся под руководством инструкторов по физической культуре.

Основные направления деятельности

- Учебно-исследовательская (познавательная).
- Интеллектуально-познавательные игры.
- Усвоение теоретических и практических социо-культурных знаний и навыков воспитанников.
- Развитие и расширение кругозора отдыхающих.

Общественно-полезная и трудовая

- Трудотерапия (трудовой десант) на прилегающих к корпусам территории.
- Самообслуживание – дежурство по столовой и уборка лагерных помещений.
- Приобретение трудовых навыков, формирование экологической и социальной культуры, ответственности за порученное дело, помощи и взаимоподдержки.

Спортивно-оздоровительная

- Утренняя зарядка.
- Воздушные и солнечные ванны.
- Тренировочные занятия.
- Походы с играми на местности.
- Пропаганда и формирование здорового образа жизни.
- Улучшение физического состояния детей.

- Увеличение двигательной активности.
- Укрепление физического здоровья детей.

Природоохранная (художественно-эстетическая)

- Творческие дела: конкурсы рисунков, плакатов, песен, сказок, загадок, стихов и т.д.
- Выпуск бюллетеней о жизни в лагере.
- Развитие творческих способностей детей.
- Оформление композиций из природного материала, из вторичного сырья.
- Выставки работ детей.
- Использование работ детей в рекламных мероприятиях.

Диагностико-аналитическая

- Диагностические психологические тесты.
- Получение информации о самооценке детей и картины эмоционального состояния детей.

Ход реализации программы

1. Подготовительный (март):

- подбор кадров;
- подготовка методических материалов;
- подготовка материально-технической базы;
- формирование отрядов.

2. Организационный этап (1-2 день лагеря):

- знакомство с режимом работы лагеря и его правилами;
- оформление уголков отряда,
- знакомство друг с другом, с историей, традициями, лагерем (форма КТД).
- тренировочные занятия.

3. Основной этап (3-5 день лагеря):

- теоретический занятия по теории и методике физической культуры и спорта, проблемные задания, создается мотивация на тренировочную деятельность, изучаются правила по технике безопасности.
- тренировочные занятия.

4. Основной этап (6 – 9 день):

- спортивные, художественные, конкурсные программы, соревнования отрядов и т.п.; трудовые и экологические десанты;
- тренировочные занятия.

5. Основной этап (10 – 11 день): методическая работа с воспитателями, вожатыми; поручения, отрядные дела, квесты между отрядами; интерактивные игры, спортивно-оздоровительные мероприятия по плану; досуговые мероприятия.

6. Заключительный этап (12 – 13 день): финальные события лагеря (организуют советы дел), объединяющие песни у костра, методическая работа с воспитателями, с вожатыми. Итоги воспитательного процесса (результаты воспитательной деятельности вожатых, ПДО, воспитателей).

7. Финальный этап(14 день):

- Закрытие смены;
- Обобщение итогов деятельности;
- Сбор отчетного материала;
- Выпуск фотодневника лагеря;
- Рефлексия участников лагеря (отзыв о смене, пожелания, советы).

Система стимулирования.

Ежедневно в лагере подводятся итоги прошедшего дня. В рамках программы в качестве бонуса отряд получает медаль соответствующего цвета.

За каждым видом деятельности в лагере закреплен свой цвет:

- *золото*—спортивные успехи.
- *серебро* – чистота и порядок
- *бронза*— творческие и интеллектуальные успехи.

В конце смены подсчитывается количество медалей определенного цвета.

Обитатели медалей, набравшие наибольшее количество номинаций, получают КУБОК и диплом с подтверждением этого статуса.

Ожидаемые результаты

1. Общее укрепление здоровья воспитанников лагеря.
2. Подготовка спортсменов к соревновательному сезону.
3. Снятие психологического и физического напряжения.
4. Приобретение воспитанниками социо-культурных знаний, умений, формирование духовно-нравственных ценностей.
5. Выполнение норм ГТО в каждой возрастной группе.
6. Умение соблюдать нормы поведения, режим дня.
7. Позитивные социальные и эстетические изменения в лагере в процессе поддержания традиций и реализации программы.

План- сетка

«Каждый из нас чемпион»

Олимпийская смена за 21 день.

План работы ДОЛ «Рекорд» 2 смена 2024г.

Четверг 27 июня	11:00 - Заезд, расселение детей, операция «Уют», получение белья, внутри отрядный час (объяснение правил лагеря, правил техники безопасности), экскурсия по лагерю, игры знакомств. 14:00 - Отрядные дела- игра «Рассказ-эстафета»	17.00- Беседа «Береги свою жизнь» (инструктаж по ТБ, ПДД, пропаганды противопожарных знаний, антитеррор). Ознакомление с правилами внутреннего распорядка лагеря. Организационное мероприятие «Ромашка». 20:00 -Вечер знакомств (дым костра создаёт уют)
Пятница 28 июня	10.00 1.Квест «Лето, Солнце. Жара» 2. Подготовка к открытию смены- визитка отряда.	17.00- Работа в отрядах. 1.Оформление отрядных уголков, распределение поручений, визитка отряда. 20.00 -Конкурс «На зарядку становись»- флешмоб отряда.
Суббота 29 июня	10:00 Квест «Спортивный инвентарь» Подготовка к открытию 1 смены.	17:00 - Конкурс «Шумовой оркестр – спортивный инвентарь» 20:00- Танцевальная программа «Танцующие огоньки»
Воскресенье 30 июня	10:00 Подготовка к открытию 1 смены. 1.Конкурс отрядных уголков. 2. Работа в отрядах.	17:00 -Торжественное открытие, концерт « Каждый из нас чемпион».
Понедельник	10:00 -День Легкой	17:00 – Троеборье

