

Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа-интернат № 5» г.Сосногорска
(ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска)

Рекомендована
МО ГОУ РК «С(К)ШИ № 5»
г. Сосногорска
протокол № 4 от 12.03.2025 г.

Утверждена
Приказом ГОУ РК «С(К)ШИ № 5»
г. Сосногорска
15.04.2025 № 43-од

**Программа
лагеря с дневным пребыванием детей
«ДРУЖБА»**

Разработана:
учителем Гариповой Н.С.

2025г.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
Паспорт программы	3-5
Пояснительная записка	6-7
I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	8-9
Цель программы	8
Задачи программы	8
Планируемые результаты программы летнего оздоровительного лагеря	8
Методологические основы и принципы воспитательной деятельности	9
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10-15
Формы работы	10
Принципы работы	14
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	16-22
Этапы реализации программы	16
Условия реализации программы	17
Нормативно-правовые условия	17
Кадровые условия	17
Ресурсное обеспечение	18
Методическое обеспечение	18
Охрана жизни и здоровья детей	19
Партнеры реализации программы	19
Модель организации лагеря	19
Оформление лагеря	19
Режим дня	20
Тематика лагерных дней	20
Система организации контроля над исполнением программы	21
Список литературы	22
Материалы сайтов	22
Приложения	23-46

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «ДРУЖБА»
Срок реализации	С 02 июня 2025г. по 20 июня 2025 г.
Разработчики и исполнители программы	Гарипова Н.С., учитель ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска
Участники программы	Обучающиеся ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска до 17 лет
Основные направления программы	Социально-гуманитарное
Цель программы	Организация отдыха обучающихся школы-интерната в летний период. Укрепление здоровья детей, содействие формированию их ключевых компетенций на основе вовлечения в разнообразную деятельность
Задачи программы	1. Обеспечить активный физический, интеллектуальный, культурный, творческий и эмоционально насыщенный летний отдых каждого ребенка в условиях непрерывного воспитательного процесса, направленного на формирование социально зрелой и активной личности. 2. Организовать разнообразную культурно-творческую, физкультурно-спортивную, общественно полезную значимую и досуговую деятельность с учетом возрастных интересов детей и подростков, направленную на формирование позитивных жизненных ценностей и внутренней мотивации к познанию мира подростком. 3. Предупредить правонарушения, безнадзорность среди несовершеннолетних в период летних каникул. 4. Воспитывать у детей и подростков нормы общекультурных и межличностных отношений в коллективе. 5. Прививать детям и подросткам навыки безопасного поведения.

Нормативно-правовое обеспечение	- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993, с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020). - Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990). - Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации". - Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся". - Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации". - Федеральный закон от 30.12.2020 № 489-ФЗ "О молодежной политике в Российской Федерации". – Федеральный конституционный закон от 25 декабря 2000 г. № 1-ФКЗ «О Государственном флаге Российской Федерации»; – Федеральный конституционный закон от 25 декабря 2000 г. № 2-ФКЗ «О Государственном гербе Российской Федерации»; – Федеральный конституционный закон от 25 декабря 2000 г. № 3-ФКЗ «О Государственном гимне Российской Федерации»; Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; – Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 № 304-ФЗ; - Приказ № 1599 Министерства образования и науки Российской Федерации об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 15 декабря 2014 года. - Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 "О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года". – Письмо Минпросвещения России от 15.04.2022 г. №СК-295/06 «Об использовании государственных символов Российской Федерации»; - План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р).
---	--

Краткое содержание программы	Программа содержит: мероприятия, реализующие программу; ожидаемые результаты и условия реализации; приложения
Место реализации программы, Адрес, телефон	Детский оздоровительный лагерь с дневным пребыванием на базе ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска. 169501 Республика Коми г. Сосногорск, ул. Пушкина, дом 9 Тел. (8-82149) 5-60-43 Электронная почта: skoshi5@minobr.rkomi.ru

Пояснительная записка

Лето – это пора каникул, возможность снять психологическое напряжение, реализовать свою двигательную активность, недостаток которой накапливается за время учебного года. Лето — это отдых, который должен быть активным, творческим, познавательным и интересным.

Необходимость в создании оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей актуальна в первую очередь для организации досуга детей, оставшихся на летний период в городе и не имеющих возможности воспользоваться другими видами отдыха в силу различных причин: не стабильное материальное положение семьи, трудные жизненные ситуации, отсутствие отпуска у родителей в летний период и др. Не каждый ребенок может самостоятельно организовать полезный и интересный досуг. Предоставленные сами себе дети подвергаются влиянию улицы, дорожно-транспортным происшествиям, несчастным случаям и невольно попадают в группы риска.

В связи с этим на базе ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска организуется работа детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей в период со 02 по 20 июня 2025 года. Лагерь рассчитан для детей с ОВЗ (с интеллектуальными нарушениями). Для того чтобы отдых сделать полноценным была разработана данная программа.

Программа летнего отдыха и оздоровления детей (далее – Программа) составлена на основе Примерной рабочей программы воспитания для общеобразовательных организаций, разработанной Федеральным государственным бюджетным научным учреждением "Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования" и в соответствии с нормативно-правовыми документами.

Летние лагеря дневного пребывания выполняет важную миссию не только по оздоровлению и воспитанию детей, но и способствуют формированию у ребят самоутверждения личности в коллективе, общения, коммуникативных навыков, приобщение к активному отдыху на природе, доброжелательности, воспитание чувства коллективизма. Реализуемая программа отдыха детей включает в себя проведение следующих мероприятий: ежедневные отрядные мероприятия (отрядный сбор, подвижные игры, беседы, викторины, квесты); ежедневная утренняя зарядка, физкультурно-оздоровительные мероприятия (экскурсии, спортивные соревнования и праздники, подвижные игры, культурно-развлекательные и познавательные мероприятия (открытие / закрытие смены, тематические игры, викторины, беседы, экскурсии и иные мероприятия), посещение городских массовых мероприятий, посещение дополнительных мероприятий: музеев, парков, выездные экскурсии, кинотеатр, и другие, учитывающие желание детей и родителей.