1 июля	атлетики 1.Эстафета -«Палочка-выручалочка».	20.00- РомашкаКвест – «Здоровый образ жизни»
Вторник 2 июля	10:00 – День Гимнастики Квест – «Здоровый образ жизни»	17:00- Конкурс спортивных пирамид «Делай раз!» 20.00- Просмотр фильма
Среда 3 июля	10:00- День Плаваня 1.«День Нептуна», игры и конкурсы на воде, на песке	17:00- Весёлые старты с водой. 20.00 – танцевальный конкурс «Синхронное плавание»
Четверг 4 июля	10:00 - День Единоборства «Охотники и утки»	17:00- Богатырские потешки Рекорды в «Рекорде» 20.00 – «Ярче! Круче! Громче!»- шоу талантов , ОТБОРОЧНЫЙ ТУР.
Пятница 5 июля	10:00 - День Тенниса и Бадминтона Весёлые старты.	17:00-Конкурс спортивной песни. 20.00- Кинофильм
Суббота 6 июля	10:00 - День Футбола Эстафета с мячом	17:00- Все на футбол-играем командами. 20.00- Ромашка
Воскресенье 7 июля	10:00-День Шахмат Шахматный турнир Весёлый художник	17:00- танцевальный конкурс « Шахматное королевство» 20.00- развлекательная программа
Понедельник 8 июля	10:00 – День Прыжков «Спортивная эстафета со скакалкой»	17:00- «Ты супер»-игровая программа
Вторник 9 июля	10:00- День Стрельбы из лука Морской бой	17:00- Музыкальная игра-селфи. 20.00 –« Танцевальная программа -повтори»
Среда 10 июля	10:00 - День Прыжков Спортивная ярмарка	17.00 – Дворовые игры. 20.00-Большой концерт по заявкам «Это песня для тебя!»
Четверг 11 июля	10:00 - День Тяжёлой атлетики Спортивная эстафета	17:00- Конкурс « Волк и заяц»- спортивная пара 20.00 Кинофильм
Пятница 12 июля	10:00 - День Хоккея	17:00- конкурс – «Старая

	Квест –«Зимние виды спорта»	сказка на спортивный лад» 20.00- Костёр
Суббота 13 июля	10:00 - День Пионербола и Волейбола Квест- « Вкусняшка»	17:00- Игры по волейболу и футбол-Сборная детей и вожатых. Конкурс пародий - «Русский хит»
Воскресенье 14 июля	10:00 - День Спортивной ходьбы МОЙ день	17:00-игра « Вредный Фрукт» 20.00- Финал конкурса ««Ярче! Круче! Громче!»
Понедельник 15 июля	10:00 – День Олимпийский Квест –игра « Мы чемпионы»	17:00- Спортивные игры - пионербол, футбол. Подготовка к закрытию 1 смены.
Вторник 16 июля	10:00- День РЕКОРДСМЕНОВ – Чемпионов Закрытие 1 смены День писем День фантиков Репетиция концерта.	17:00- Торжественная линейка, посвященная закрытию 2 оздоровительной смены. 1. Прощальный концерт « До встречи!». 2.Прощальный костер. 3. Дискотека .
Среда 17 июля	10:00 - Лучики пожеланий. 1. Операция «Чемоданное настроение». 2. Отъезд детей.	

Список использованной литературы:

1. Волков И.П. Приобщение школьников к творчеству. – М.: Просвещение, 1992
2. Выгонов В.В. Летающие и плавающие модели.– М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА. – 112с.
3. Губина Е. А. Летний оздоровительный лагерь (нормативно-правовая база) - Волгоград: издательство « Учитель», 2006
4. Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Волгоград: Учитель, 2007
5. Гульянц Э.К. Учите детей мастерить.– М.: Просвещение, 1984.– 159с.
6. Дуванов А.А. Рисуем на компьютере, 7 класс. Книга для учителя. Санкт-Петербург, 2005
7. Ермаков А.М. Простейшие авиамодели.– М.: Просвещение, 1989.– 44с.

8. Журавлева А.Т., Болотина Л.А. Начальное техническое моделирование. Пособие для учителей начальных классов.– М.: Просвещение, 1982
9. «Педагогика временного детского коллектива», учебное пособие. — Владивосток, 2002.
- 10.«Пути развития системы детского отдыха». Материалы НПК в рамках встречи руководителей и организаторов детского отдыха регионов Сибири и Дальнего Востока, ВДЦ «Океан». - Владивосток 2003.
- 11.Сысоева, М.Е., Хапаева, С.С. Основы вожатского мастерства - Москва, 2012
- 12.Титов С.В.. «Здравствуй, лето!» – Волгоград 2001
- 13.Школа подготовки вожатых. А. А. Маслов. Омск – 2006

Электронные ресурсы

1. Сайт Уральские каникулы URL: уральские-каникулы.рф
2. Портал «Вожатый. ру», www.vozhatyi.ru
3. Сайт «Планерочка», www.planerochka.r
4. Портал «Сеть творческих учителей», сообщество «Место встречи друзей – детский оздоровительный лагерь» <http://www.it-n.ru>
5. Детский отдых. Лучшие программы отдыха и оздоровления детей и подростков. <http://vlager.edu.ru/>

Дорогой друг!

Ты приехал в лагерь. Мы, организаторы этой смены, хотим сделать ее интересной и полезной для тебя. Твоя помощь — в ответах на вопросы этой анкеты. Не надо долго обдумывать каждый свой ответ. Очень важны твои мысли именно в момент заполнения этой анкеты: что ты считаешь важным для себя сейчас, то и интересует нас больше всего. Заранее благодарим тебя за ответы!

1. Кто ты: мальчик или девочка? (Нужное подчеркнуть).
2. Твой возраст _____
3. Я хотел бы, чтобы отряд состоял из ребят, которые ...
4. Я предпочел бы активно участвовать в таких отрядных делах, как ...
5. Мне будет скучно, если в отряде будут проводиться ...
6. Я надеюсь, что наш вожатый будет ...
7. Лагерная жизнь будет для меня полезной, если ...
8. Я хотел бы научиться в лагере ...
9. Если мне предложат стать лидером-организатором в отряде, я ...
10. Я буду протестовать, если меня заставят ...
11. Если бы мне разрешили выбирать, остаться в лагере или уехать, я ...
12. Я хотел бы, чтобы режим дня в лагере включал в себя ...

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ВОЗРАСТОВ

7-8 лет

Подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо - вот, пожалуй, и все характерные черты. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей.

9-10 лет

Отличаются большой жизнерадостностью, внутренней уравновешенностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение ребят. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. Они легко и охотно выполняют поручения и отнюдь не безразличны к той роли, которая им при этом выпадает. Они хотят ощущать себя в положении людей, облеченных определенными обязанностями, ответственностью и доверием. Неудача вызывает у них резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем. Далекое цели, неконкретные поручения и беседы "вообще" здесь неуместны. Из личных качеств они больше всего ценят физическую силу, ловкость, смелость, находчивость, верность. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем. Их захватывают игры, содержащие тайну, приключения, поиск, они весьма расположены к эмоционально окрашенным обычаям жизни, ритуалам и символам. Они охотно принимают руководство вожатого. К его предложениям относятся с доверием и с готовностью откликаются на них. Доброжелательное отношение и участие вожатого вносят оживление в любую деятельность ребят, и вызывает их активность.