Деятельность в лагере строится согласно плану работы, в соответствии с программой лагеря. Планирование составляется перспективное (на всю лагерную смену) и текущее (на каждый день) в соответствии с программой лагеря.

Программа предусматривает приобщение обучающихся 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.

При выборе форм и методов работы во время проведения смены лагеря приоритетным является оздоровительная и познавательная деятельность, направленная на развитие ребенка: полноценное питание; медицинское

обслуживание; пребывание на свежем воздухе; проведение оздоровительных, физкультурных, культурных мероприятий; организация экскурсий, игр, занятий в объединениях по интересам. Режим дня в лагере разрабатывается в соответствии с гигиеническими требованиями, предъявляемыми к режимам для детей определенных возрастных групп, с учетом состояния здоровья учащихся и корректируется в зависимости от погоды. Основными формами оздоровления детей являются: организованная ежедневная утренняя гимнастика с регулярно меняющимся комплексом упражнений; дыхательная гимнастика; спортивные и народные подвижные игры; соревнования по отдельным видам спорта, спортивные праздники. Перед открытием лагеря проводится занятие с его педагогическим коллективом, на котором обсуждается программа работы лагеря.

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Цель программы

Организация активного и полезного досуга школьников в летний период, способствующего укреплению их здоровья, развитию физической активности, расширению кругозора, формированию устойчивых навыков здорового образа жизни и общей культуры, а также социальной адаптации и личностному росту детей через участие в культурно-развлекательных, образовательных и спортивных мероприятиях.

Задачи программы

1. **Создание условий для укрепления здоровья и расширения кругозора:**
 - Обеспечение активного физического, интеллектуального, культурного, творческого и эмоционально насыщенного летнего отдыха каждого ребенка, способствующего укреплению их здоровья, развитию физической активности, расширению кругозора, формированию устойчивых навыков здорового образа жизни и общей культуры.
2. **Организация разнообразной деятельности для личностного роста:**
 - Организация разнообразной культурно-творческой, физкультурно-спортивной, общественно полезной и досуговой деятельности с учетом возрастных интересов детей и подростков, направленной на социальную адаптацию и личностный рост детей через участие в культурно-развлекательных, образовательных и спортивных мероприятиях.
3. **Предупреждение правонарушений и безнадзорности:**
 - Принятие мер по предупреждению правонарушений, безнадзорности среди несовершеннолетних в период летних каникул, обеспечивая безопасность и занятость детей.
4. **Воспитание норм межличностных отношений:**
 - Воспитание у детей и подростков норм общекультурных и межличностных отношений в коллективе, способствующих успешной социальной адаптации и личностному росту.
5. **Привитие навыков безопасного поведения:**
 - Привитие детям и подросткам навыков безопасного поведения, способствуя формированию культуры здорового образа жизни и безопасности.

Эти задачи соответствуют цели программы и направлены на обеспечение активного и полезного досуга школьников, укрепление их здоровья, расширение кругозора и личностный рост через участие в разнообразных мероприятиях.

Планируемые результаты программы летнего оздоровительного лагеря «Дружба»:

1. **Укрепление здоровья и физической активности:**
 - Повышение уровня физической подготовки детей через занятия спортом и активные игры.

- Улучшение общего самочувствия и укрепление иммунной системы благодаря пребыванию на свежем воздухе и правильному питанию.
- 2. **Расширение кругозора и интеллектуальное развитие:**
 - Приобретение новых знаний и умений в различных областях (культура, искусство, наука, экология) через участие в образовательных и познавательных мероприятиях.
 - Развитие любознательности и интереса к обучению.
- 3. **Развитие творческих способностей:**
 - Активизация креативного мышления и самовыражения через участие в мастер-классах, театральных постановках и музыкальных занятиях.
 - Развитие навыков ручного труда и художественного мастерства.
- 4. **Социальная адаптация и коммуникационные навыки:**
 - Улучшение навыков общения и взаимодействия в коллективе, особенно важно для детей с ОВЗ.
 - Повышение уровня толерантности и понимания различий между людьми.
- 5. **Формирование культуры безопасного поведения:**
 - Овладение навыками безопасного поведения дома, на улице и в общественных местах.
 - Понимание важности соблюдения правил дорожного движения и пожарной безопасности.
- 6. **Личностный рост и мотивация:**
 - Выявление и развитие индивидуальных талантов и интересов, что способствует повышению самооценки и мотивации к дальнейшему развитию.
 - Формирование позитивного отношения к учебе, труду и здоровому образу жизни.

Эти результаты учитывают особенности целевой аудитории (дети 7-15 лет, включая учащихся с ОВЗ) и направлены на всестороннее развитие каждого участника лагеря, способствуя их физическому здоровью, интеллектуальному росту, социальной адаптации и личностному совершенствованию.

Методологические основы и принципы воспитательной деятельности

Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности общеобразовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС:

- 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, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры;
- патриотическое воспитание — воспитание любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;
- духовно-нравственное воспитание — воспитание на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков;
- эстетическое воспитание — формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;
- физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия — развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;
- трудовое воспитание — воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентация на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;
- экологическое воспитание — формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;
- ценности научного познания — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Программа рассчитана на детей с ОВЗ (с нарушением интеллекта) до 17 лет. Все мероприятия, реализуемые в рамках данной программы, направлены на максимальное развитие ребенка, создание условий для раскрытия его потенциала, творческого и физического совершенствования.