11-12 лет

Резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Он стремится завоевать в их глазах авторитет, занять достойное место в коллективе. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. Часто он не видит прямой связи между привлекательными для него

качествами личности и своим повседневным поведением. В этом возрасте ребята склонны к творческим и спортивным играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку. Их тянет к романтике. Вожатому легче воздействовать на подростков, если он выступает в роли старшего члена коллектива и, таким образом, 'изнутри' воздействовать на общественное мнение.

13-15 лет

Складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Они начинают обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится.

Больше не существует естественный авторитет взрослого. Они болезненно относятся к расхождениям между словами и делами вожатого. Они все настойчивее начинают требовать от старших уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

16-17 лет – юношеский возраст.

Они перерастают свою угловатость, неуклюжесть. Имеют привлекательную, повзрослевшую внешность. Формируются привычки. Обеспокоены своей сексуальной природой и особенностями умственного развития. Это сопровождается возникновением интимных эмоциональных отношений между юношами и девушками. Их мышление достигает новых высот. Характер к этому возрасту уже, как правило, сформирован, но неустойчивая самооценка, комплексы. Любят дебаты и споры. Их воображение обычно находится под контролем рассудка и суждений. Они принадлежат компаниям или к исключительной социальной группе.

Их очень интересуют собственные особенности и свой внешний облик. Хотят социального утверждения. Сейчас они более способны контролировать свои эмоции.

Устремленность в будущее, построение жизненных планов. Растет желание помогать другим. В общении появляется потребность во внутренней близости, откровенности, и тайнах, секретах. Потребность в неформальном, доверительном общении со взрослым. Устанавливаются эмоциональные контакты с взрослыми на более высоком сознательном уровне.

**ОЛИМПИЙСКИЕ ЧЕМПИОНЫ
ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ**



Андрианов Николай Ефимович

Спортивная гимнастика

Семикратный олимпийский чемпион

Место рождения: Владимирская область, г. Владимир

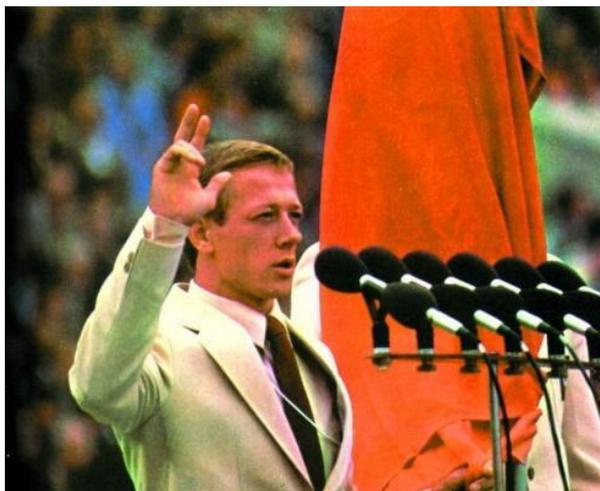


Резцова Анфиса Анатольевна

Биатлон, Лыжные гонки

Трёхкратная олимпийская чемпионка
Место рождения: Владимирская область, д. Якимец

Николай Андрианов



Николай Андрианов - человек, давший олимпийскую клятву. В настоящее время Николай Ефимович - символ владимирской школы гимнастики. Он, наверное, первый, кого вспоминают, когда говорят о владимирском спорте. А как иначе, если в 70-е годы XX века в мире не было сильнее гимнаста. Это знали все, не зря в 2001 году Николай Андрианов попал в гимнастический зал славы в Оклахоме-Сити.

Николай и Любовь Толкачевы



Николай и Любовь Толкачевы - «мама и папа» владимирской гимнастики Гимнастическая школа во Владимире только при Толкачевых стала известна сначала весь Советский Союз, а затем и весь мир. Пока Николай Толкачев отдавал все силы спортивной гимнастике, его супруга Любовь Николаевна возвращала таланты в художественной. Николай Толкачев был тренером сборной СССР на Олимпийских Играх 1976 и 1980 годов. Любовь Николаевна Толкачева воспитала около 30 мастеров спорта, была наставником многократной чемпионки мира и Европы по художественной гимнастике Светланы Кагарлицкой(Гусевой).

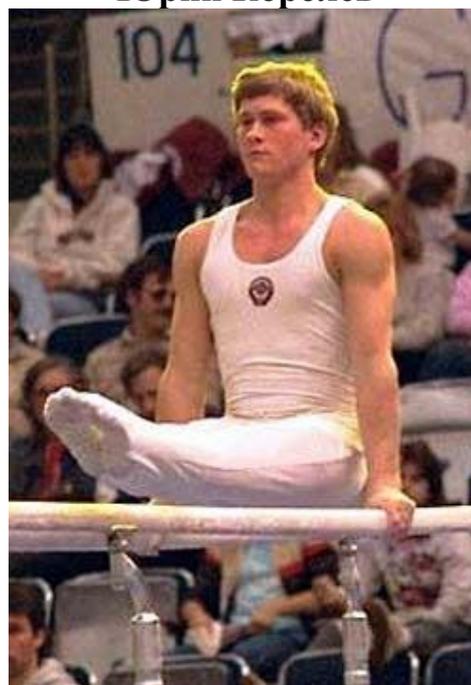
Светлана Гусева-Кагарлицкая



Светлана Гусева-Кагарлицкая - все, кроме булав

Родилась во Владимире 28 сентября 1960 года. Мастер спорта международного класса по художественной гимнастике. Одна из сильнейших представительниц художественной гимнастики Советского Союза.

Юрий Королев



Юрий Королев - король восьмидесятых

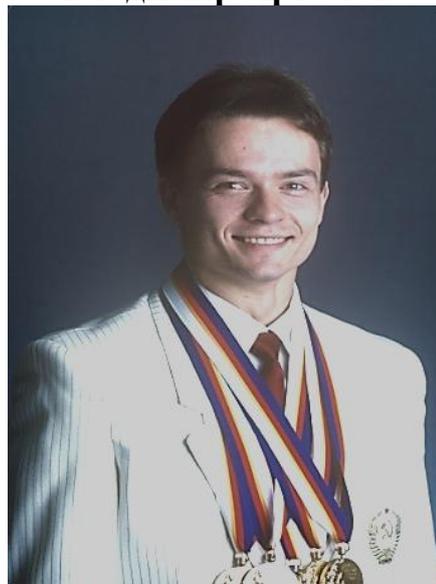
На 80-е годы XX века пришелся пик славы владимирской спортивной гимнастики. Тогда наш древний город представлял знаменитый гимнаст Юрий Николаевич Королев, родившийся во Владимире 25 августа 1962 года, и завоевавший за свою спортивную карьеру 13 медалей на чемпионатах мира (из них 9 - золотых), 8 медалей - на чемпионатах Европы (из них 3 - золотых). На Играх доброй воли, проходивших в Москве в 1986 году, Юрий Королев завоевал 6 медалей, из которых 5 - золотых и 1 серебряная.

Ольга Данилова



Ольга Валерьевна Данилова родилась 10 июня 1970 года в Татарстане, в городе Бугульме. В 1992 году переехала в город Александров, где и проживает до сих пор. Именно в том году она впервые принимает участие в Олимпийских играх в Альбервиле. Однако все ее главные победы произошли уже после 1996 года, то есть после рождения сыновей-близнецов Савелия и Семена. И в первую очередь речь идет о трех медалях Олимпиады в Нагано 1998 года (два золота и одно серебро). А ведь помимо этого с 1997 по 2001 годы Ольга Данилова сумела выиграть на чемпионатах мира 3 золотых, 4 серебряных и 2 бронзовых медали. Ольга Данилова - последняя владимирская олимпийская чемпионка.

Владимир Артемов



Владимир Николаевич Артемов родился во Владимире 7 декабря 1964 года. Советский гимнаст, четырёхкратный олимпийский чемпион, один из лучших гимнастов мира. Заслуженный мастер спорта СССР (1984). Окончил Владимирский государственный педагогический институт, в котором затем преподавал. Чемпион мира в командном первенстве (1985, 1987 и 1989 годов), в упражнениях на брусках (1983, 1987 и 1989 годов), серебряный призёр в многоборье (1985 года), в командном первенстве (1983 года), в вольных упражнениях (1987 и 1989 годов), в упражнениях на перекладине (1989 года). Абсолютный чемпион СССР (1984 года). Владимир Николаевич Артемов по иронии судьбы добился олимпийской славы достаточно поздно для гимнаста - в 23 года.

Рязанов Юрий



В 2006 году **Рязанов Юрий** вошел в состав основной сборной. Тогда же он выигрывает серебро чемпионата мира. Заслуженный мастер спорта (2007). В 2008 году он взял первую золотую медаль на международных соревнованиях (чемпионат Европы). И вот в 2009 году он выигрывает бронзу в многоборье на Чемпионате мира.

Павел Ростовцев



Павел Александрович Ростовцев родился 21 сентября 1971 года в городе Гусь-Хрустальный. Российский биатлонист, политик, трёхкратный чемпион мира, серебряный призёр Олимпийских игр 2006 года в эстафете. Заслуженный мастер спорта России.

Пик успехов Павла приходится на 1999-2001 годы, когда он на чемпионатах мира в разное время трижды выигрывает золото и четырежды серебро. Позже еще будет серебряная медаль в эстафете на Олимпиаде в Турине в 2006 году.

В Красноярске Павел Ростовцев живет и сейчас. Более того, с 2019 года он является Министром спорта края.

Алексей Слепов



Алексей Александрович Слепов родился 19 декабря 1986 года в городе Радужный. Дебютировал в декабре 2007 года на международных стартах как лыжник. В 2010 году впервые выступил на этапах Кубка мира по лыжным гонкам. Однако крупных побед не было, и ему предложили перейти в биатлон, что он и сделал в сезоне 2011/2012. В биатлоне многие спортсмены концентрируются на умении стрелять, но бегут медленно, а у Слепова была сумасшедшая скорость.

**Зимой - лыжи, летом - футбол
Дмитрий Вязьмикин**



Легенда владимирского футбола родился во Владимире 27 сентября 1972 года. Наверное, нет более любимого фанатами из Владимира футболиста, чем Дмитрий Владимирович Вязьмикин. Оно и неудивительно - ведь за все годы, что Дмитрий выступал за владимирское «Торпедо», он забил в ворота соперников 146 мячей! И это в 294 матчах. То есть он забивал каждую вторую игру. Неудивительно, что в 2009 году в честь 50-летия клуба по итогам голосования болельщиков владимирского «Торпедо» Дмитрий Вязьмикин признан самым ценным игроком в истории клуба.

Евгений Дурнев



Евгений Евгеньевич Дурнев родился во Владимире 4 августа 1972 года. Профессиональный тренер футбола, бывший игрок. Если бы позволило здоровье, он вполне мог достичь результатов на футбольном поле не хуже, чем у Дмитрия Вязьмикина с которым они большие друзья - начинали в «Торпедо» приблизительно в одно время, в высшей лиге играли бок о бок, а в 2000 году даже играли за одну команду - московское «Торпедо».

**Директор спорткомплекса «Торпедо»
Виктор Лосев**



Виктор Васильевич Лосев родился в Муроме 25 января 1959 года. Советский и российский футболист, защитник, мастер спорта, заслуженный мастер спорта СССР, самый известный футболист 33 региона. В футбол пришел не сразу. Сначала пробовал себя в легкой атлетике. Даже был призером в беге на сто метров в первенстве области. Но потом его заметили муромские футбольные тренеры и пригласили в местный клуб «Авангард».

Валентин Афонин



Еще один легендарный воспитанник владимирской футбольной школы - Валентин Иванович. Как и многих других футболистов того времени, армейские клубы забирали к себе лучших из лучших посредством призыва.

В 1970 году Валентин Афонин назван в числе лучших футболистов СССР. Валентин Иванович сыграл 244 матча за армейские клубы в чемпионатах страны, 46 игр в сборной страны (1965 - 1970). К сожалению, не сохранилась статистика его выступлений за владимирскую команду «Трактор».

Павел Кузнецов



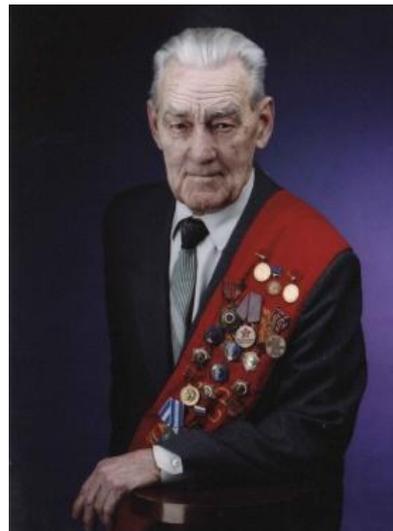
Павел Викторович Кузнецов родился 10 июля 1961 года в городе Струнино Александровского района. Советский тяжелоатлет, олимпийский чемпион, двукратный чемпион мира, заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный работник физической культуры Российской Федерации.