Достижение цели и решение поставленных задач осуществляется в рамках всех направлений деятельности детского лагеря. Содержание, виды и формы воспитательно-образовательной деятельности представлены в соответствующих модулях.

Состав и содержание модулей определяется с учетом уклада детского лагеря, реальной деятельности, имеющихся в детском лагере ресурсов.

Перечень модулей, сформирован с учетом направленности смены, имеющихся материально-технических, кадровых и других ресурсов.

Реализация конкретных форм воспитательной работы воплощена в Календарном плане воспитательной работы детского лагеря (Приложение 3).

Индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности учащихся и спланировать детей в детском лагере. Благодаря творчеству каждый ребенок выявит свои способности, узнает о "сильных" сторонах своей личности. Достижение успеха в том или ином виде деятельности будет способствовать формированию позитивной Я - концепции личности учащегося, стимулировать осуществление ребенком дальнейшей работы по самосовершенствованию своего "я".

Формы работы

Для реализации программы разработан механизм, который представлен в виде модулей:

Задачи	Основные формы работы
Физкультурно-оздоровительный модуль Модуль предполагает восстановление физического и психического здоровья 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 к своему здоровью и здоровью окружающих.	
Вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы; Выработка и укрепление гигиенических навыков; Расширение знаний об охране здоровья.	Утренняя гимнастика (зарядка) Минутки здоровья («Здоровье - вот твоё богатство», «Витамины на грядках», «Солнечный ожог», «Зеленая аптека», «Бывают ли привычки невредными», «Осанка-основа красивой походки» и т.д.); Беседы, направленные на профилактику вредных привычек и привлечение интереса детей к занятиям физкультурой и спортом. Спортивные игры на спортивной площадке. Подвижные игры на свежем воздухе. Эстафеты, спортивные мероприятия.
Художественно-эстетический модуль Прекрасное окружает нас повсюду: и в природе, и в обществе, и в отношениях между людьми. Надо только его видеть, чувствовать и понимать. Ростки этого чудесного умения заложены в каждом ребенке. Развивать их – значит воспитывать эстетически. Вот почему эстетическое воспитание всегда было и остается важнейшей частью педагогической деятельности детских оздоровительных лагерей. Творческая деятельность – это особая сфера человеческой активности, в которой личность не преследует никаких других целей, кроме получения удовольствия от проявления духовных и физических сил. Основным назначением творческой деятельности в лагере является развитие у детей креативности. Изобразительная деятельность в лагере даёт большие возможности в развитии художественных способностей детей. Рисуя, дети усваивают целый ряд навыков изобразительной деятельности, укрепляют зрительную память, учатся замечать и различать цвета и формы окружающего мира. В своих рисунках они воплощают собственное видение мира, свои фантазии.	

Формирование художественно-эстетического вкуса, способности самостоятельно оценивать произведения искусства, свой труд. Развитие творческих способностей детей. Формирование навыков культурного поведения и общения.	Конкурсные программы; Участие в праздничных мероприятиях (День защиты детей; День России) Творческие игры; Мастер – классы по лепке, оригами и другие виды и формы прикладного искусства; Выставки рисунков, поделок (выставка рисунков "День Космоса", «Сохраним природу», рисование на асфальте «Счастья детям всей планеты»).
Познавательно-интеллектуальный модуль В условиях летнего отдыха у ребят не пропадает стремление к познанию нового, неизвестного, просто это стремление реализуется в других, отличных от школьного урока, формах. С другой стороны, ребята стремятся к практической реализации тех знаний, которые дала им школа, окружающая среда.	
Расширение знаний детей и подростков об окружающем мире; Удовлетворение потребности ребенка в реализации своих знаний и умений.	Экскурсии. Тематические беседы. Конкурс-игры. Интеллектуальные игры. Загадки, кроссворды, ребусы.
Гражданско-патриотический модуль Это целенаправленный процесс формирования гражданственности и патриотичности как интегративных качеств, представляющих совокупность социально значимых гражданских свойств личности, обусловленных особенностями, динамикой и уровнем развития общества, состоянием его экономической, духовной, социально-политической и других сфер жизни. В гражданско-патриотическом воспитании особое значение приобретает личностно ориентированный подход, когда в центре учебно-воспитательного процесса находятся интересы ребёнка, его потребности и возможности, права конкретного индивида, его суверенитет.	
Воспитание школьников гражданами своей Родины, знающими и уважающими свои корни, культуру, традиции своей семьи, школы, родного края Приобщение к духовным ценностям российской истории. Формирование у ребят навыков общения, культурного поведения и толерантности	Тематические беседы. Беседа «Символика Российской Федерации». Посещение историко-краеведческого мемориального музея; Дни единых действий, которые проводятся по единым федеральным методическим рекомендациям и материалам: 6 июня – 225 лет со дня рождения А.С. Пушкина 12 июня - День России 22 июня – День памяти и скорби Посещение Сосногорской межпоселенческой центральной библиотеки им. Я.М.Рочева. Разучивание коми народных игр.
Досуговый модуль В основе лежит свободный выбор разнообразных общественно-значимых ролей и положений, создаются условия для духовно- нравственного общения, идёт закрепление норм поведения и правил этикета, толерантности.	