Именно на Олимпиаде в Сеуле (1988) Павел Кузнецов сумел достичь пика в своей карьере. Выступая в весовой категории до 100 кг, он в рывке поднял 190 кг, а в толчке - 235 кг. Этого оказалось достаточно для золота Олимпиады. Когда Павел ехал в Сеул, то был уверен в победе, о чем сам говорил позднее в многочисленных интервью.

Алексей Ловчев



Алексей Ловчев родился в городе Карabanово Александровского района 13 июня 1989 года. Российский тяжелоатлет, выступавший в весовой категории свыше 105 кг. Чемпион Европы 2014 года, чемпион России 2014-2015 годов, бронзовый призёр чемпионата России 2013 года, заслуженный мастер спорта России.



Дмитрий Сакуненко первым из спортсменов Владимирской области принял участие в Олимпийских играх. В 1956 году он выступал в Италии на первой для советских спортсменов Олимпиаде. Наконец, Дмитрий Сакуненко стал первым в мире конькобежцем, сумевшим пробежать 5000 метров менее чем за восемь минут. Успехи Дмитрия Сакуненко в итоге привели к резкому всплеску интереса к физической культуре во Владимирской области. Сам же Сакуненко после окончания карьеры спортсмена работал тренером. С 1960 по 1972 годы он готовил конькобежцев для 33 региона.

Приложение № 4

ВОПРОСЫ ВИКТОРИНЫ

(по истории олимпийского движения)

1. В каком году проходили I Олимпийские игры современности.

- а) 1908 г. **б) 1896 г.** в) 1926 г.

2. Где проходили I Олимпийские игры современности.

- а) Лондон – Англия б) Урюпинск – Россия **в) Афины – Греция**

После оглашения правильного ответа ведущий комментирует: Афины выбраны в дань историческим заслугам этой страны, возвращение к истокам и продолжением славных традиций.

3. Спортсмены скольких стран принимали участие в I Олимпийских играх.

- а) 6 **б) 13** в) 20

Комментарий ведущего: спортсмены из 13 стран, 311 человек.

4. Сколько видов спорта входило в программу I Олимпийских игр

- а) 5 б) 30 **в) 9**

Ведущий: в программу олимпиады вошли 9 видов спорта: классическая борьба, велоспорт, гимнастика, плавание, пулевая стрельба, теннис, фехтование, тяжелая атлетика, легкая атлетика. Центральным состязанием был марафонский бег. Победил греческий почтальон С. Луис, ставший после этой победы национальным героем Греции).

5. Кто был инициатором организации современных олимпийских игр.

- а) Жан Клод Ван Дам **б) Пьер де Кубертен** в) Шарль де Голь

Ведущий: Французский общественный деятель, историк, литератор, педагог.

а) IX, Амстердам (Нидерланды) 1928 г.

б) I, Афины (Греция) 1896 г.

в) XXII, Москва, 1980 г.

Комментарий ведущего: Традиция является частью ритуала открытия Игр. Впервые был зажжен на Олимпиаде в 1928 г. Традиция зажжения олимпийского огня на родине древних олимпиад и доставка его к месту состязаний эстафетой впервые введена в 1936 году. Олимпийский огонь горит непрерывно в течение Игр и гасится на церемонии их закрытия.

12. Когда состоялась Олимпиада в России (город, год).

а) Москва, 1980 г.

б) Киев, 1970 г.

в) Ленинград, 1960 г.

Ведущий: XXII Игры проходили в Москве с 19.07. - 03.08.1980 г. Несмотря на бойкот Московской олимпиаде ряда зарубежных стран: США, ФРГ, Япония, Канада, и др. приехали 81 страна. Наша команда завоевала 195 медалей.

13. Талисман Олимпиады – 80 в Москве (XXII Игры).

а) Русская матрешка

б) Чебурашка

в) Мишка.

Ведущий: Олимпийский Мишка.

14. Что является сегодня Олимпийской наградой

а) лавровый венок;

б) лавровый венок, медаль и диплом

в) медаль, березовая ветвь и лента Чемпиона.

15. Сколько видов спорта представляла Московская Олимпиада. а) 20

и более б) 40 и более в) 30 и более

Ведущий: правильный ответ а).

16. В каком году на Олимпийских играх впервые принимали участие женщины?

а) I, Афины (Греция), 1896 г.

б) II, Париж (Франция), 1900 г.

в) XXII, Москва, 1980 г.

Комментарий ведущего: Женщины приняли участия в теннисе и гольфе. Шейла Купер - первая олимпийская чемпионка в теннисе.

17. Что представляет собой Олимпийский символ.

а) Зажженный факел

б) пять колец

в) Оливковая ветвь

Ведущий: Символ пять переплетенных колец. Вверху три кольца - голубого, черного, красного цвета и внизу два кольца - желтого и зеленого цвета).

18.Что символизируют собой Олимпийские кольца?

Ответ: Союз пяти континентов и единение спортсменов всего мира на олимпийских играх.

(Цвета обозначают континенты:

Голубой – Европа; Черный–Африка ; Красный – Америка
Желтый – Азия; Зеленый – Австралия).

19.Как звучит Олимпийский девиз?

а) “Дружба! Равенство! Братство!” б) “Быстрее! Выше!
Сильнее!”

в) “Беги быстрее! Прыгай дальше!”

После оглашения правильного ответа ведущий комментирует: Девиз выражает послание, которое МОК адресует всем, кто принадлежит к олимпийскому движению, призывает их к совершенству в соответствии с олимпийским духом.

20.Какой спортивный титул получает навечно атлет и команда.

а)Чемпион земного шара б) чемпион всех континентов в)
Олимпийский чемпион

Ведущий: Звание дается за золотую медаль на Олимпиаде.

21.Когда был утвержден и поднят Олимпийский флаг?

а) 1896 г., Афины (Греция) -I о.и. б) 1920 г., Антверпен (Бельгия)
- VII о.и.

в) 1900 г., Париж (Франция) - II о.и.

Ведущий: Флаг - представляет белое полотнище без окаймления, в центре Олимпийский символ. Дизайн разработан в 1914 г. П. де Кубертенем).

22.Какой спортсмен СССР имеет наибольшее число олимпийских наград за все время.

а) гимнастка **Лариса Латынина** б) Юрий Власов, тяжелая атлетика

в) Александр Попов, плавание

Комментарий ведущего: Лариса Латынина имеет 18 олимпийских наград - 9 золотых медалей, 5 серебряных, 4 бронзовые. Она участница трех Олимпиад (1956 г., 1960 г., 1964 г.)

23. По какой причине не состоялись шестые (в 1916 г.), двенадцатые (в 1940 г.) и тринадцатые (в 1944 г.) олимпийские игры?

а) помешала первая и вторая мировые войны

б) помешала вторая мировая война

в) помешал Карибский кризис и холодная война.

24. Когда и где отмечалось 100 -летие Олимпийских игр.

а) 1992 г., Барселона (Испания) - XXV

б) 1996 г., Мельбурн (Австралия) - XXVI

в) 1988 г., Сеул, Южная Корея - XXIV

25. На каких Олимпийских играх чемпионами становились советские футболисты?

а) 1992 г. Барселона (Испания) - XXV; г) 1980 г. Москва - XXII;

б) 1956 г. Мельбурн (Австралия) - XVI; д) 1988 Сеул (Корея) - XXIV

в) 1968 г. Мехико (Мексика) - XIX

(В 1956 г. и в 1988 г - после 32 летнего перерыва советские футболисты опять стали олимпийскими чемпионами).

26. Что такое “белая олимпиада” ?

Ведущий: правильный ответ - это зимние олимпийские игры.

27. Где и когда проводились 1 Зимние Олимпийские игры

а) Шамони (Франция), 1924 г.

б) Сен-Мориц, 1928 г.

в) Лейк-Плэсид, 1982 г.

Ведущий: помимо летних олимпиад с 1924 г. проводятся зимние олимпийские игры. Наши спортсмены вышли на старты зимних олимпиад в 1956 году в итальянском местечке Кортина-д'Ампеццо.

28. В каком виде спорта и в какой дисциплине разыгрывается последняя Олимпийская медаль на любой олимпиаде?

а) легкая атлетика (бег 100м)

б) легкая атлетика (марафон)

в) плавание (4 по 100 м)

29. Какой континент является рекорсменом по числу проведенных летних Олимпийских игр?

а) Северная Америка

б) Азия

в) Европа

30.Какой континент ни разу не принимал у себя Летние олимпийские игры?

а) Австралия

б) Африка

в) Южная Америка

31.В каком виде спорта разыгрывается наибольшее количество Олимпийских медалей?

а) плавание

б) гимнастика

в) легкая атлетика

32.На играх какой олимпиады впервые для участников была построена “Олимпийская деревня”?

а) 1932 г., Лос-Анджелес (США) - X;
(Бельгия) - VI I;

б) 1920 г., Антверпен

в) 1960 г., Рим (Италия) - XVII

33.Какие из перечисленных названий относятся к олимпийской символике:

*** Можно предложить список из нижеперечисленных вариантов (правильные ответа выделены жирным шрифтом):

1) **Олимпийский символ**

б) **Олимпийский гимн**

2) **Олимпийский флаг**

7) Олимпийская форма

3) Олимпийская команда

8) Олимпийский девиз

4) **Олимпийская эмблема**

9) Олимпийская программа

5) **Олимпийский огонь**

10) Олимпийская медаль

34.Где и когда состоялись предыдущие, XXXI летние Олимпийские игры?

Ведущий, правильный ответ: **2016 г.** (с 5 по 21 августа) – Рио-де-Жанейро (Бразилия). Спортсмены из 207 стран (11000 чел.) приняли участие в 33 видах спорта (306 дисциплин).

Наши спортсмены завоевали 56 медалей, из них 19 золотые+ 18 серебряных + 19 бронзовых. В общекомандном медальном зачете мы были на 4 месте.

35.Где и когда состоялись предыдущие, XXIII зимние Олимпийские игры?

Ведущий, ответ: **2018 г.** (с 9 по 25 февраля) – Пхёнчхан (Южная Корея). Спортсмены из 92 стран (2952 чел.) приняли участие в 15 видах спорта (102 спортивных дисциплины).

Наши спортсмены завоевали 17 медалей, из них 2 золотые+ 6 серебряных + 9 бронзовых. В общекомандном медальном зачете мы были на 13 месте.

36.Сколько всего (на 2019 г.) прошло летних и зимних олимпийских игр?

Ведущий: если вы были внимательные, то ответы прозвучали в предыдущих вопросах. Всего прошло 31 летних и 23 зимних олимпийских игр.

37.Кто является в настоящее время президентом МОК?

Ведущий: На посту президента МОК было много выдающихся людей. Всего 10 человек. **Сейчас президентом МОК является Томас Бах**, немец по происхождению. Международный олимпийский комитет он возглавляет с 2013 года, сменив Жака Рогге. По образованию он юрист, а по призванию спортсмен, проявил себя в таком виде спорта как фехтование на рапирах и даже стал олимпийским чемпионом в 1976 году. Но этими достижениями Томас Бах не ограничился, он так же был президентом Олимпийской спортивной конфедерации Германии и президентом апелляционного комитета Спортивного арбитражного суда.

38.Кто в настоящее время является президентом Олимпийского комитета России?

а) Владислав Третьяк **б) Станислав Поздняков** в) Александр Жуков

Ведущий: президент Олимпийского комитета России (ОКР) - четырехкратный олимпийский чемпион по фехтованию на саблях, член «Единой России» и вице-президент ОКР Станислав Поздняков. На этом посту он сменил Александра Жукова, который после восьми лет во главе организации принял решение сосредоточиться на работе в Государственной думе РФ.

Олимпийский комитет России (ОКР) – это союз общественных организаций, который представляет страну в международном олимпийском движении. Именно под эгидой национальных олимпийских комитетов сборные стран участвуют в Олимпиадах.

39.Где и когда состояться следующие летние (зимние) олимпийские игры?

Ответ: **В 2020** году XXXII летние олимпийские игры пройдут в столице Японии городе Токио.

А очередные, зимние XXIV игры состоятся 2022 году в Китае, городе Пекин. И будем надеяться, что наши спортсмены, будут на высоте.

Приложение 5

Викторина «В мире спорта»

Цель: формирование мотивации у подрастающего поколения вести здоровый образ жизни.

Задачи:

- воспитывать общую культуру здоровья;
- вызвать желание заниматься физкультурой и спортом;
- развивать логическое мышление.