Досуговая деятельность – это процесс активного общения, удовлетворения потребностей детей в контактах, творческой деятельности, интеллектуального и физического развития ребенка, формирования его характера. Организация досуговой деятельности детей – один из компонентов единого процесса жизнедеятельности ребенка в период пребывания его в лагере.	
Вовлечение как можно больше ребят в различные формы организации досуга. Организация деятельности творческих мастерских.	Мероприятия различной направленности. Игры. Проведение конкурсов . Тематические сборы и линейки.
Профилактический модуль Этот модуль занимает особое место в системе воспитания. Профилактика асоциального поведения, бродяжничества, правонарушений занимает важное место, т.к дети в летний период располагают большим количеством свободного времени, не умеют его организовать с пользой для себя и общества.	
Организация и проведение специальных профилактических мероприятий. Систематическая поддержка связи с межведомственными организациями, занимающимися проблемами безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Повышение качества здоровья школьников.	Беседы о вредных привычках. Индивидуальные консультации.
Трудовой модуль Трудовое воспитание есть процесс вовлечения детей в разнообразные педагогически организованные виды общественно полезного труда с целью передачи им минимума трудовых умений, навыков, развития трудолюбия, других нравственных качеств, эстетического отношения к целям, процессу и результатом труда.	
	Бытовой самообслуживающий труд; общественно значимый труд (уборка прилегающей территории): - дежурство в столовой, -уборка мусора на закрепленной за школой территории (трудовой десант)

Принципы работы

Реализация программы основывается на следующих принципах:

– принцип инклюзивности. Организация воспитательного процесса, при котором все дети, независимо от их физических, психических, интеллектуальных, культурноэтнических, языковых и иных особенностей, включены в общую систему образования.

– принцип гуманизации отношений. Построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к ребенку, родителям (законным представителям), сотрудникам лагеря необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.

– принцип комплексности, целостности, единства всех компонентов образовательного и воспитательного процессов и оздоровления. Это организация многостороннего педагогического влияния на личность через систему целей, содержания, средств воспитания, учет всех факторов и сторон образовательного воспитательного процессов и оздоровления.

Данный принцип, может быть, реализован при следующих условиях:

- необходимо четкое распределение времени на организацию оздоровительной, образовательной и воспитательной работы;

- оценка эффективности пребывания детей на площадке должна быть комплексной, учитывающей все группы поставленных задач.

– принцип связи воспитания с жизнью, социокультурной средой. Воспитание должно строиться в соответствии с требованиями общества, перспективой его развития, отвечать его потребностям.

– принцип педагогического руководства и самостоятельной деятельности, активности воспитанников. Это требование опирается на главный закон развития личности: человек развивается в активной самостоятельной деятельности. Поэтому воспитание состоит в организации разных видов деятельности, в которой педагог должен стимулировать активность воспитанников, их творческую свободу, сохраняя, однако, руководящие позиции.

– принцип опоры на отношения сотрудничества. Сотрудничество предполагает совместное с детьми определение целей деятельности, планирование предстоящей работы, совместное распределение сил, средств, предмета деятельности во времени в соответствии с возможностями каждого участника, совместный контроль и оценку результатов, а затем прогнозирование новых задач.

– принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям воспитанников и типу ведущей деятельности. Результатом деятельности является сотрудничество ребенка и взрослого, которое позволяет воспитаннику почувствовать себя личностью.

– принцип признания ребенка субъектом деятельности, общения и отношений. Ребенок рассматривается не как субъект внешнего воспитывающего воздействия, но как субъект, принимающий активное участие в создании сценария своего пребывания в лагере.

– принцип демократичности. Участие всех детей в программах дополнительного образования.

– принцип дифференциации воспитания.

Дифференциация в рамках летнего оздоровительного лагеря предполагает:

- отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей;

- создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены (дня);

- взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;

- активное участие детей во всех видах деятельности.

Методы и формы работы применяются с учетом возраста детей, имеют вариативный компонент для регулирования физической и эмоциональной нагрузки, корректировки программы.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Реализация Программы летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «ДРУЖБА» подразумевает наличие определенных этапов, каждый из которых несет на себе логическую, содержательную и организационную нагрузку:

Этапы реализации программы

№ п/п	Наименование мероприятий	Характеристика этапов	Сроки
I этап	Подготовительный	Проведение совещаний при директоре и заместителе директора по подготовке школы к летнему сезону. Издание приказа по школе об организации летнего отдыха.	Март-май

		Составление необходимой документации для деятельности лагеря (положение, должностные обязанности, инструкции, режим дня, т.д.). Корректировка программы деятельности летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска. Утверждение программы летнего отдыха директором. Подбор кадров для работы в летнем оздоровительном лагере. Подготовка методического материала для работников лагеря. Установление внешних связей с социальными партнерами (заключение договоров). Размещение информации об организации летнего отдыха учащихся на официальном сайте учреждения.	
II этап	Основной	Реализация программы Знакомство с детьми, выявление их интересов и желаний Включение детей в коллективно-творческую деятельность, создание условий для развития самостоятельности и творчества у детей Организация мероприятий, направленных на сплочение детского коллектива.	июнь
III этап	Заключительный	Подведение итогов работы лагеря (наглядная демонстрация достижений детей) Проведение итоговой диагностики и анализ результатов деятельности Анализ предложений детей, родителей, педагогов по деятельности летнего лагеря в будущем.	июнь
IV этап	Подведение итогов	Определение результативности работы педагогического коллектива в реализации Программы летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Дружба» г.Сосногорска согласно критериям и показателям Составление итоговой документации Проведение совещания при директоре и заместителе директора по результатам ДОЛ.	август-сентябрь

Условия реализации программы

Нормативно правовые условия:

Локальные акты:

Приказы:

1. Об утверждении плана-графика подготовки к открытию на базе школы-интерна детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей в летний период 2025 года
2. О назначении начальника детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием
3. Об организации детского оздоровительного лагеря в период летних каникул 2025 года

4. Акт готовности городского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей на базе ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска

Инструкции:

1. Инструкция по правилам проведения противопожарных мероприятий и соблюдения требований пожарной безопасности.
2. Должностные инструкции работников.