Оборудование: ребусы; картинки с изображением видов спорта; картинки с изображением инвентаря.

І. Выберите правильный ответ

1. Спортсмен, который ходит сидя.
а) Шахматист; б) ходок; в) лыжник.
2. Спортивный переходящий приз.
а) Грамота; б) кубок; в) медаль.
3. В каком виде спорта самый высокий старт?
а) Парашютном; б) плаванье; в) прыжки с трамплина.
4. В каком виде спорта спортсмены наносят друг другу уколы?
а) Фехтование; б) бокс; в) хоккей.
5. Без чего судья не может выйти на поле?
а) Перчатки; б) флажок; в) свисток.
6. Обувь футболиста.
а) Кеды; б) бутсы; в) коньки.
7. Что стремится установить спортсмен?
а) Планку; б) рекорд; в) время.
8. Как называется шест с лопастью для гребли?
а) Палка; б) бита; в) весло.
9. Спортивная игра, цель которой - забросить мяч в корзину?
а) Баскетбол; б) волейбол; в) футбол.
10. Боксерский корт.
а) Стадион; б) ринг; в) поле.

Назовите инвентарь, который использует биатлонист?

1. Лыжи 2. Винтовка 3. Коньки 4. Сноуборд 5. Палки 6. Шайба 7. Ключка.

Назовите инвентарь, который использует футболист?

1. Мяч 2. Седло 3. Бита 4. Ворота 5. Перчатки 6. Ракетка 7. Копье.

Выберите летние виды спорта и поставьте около них значок «V».

1		4		7		10	
2		5		8		11	
3		6		9		12	

Соедините правильные пары предметов стрелками.

	1		А	
	2		Б	
	3		В	
	4		Г	
	5		Д	

Найдите правильные пары, соединяя рисунки и названия физических качеств человека стрелками

	1		А	ЛОВКОСТЬ
	2		Б	ВЫНОСЛИВОСТЬ
	3		В	СИЛА

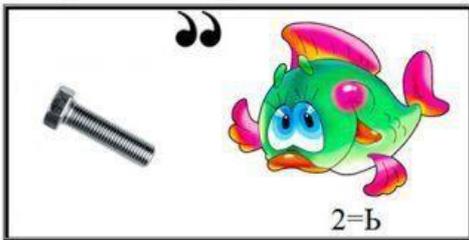
Отметьте пять видов спорта связанные с водой.

1. Фехтование
2. Водное поло
3. Теннис
4. Конный спорт
5. Футбол
6. Гимнастика
7. Борьба
8. Гребля
9. Плавание
10. Лёгкая атлетика
11. Синхронное плавание
12. Тяжелая атлетика
13. Прыжки в воду.

Для каких видов спорта нужен лёд? Отметьте их.

1. Хоккей
2. Сноубординг
3. Фигурное катание
4. Биатлон
5. Лыжные гонки
6. Скелетон
7. Горные лыжи
8. Двоеборье
9. Фристайл
10. Кёрлинг
11. Прыжки с трамплина
12. Бобслей
13. Санный спорт.

Разгадайте ребусы



Используя подсказки, узнайте, как звучит олимпийский девиз

2	29	19	20	18	6	6		3	29	26	6		19	10	13	30	15	6	6	

Подсказки

1 - А	7 - Ё	13 - Л	19 - С	25 - Ч	31 - Э
2 - Б	8 - Ж	14 - М	20 - Т	26 - Ш	32 - Ю
3 - В	9 - З	15 - Н	21 - У	27 - Щ	33 - Я
4 - Г	10 - И	16 - О	22 - Ф	28 - Ъ	
5 - Д	11 - Й	17 - П	23 - Х	29 - Ы	
6 - Е	12 - К	18 - Р	24 - Ц	30 - Ь	

Подведение итогов

Приложение 6

Загадки про спорт и здоровый образ жизни

Любого ударишь –
Он злится и плачет.
А этого стукнешь –
От радости скачет!
То выше, то ниже,
То низом, то вскачь.
Кто он, догадался?
Резиновый ...
(Мяч)

Он лежать совсем не хочет.
Если бросить, он подскочит.
Чуть ударишь, сразу вскачь,
Ну, конечно – это ...
(Мяч)

Силачом я стать решил,
К силачу я поспешил:
- Расскажите вот о чем,
Как вы стали силачом?
Улыбнулся он в ответ:
- Очень просто. Много лет,
Ежедневно, встав с постели,
Поднимаю я ...
(Гантели)

Есть лужайка в нашей школе,
А на ней козлы и кони.
Кувыркаемся мы тут
Ровно сорок пять минут.
В школе – кони и лужайка?!
Что за чудо, угадай-ка!
(Спортзал)

Зеленый луг,
Сто скамеек вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегают народ.
На воротах этих
Рыбацкие сети.
(Стадион)

Деревянные кони по снегу скачут,
А в снег не проваливаются.
(Лыжи)

На снегу две полосы,
Удивились две лисы.
Подошла одна поближе:
Здесь бежали чьи-то ...
(Лыжи)

На белом просторе
Две ровные строчки,
А рядом бегут
Запятые да точки.
(Лыжня)

Кто по снегу быстро мчится,
Провалиться не боится?
(Лыжник)

Ног от радости не чую,
С горки страшной вниз лечу я.
Стал мне спорт родней и ближе,
Кто помог мне, дети?
(Лыжи)

Он на вид - одна доска,
Но зато названьем горд,
Он зовется...
(Сноуборд)

Есть ребята у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих
Что за кони у меня?
(Коньки)

Кто на льду меня догонит?
Мы бежим вперегонки.
А несут меня не кони,
А блестящие ...
(Коньки)

Палка в виде запятой
Гонит шайбу пред собой.
(Клюшка)
Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора.
Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» -
Там идёт игра - ...
(Хоккей)

Этот конь не ест овса,
Вместо ног – два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,
Только лучше правь рулем.
(Велосипед)

Не похож я на коня,
Хоть седло есть у меня.
Спицы есть. Они, признаться,
Для вязанья не годятся.
Не будильник, не трамвай,
Но звонить умею, знай!
(Велосипед)

Ранним утром вдоль дороги

На траве блестит роса,
По дороге едут ноги
И бегут два колеса.
У загадки есть ответ –
Это мой ...
(Велосипед)
Эстафета нелегка.
Жду команду для рывка.
(Старт)

На квадратиках доски
Короли свели полки.
Нет для боя у полков
Ни патронов, ни штыков.
(Шахматы)

У того спортсмена стать –
Всем пример нам можно брать.
Но пришлось ему немало,
Попотеть в стенах спортзала.
(Атлет)

Шайба, видимо, устала.
Не дают совсем вздремнуть.
На трибуны убежала,
Чтоб немного отдохнуть.
(Аут)

Железные блины
Соединены,
Тонкая палка –
Железная скалка,
Блины печет,
Силой влечет.
(Штанга)

Кто гантели поднимает,
Дальше всех ядро бросает?
Быстро бегаёт, метко стреляет,
Как одним словом их всех называют?
(Спортсмены)

Стукнешь о стенку –
А я отскачу,
Бросишь в корзину –
И я проскочу.