Кадровые условия:

В лагере с дневным пребыванием работают педагоги ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска, имеющие педагогическое образование, квалификацию и опыт работы с детьми, знающие их возрастные и психологические особенности.

Начальник лагеря: обеспечивает общее руководство деятельностью лагеря, создает условия для проведения воспитательной и оздоровительной работы, управляет персоналом; планирует и организует деятельность лагеря, составляет программу деятельности, осуществляет методическое и информационное обеспечение лагеря, проводит планерки, консультации, руководит педагогическим коллективом, осуществляет контроль, за соблюдением режимных моментов в лагере, работает с родителями (законными представителями) по необходимости, ведет документацию лагеря.

Педагоги, воспитатели: работают с детьми. Осуществляют воспитательную и оздоровительную работу. Создают условия для творческого, интеллектуального, спортивного содержательного досуга детей и комфортного пребывания детей в лагере. Планируют отрядные дела, ведут необходимую документацию, привлекают детей к участию в мероприятиях, несут ответственность за жизнь и здоровье детей.

Медицинская сестра: обеспечивает медицинское сопровождение; контролирует соблюдение санитарно-гигиенических требований, норм и правил; оказывает неотложную доврачебную помощь.

Обслуживающий персонал: поддержание санитарного состояния закрепленных помещений на уровне требований СЭС.

Работники столовой: обслуживание и приготовление пищи.

Ресурсное обеспечение

Детский оздоровительный лагерь организуется на базе ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска. Выполнение программы смены обеспечиваются материально-техническими средствами (игровая площадка, спортивный инвентарь, технические средства, игровые комнаты) указанного учреждения.

1. Спортивный зал;
2. Столовая;
3. Игровая площадка;
4. Спортивная площадка;
5. Кабинеты;
6. Медицинский кабинет;
7. Художественные средства, игры настольные;
8. Хозяйственный инвентарь;
9. Канцелярские принадлежности;
10. Компьютер с выходом в интернет, принтер, мультимедийный проектор, портативная колонка.

Методическое обеспечение

1. Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска.
2. Учебно-тематические планы
3. Планы тематических лагерных дней.
4. Режим дня в соответствии с гигиеническими требованиями СанПин для лагерей с дневным пребыванием детей в период каникул.
5. Медиатека (видеоролики по профилактике ЗОЖ, презентации и интерактивные викторины).
6. Сценарии конкурсных и развлекательных программ Приложение № 4.
7. Инструкции для детей: «Правила пожарной безопасности», «Безопасность на улицах и дорогах», «Правила поведения при травмировании», «Правила поведения на мероприятии», «Правила поведения во время экскурсии (пешая экскурсия, поездка и т.д.)» и др. Приложение № 2

Охрана жизни и здоровья детей в лагере:

Сотрудники школьного лагеря несут ответственность за полную безопасность жизни и здоровья детей в лагере;

Сотрудники школьного лагеря допускаются к работе с детьми после специального инструктажа по охране жизни и здоровья детей.

Партнеры реализации программы

1. МУ ДО «Центр творчества имени Г.А. Карчевского» (Планетарий) г.Ухта
2. МБУ Межпоселенческий культурный центр (Горизонт)
3. МБУ «Историко-краеведческий мемориальный музей» МОМР «Сосногорск»
4. Сосногорская центральная библиотека им. Я.Рочева
5. Центр коми и национальных культур г. Сосногорска
6. Отделение ГИБДД ОМВД России по г. Сосногорску
7. Пожарная часть г.Сосногорска
8. Лесничество
9. Конноспортивный центр «Фортуна» с. Усть-Ухта
10. Кинотеатр Юбилейный г.Ухта

Модель организации лагеря

Лагерь дневного пребывания работает со 02.06.2025 по 20.06.2025. В период работы смены будет организована работа 1 отряда. В отряде 12 учащихся школьного возраста. Лагерь комплектуется из числа учащихся 1-6 классов ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска. При комплектовании приоритетное внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. В реализации программы летнего лагеря задействован весь имеющийся ресурс ГОУ РК «С(К)ШИ № 5» г. Сосногорска: кадровый (проведение занятий по направлениям деятельности), материально-технический (помещения, учебное оборудование), методический (наличие программного обеспечения, методических разработок).

Оформление лагеря

Всё оформление лагеря делится на три блока:

1.Общелагерное оформление:

- «Мероприятия на день»
- «Солнечные часы» (режим дня)
- «Информбюро» (информация о жизнедеятельности лагеря)

2. Оформление отряда:

- Девиз
- Эмблема
- Список детей
- Поздравления
- Достижения
- «Карта настроений» – форма обратной связи, которая позволяет судить об эмоциональном состоянии детей ежедневно и позволит судить об эмоциональном состоянии детей ежедневно, организовать индивидуальную работу с детьми.

Красный цвет – классный день!

Зеленый – день как день.

Оранжевый – очень хороший день!

Синий – скучный день

3. Уголок ОБЖ. В этом уголке располагается сменная информация по ПДД, по правилам безопасного поведения дома, на природе и т.д..

Программа лагеря реализуется через организацию и проведение ежедневных тематических дней.

Режим дня	
"Дружба"	
(02.06.2025-20.06.2025 г)	
Время	Мероприятия
8:30-8:85	Прием детей. Инструктажи.