Я из ладоней в ладони,
Лечу –
Смирно лежать
Я никак не хочу!
(Баскетбольный мяч)

Кто по снегу Быстро мчится,
Провалиться не боится?
(Лыжник)

Две полоски на снегу,
Оставляет на бегу.
Я лечу от них стрелой,
А они опять за мной.
(Лыжи)

Мчусь как пуля я вперед,
Лишь поскрипывает лед,
Да мелькают огоньки.
Кто несет меня? ...
(Коньки)

Приложение 7

Пословицы и поговорки про спорт и здоровый образ жизни

Закаляй свое тело с пользой для дела.

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

И смекалка нужна, и закалка важна.

В здоровом теле здоровый дух.

Паруса да снасти у спортсмена во власти.

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.

Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.

Крепок телом - богат и делом.

Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.

Пешком ходить — долго жить.

Приложение 8

ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

1 станция – «Заверши пословицу»

Ведущий: Это конкурс пословиц о здоровье. На самом деле пословиц о здоровье — множество. Сейчас вы должны её закончить. За каждый правильный ответ – 1 балл, максимальное кол-во баллов – 10.

1. Береги платье снову, а здоровье ... (смолоду.)
2. Чистота – половина... (здоровья.)
3. Болен – лечись, а здоров... (берегись.)
4. Было бы здоровье, а счастье... (найдётся.)
5. Где здоровье, там и... (красота.)
6. Двигайся больше – проживёшь... (дольше.)
7. Забота о здоровье – лучшее... (лекарство.)
8. Здоровье сгубишь – новое... (не купишь.)
9. Смолоду закалиться – на век... (пригодится.)
10. В здоровом теле... – (здоровый дух.)

2 станция «Разноцветные столы»

Ведущий: Распределите продукты по столам:

1. Зеленый стол. Продукты, которые нужно кушать регулярно.

2. Желтый стол. Продукты, которые нужно кушать нерегулярно.
3. Красный стол. Продукты, которые не нужно кушать.

1 группа: хлеб пшеничный и ржаной, овощи, фрукты, булочки, крупяные изделия, торты, чипсы;

2 группа: ягоды, сахар, молоко, сладости, маринованные продукты, пицца, сладкие газированные напитки.

3. группа: мясо, сыр, мед, яйца, рыба, масло, копчености.

Ответы: Зеленый стол – хлеб, овощи, фрукты, ягоды, сахар, молоко, мясо, сыр. Желтый стол – булочки, крупы, сладости, маринованные продукты, мед, яйца, рыба, масло. Красный стол – торты, чипсы, пицца, сладкие газированные напитки, копчености.

3 станция — «Спорт и питание»

Ведущий: он содержит вопросы о спорте и питании, как о второй важнейшей составляющей правильного образа жизни, влияющего на здоровье напрямую. Проходить его команды будут поочередно, отвечая на вопросы. За каждый правильный ответ – 1 балл, максимальное кол-во баллов – 12)

1. Фрукт для лечения температуры? (Лимон, Малина)

2. В какое время года лучше всего закаляться? (летом)
3. Можно ли давать другим свою расческу/помаду/полотенце? (нет, можно заразиться кожным заболеванием)
4. Почему не стоит гладить бездомных животных? (много паразитов может передаваться)
5. Какие самые вредные продукты вы знаете? (чипсы, лимонады и прочее)
6. В какое время суток лучше совершать ежедневную пробежку? (вечером по мнению большинства врачей)
7. Основная причина смерти во время приема наркотических веществ, даже впервые? (Передозировка)
8. Наркотики уничтожают клетки белков, ответственные за иммунную систему, так как при приготовлении их используют всевозможные растворители. Какой орган, значит, страдает первым? (Печень)
9. Народная мудрость учит нас, что это приносит одну радость, но сто видов горя. Что это? (Алкоголь)
10. Самое распространенное и доступное всем наркотическое вещество? (Никотин)
11. Незаразная болезнь? (кариес)
12. Как называется положение тела при любом действии? (осанка)

4 станция – «Разминка»

Ведущий: ответьте на вопросы желательно одним словом (за каждый правильный ответ – 1 балл, максимальное кол-во баллов – 15)

1. Что не купишь ни за какие деньги. (Здоровье).
2. Для нормального функционирования человеку необходимо в день 2,5 литров этого вещества. Что это? (Вода).
3. Как называется массовое заболевание людей. (Эпидемия).
4. Рациональное распределение времени в течение суток. (Режим).
5. Тренировка организма холодом. (Закаливание).
6. Какая жидкость переносит в организме кислород. (Кровь).
7. Как называется наука о чистоте. (Гигиена).
8. Мельчайший организм, переносящий инфекцию. (Микроб).
9. Добровольное отравление никотином. (Курение)
10. Этот русский полководец в детстве был очень слабым ребёнком, но он прекрасно закалил себя. Лучшим способом закали он считал русскую баню. Там он выдерживал ужасный жар на полке, после чего на него выливали 10 вёдер холодной воды. (А.В. Суворов).
11. Назовите витамин, который вырабатывается в организме человека только под воздействием солнечных лучей. (Витамин Д).
12. В этом состоянии люди проводят треть своей жизни. Оно полезно

и необходимо. Что это? (Сон).

13. Можно ли после бега сразу сесть, чтобы отдохнуть? (Нет, нужно походить, чтобы кровь не застоялась в венах).

14. Она является залогом здоровья (Чистота).

15. У детей чаще, чем у взрослых, бывает искривление позвоночника и ног, однако они реже ломают кости. От какого вещества это зависит? (Кальций).

5 станция – «Спортивная»

Ведущий: Необходимо на время продеть верёвку через весь отряд.

6 станция – « Песенка спортивная»

Ведущий: Необходимо на время спеть песню о спорте. Чем больше отряд споет, тем выше балл.