8:45-9:00	Зарядка
9:00-9:15	Завтрак
9:15-9:30	Линейка
9:30-13:00	Культурно массовые, спортивные и оздоровительные мероприятия
13:00-13.20	Обед
13:20-14:15	Конкурсы, мастер-классы, игры, занятия по интересам
14:15-14:30	Подведение итогов дня, уход домой

Тематика лагерных дней смены со 02.06.2025 по 20.06.2025

№ п/п	Дата		Мероприятия
1	02.06.2025	понедельник	Открытие смены. "Здравствуй лагерь!"
2	03.06.2025	вторник	День Здоровья
3	04.06.2025	среда	День Космоса
4	05.06.2025	четверг	День Музыки
5	06.06.2025	пятница	Пушкинский День.
6	09.06.2025	понедельник	День Семьи
7	10.06.2025	вторник	День Экологии
8	11.06.2025	среда	День России
9	16.06.2025	понедельник	День родного Города
10	17.06.2025	вторник	День Кино
11	18.06.2025	среда	День Родного края
12	19.06.2025	четверг	Патриотический день
13	20.06.2025	пятница	Закрытие смены

Система организации контроля над исполнением программы

Для отслеживания результативности программы будут использованы следующие методы:

1. Анкетирование детей на начальном этапе и в конце смены.
2. Наблюдение за поведением детей во время игр, позволяющее выявить лидерские качества, уровень коммуникативности.
3. Экран настроения.
4. В конце смены будет подготовлен аналитический отчет о результатах реализации программы, подготовлены фото и видео материалы.
5. Анкетирование родителей с целью выявления уровня удовлетворенности предоставляемой услугой.

Критерии оценки результативности реализации программы:

1. Качество организации отдыха детей.
2. Использование новых методик и технологий по привитию детям навыков здорового образа жизни.
3. Привлечение социальных партнеров к реализации программы смены.
4. Адекватность и эффективность содержания, форм и методов работы с детьми разных возрастных категорий, учет интересов и потребностей детей.
5. Сочетание традиционных и инновационных технологий воспитательного процесса.
6. Удовлетворенность детей и родителей результатами процесса летне-оздоровительной работы.

Мониторинг отслеживания эффективности деятельности поданной программе

Задача	Критерии	Способы отслеживания
--------	----------	----------------------

Формирование благоприятной психологической среды общения со сверстниками, социализации; развитие коммуникативных навыков поведения в коллективе.	Адаптированность ребенка в коллективе, положительный эмоциональный микроклимат коллектива.	Педагогическое наблюдение, индивидуальные беседы педагогов с детьми, анкетирование.
Развитие творческих способностей детей, включение в различные виды индивидуальной и коллективной деятельности.	Степень вовлеченности детей в творческую деятельность, активность детей в творческих делах лагеря.	Педагогическое наблюдение, индивидуальные беседы педагогов с детьми, анкетирование, отслеживание количества детей, участвующих в коллективных делах.
Привитие навыков здорового образа жизни, организация физической активности детей.	Отсутствие у детей вредных привычек.	Наблюдение педагогов, анкетирование, количество участников спортивных мероприятий.

Список литературы:

1. Артамонова Л.Е. Летний лагерь: организация, работа вожатого, сценарии мероприятий. 1-11 классы. М.: ВАКО, 2006
2. Афанасьев С.П., Коморин С.В. Триста творческих конкурсов – Кострома, МЦ «Вариант», 2000
3. Афанасьев С.П., Коморин С.В. Что делать с детьми в загородном лагере – Кострома, МЦ «Вариант», 2010
4. Белобородов Н.В. Социальные творческие проекты в школе: практическое пособие /Н.В. Белобородов. – М.: Аркти, 2006
5. Воронкова, Л.В. Как организовать воспитательную работу в отряде: Учебное пособие. - М.: Центр педагогического образования, 2007
6. Гончарова Е.И., Савченко Е.В., Жиренко О.Е. Школьный летний лагерь, 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2015
7. Григоренко Ю.Н. Кипарис-3: Планирование и организация работы в детском оздоровительном лагере: Уч. пособие по организации детского досуга в лагере и школе.- М.: Педобшество России, 2008
8. Жиренко О.Е., Лобачева С., Савченко Е. Мир праздников, шоу и викторин. – М.: 5 за задание, 2008
9. Панченко, С. Как подготовить ребят к активной жизни в летнем лагере // Народное образование. - 2009
10. Соколова Н.В. Лето, каникулы – путь к успеху: сборник программ и игр для детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря.- О.: «Детство», 2009
11. https://dtdm-vorkuta.ru/images/deyat/vosp/programma_siyanie_severa.pdf

Материалы сайтов:

1. <https://детскийотдых.рф>
2. <http://www.camps.ru/>
3. <https://scenary.narod.ru/>
4. <https://www.komitip.ru/>
5. <https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-minutki-zdorovya-6383160.html>
6. <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2023/01/22/minutki-zdorovya>
7. <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2015/01/11/zdorove-tvoyo-bogatstvo-prezentatsiya>
8. <https://infourok.ru/prezentatsiya-na-temu-moj-rezhim-dnya-6040848.html>
9. <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/06/08/klassnyy-chas-prezentatsiya-na-temu-pozharnaya>
10. <https://infourok.ru/komi-nacionalnye-igry-sbornik-igr-5630717.html>
11. https://infourok.ru/beseda_s_prezentatsiey_pervyy_polet_yuriy_gagarin-368123.htm

**Входная, выходная (итоговая) диагностика для детей,
участвующих в реализации программы**

Цель анкетирования: выявить отношение воспитанников к лагерной смене.

Входная анкета

Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

- Твои первые впечатления от лагеря?
- Что ты ждешь от лагеря?
- В каких делах ты хочешь участвовать?
- Что тебе нравится делать?
- Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других?

Пожалуйста, закончи предложения (фразы):

- Я пришел в лагерь, потому, что...
- Я не хочу, чтобы...
- Я хочу, чтобы...
- Я боюсь, что...

Пожалуйста, напиши также:

Имя _____ Фамилия _____

Спасибо.

Выходная анкета (в конце смены)

- Что тебе понравилось в лагере?
- Что тебе не понравилось?
- Какие из мероприятий лагеря понравились тебе больше всего?
- Было ли скучно в лагере?
- Было ли тебе страшно?
- Что бы ты хотел(а) пожелать себе?
- Что бы ты хотел(а) пожелать другим ребятам?
- Что бы ты хотел(а) пожелать педагогам?
- Самое важное событие в лагере?
- Чему ты научился в лагере? Напиши чему?

Пожалуйста, закончи предложения (фразы):

- Я рад(а), что...
- Мне жаль, что...
- Я надеюсь, что...

Пожалуйста, напиши также:

Имя _____ Фамилия _____

Спасибо.

Анкета мнений для родителей о проведенной смене

Цель анкетирования: выявить отношение родителей к прошедшей смене.

1. Считаете ли Вы, что отдых Вашего ребенка в лагере, принес ему пользу?

- большую;
- небольшую;

- возможно, пригодятся в жизни.

2. Понравилось ли ребенку в нашем лагере?

- нравится;
- не очень;
- не нравится;
- затрудняюсь ответить.

3. Удовлетворены ли вы организацией безопасного пребывания детей в лагере?

- да
- нет
- частично

4. Удовлетворены ли вы организацией питания в лагере?

- да
- нет
- частично

5. Если будет возможность, отправите ли Вы ребенка в наш лагерь еще раз?

- обязательно;
- зависит от обстоятельств;
- не знаю.

6.Ваши пожелания и предложения: _____

Спасибо.

Приложение 2

Краткое содержание инструкций по технике безопасности

№ п/п	Тема инструкций	О чем обязательно необходимо напомнить детям
1	Правила поведения в лагере	Когда приходить в лагерь, как вести себя в кабинетах, в школьной столовой, где играть, как спускаться и подниматься по лестнице и т. д
2	Пожарная безопасность	Телефон экстренной службы. Почему нельзя приносить в лагерь зажигалки, спички и другие пожароопасные предметы и вещества. Где находятся план эвакуации, запасные выходы, места расположения огнетушителей. Правила эвакуации из здания.
3	Электробезопасность в здании школы, дома и на улице	Как правильно обращаться с электроприборами, розетками, выключателями; какими могут быть последствия халатного обращения с электричеством; как правильно прийти на помощь пострадавшему и т. п.
4	Безопасность на улицах и дорогах	Где можно ходить пешеходу; где и как переходить проезжую часть.

5	Правила поведения во время экскурсии (пешая экскурсия, поездка и т.д.)	Маршрут, продолжительность, место сбора и проведения экскурсии. ПДД, поведение в автобусе. Важно заранее обговорить действия в случаях «укачивает», «отстал от группы», «заблудился».
6	Правила поведения на мероприятии	Время начала и окончания. Где должны находиться дети, напомнить о дисциплине, особенно во время проведения игр и конкурсов.
7	Правила поведения при травмировании	Как должен вести себя пострадавший и тот, кто оказался рядом с ним, к кому необходимо обращаться за помощью, где в здании находится медпункт.
8	Эвакуация из здания школы	Где находятся планы эвакуации из здания, запасные выходы; маршрут следования к запасным выходам, дисциплина при эвакуации, место сбора на улице и действия каждого ребенка.

Приложение 3

Календарный план воспитательной работы лагеря с дневным пребыванием «Дружба» ГОУ РК "С(К)ШИ № 5" г.Сосногорска

дата		мероприятия
02.06.2025	1 день понедельник	
	"Здравствуй лагерь!"	Торжественная линейка по случаю открытия смены "Здравствуй лагерь!"
		Операция «Уют» (украшение кабинета, отрядного уголка)
		Конкурс на лучшую эмблему отряда
		Беседа по ТБ и правилах поведения в лагере, инструктаж по ПДД, правилам противопожарной безопасности.
		Игровая программа- представление «Бесконечное приключение» ДКЖ в честь Дня защиты детей.
		Конкурс рисунков на асфальте "Счастья детям всей планеты" (по погодным условиям)
		Спортивные, настольные игры. Отрядные дела.
03.06.2025	2 день вторник	
	"День здоровья"	Минутка здоровья - "Здоровье - вот твоё богатство"

		Минутка безопасности – «Мы и дорога» Экскурсия в конноспортивный центр «Фортуна» села Усть-Ухта Игровая программа "Будьте здоровы" на базе СМЦБ им.Я.М.Рочева г.Сосногорск Подвижные игры на свежем воздухе
04.06.2025	3 день среда	
	"День Космоса"	Минутка здоровья – «Режим дня» Беседа о первом космонавте - Ю.А.Гагарине Поездка в планетарий г.Ухта Конкурс рисунков на тему дня - "День Космоса" Спортивные, настольные игры. Отрядные дела.
05.06.2025	4 день четверг	
	"День музыки"	Минутка здоровья – «Витамины на грядках» Мероприятие «Звуки Пармы» по коми музыкальным народным инструментам Игра "Угадай мелодию" Подвижные игры на свежем воздухе
06.06.2025	5 день пятница	
	"Пушкинский день"	Минутка здоровья – «Солнечный ожог».
		Видеосалон. Просмотр мультфильмов по сказкам А.С.Пушкина
		Игра эрудит "Портал в Лукоморье" на базе СМЦБ им.Я.М.Рочева г.Сосногорск
		Спортивные, настольные игры. Отрядные дела.
09.06.2025	6 день понедельник	

	"День семьи"	Минутка безопасности – «Пожарная безопасность»
		Мастер-класс
		Спортивно-игровые соревнования «В здоровом теле – здоровый дух»
		Отрядные дела
10.06.2025	7 день вторник	
	"День экологии"	Минутка здоровья – «Зеленая аптека»
		Минутка безопасности - "Правила поведения на водоемах, в лесу"
		Поездка в детский парк г.Ухты
		Конкурс рисунков «Сохраним природу»
		Спортивные, настольные игры. Отрядные дела.
11.06.2025	8 день среда	
	"День России"	Минутка здоровья - "Дачинай день с зарядки"
		Флешмоб ко Дню России. Мероприятие «Я – гражданин России»
		Видеосалон. Просмотр фильма патриотического содержания.
		Герои нашего города
		Подвижные игры на свежем воздухе
16.06.2025	9 день понедельник	
	"День Родного города"	Минутка здоровья – «Закаливание»
		Знакомство с историей родного города
		Прогулка по родному городу, знаковым местам.
		Игровая программа "Мой любимый город" на базе СМЦБ им.Я.М.Рочева г.Сосногорск

		Спортивные, настольные игры. Отрядные дела.
17.06.2025	10 день вторник	
	"День Кино"	Минутка здоровья - "Глаза зеркало души"
		Видеосалон. Поездка в кинотеатр Юбилейный г.Ухта
		Квиз по фильмам и мультфильмам
		Спортивные, настольные игры. Отрядные дела.
18.06.2025	11 день среда	
	"День Родного края"	Минутка здоровья - «Бывают ли привычки невредными»
		Экскурсия в музей МАУ «Центр коми и национальных культур»
		Познавательно-игровая программа "Сказки и легенды коми народа" на базе СМЦБ им.Я.М.Рочева г.Сосногорск
		Разучивание коми игр
19.06.2025	12 день четверг	
	"Патриотический день"	Минутка здоровья – «Берегите зубы»
		Мероприятия, посвященные 22 июня 1941
		Видеосалон. Просмотр фильма патриотического содержания.
		Спортивные, настольные игры. Отрядные дела.
20.06.2025	13 день пятница	
	Закрытие смены	Минутка здоровья – «Осанка-основа красивой походки»
		Торжественная линейка закрытие смены.

Конспекты планируемых мероприятий

Игра «Угадай мелодию»

Цель: Создание условий для активного вовлечения воспитанников к музыкальному искусству через развлекательную игру «Угадай мелодию».

Задачи: формировать эмоционально-эстетическое восприятие окружающего мира через музыку; развивать музыкальный слух, музыкальную память и восприимчивость, творческое воображение.

Ход игры:

Ведущая: Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас необычное занятие.

Я предлагаю вам поучаствовать в музыкальной игре «Угадай мелодию»,

где мы вспомним наши любимые песни из мультфильмов и их героев.

Игра пройдёт в виде соревнования двух команд.

Но для начала, вам нужно придумать название своей команды.

Дети придумывают название для своей команды и её представляют.

Ведущая: Итак, в нашей игре будут участвовать 2 команды: «Весёлые нотки» и «Музыканты».

По условию нашей игры, после каждого задания, за правильный ответ, команда получает жетон. Чья команда, в конце игры, наберёт больше жетонов, будет считаться победительницей игры «Угадай мелодию».

Ведущая: Ваши ответы будет оценивать жюри, в состав которого входят:

1. _____
2. _____
3. _____

Давайте поприветствуем наше уважаемое жюри! (*аплодисменты*).

Ну, что ж, все готовы?

Дети: Да!

Ведущая: Мы начинаем игру!

1 задание: «Угадай мелодию» (по 3 песни для каждой команды).

Вы должны по музыкальному отрывку определить название песни.

Звучат минусовки песен:

1. «В траве сидел кузнечик».
2. «Улыбка».
3. «Антошка».
4. «Два весёлых гуся».
5. «Чунга – Чанга».
6. «Кабы не было зимы».

2 задание: «Отгадай название песни» (по 3 песни для каждой команды).

В этом задании вы должны отгадать название песни по словесному её описанию.

1. Песня о празднике, который бывает только раз в году («Песенка крокодила Гены»).
2. Песня, под которую все дети ложатся спать... («Спят усталые игрушки»).
3. Песенка девочки, которая носила яркий головной убор («Песня Красной шапочки»).
4. Песня о хвойном дереве, которому холодно зимой («Маленькой ёлочке»).
5. Песня о животном, плывущем на льдине («Песенка мамонтёнка»).
6. Песня о транспорте голубого цвета, который катится навстречу новым приключениям («Голубой вагон»).

3 задание: «Угадай музыкальный инструмент» (по 3 загадки для каждой команды). Сейчас вы услышите звучание музыкального инструмента. Вам необходимо назвать его и показать, как на нём играют.

1. Барабан.
2. Колокольчик.

3. Маракасы.

4. Дудочка

5. Балалайка.

6. Ложки.

4 задание: «Кто поёт эту песенку?»

Нужно внимательно послушать музыку и угадать, какой сказочный герой поёт эту песенку? (по 2 песни для каждой команды).

1. Кот Леопольд (песня «Если добрый ты» из м/фильма «День рождения кота Леопольда»).

2. Винни Пух (песня «Кто ходит в гости по утрам» из м/фильма «Винни Пух идёт в гости»).

3. Заяц и Волк (песня «Расскажи, Снегурочка, где была?» из м/фильма «Ну, погоди!»).

4. Мамонтёнок (песня Мамонтёнка из м/фильма «Мама для мамонтёнка»).

Ведущая: И последнее, 5 задание: «Блиц-игра»

Каждая команда, по очереди, должна быстро дать ответ на мой вопрос (по 2 вопроса для каждой команды).

1. Кто пишет музыку? (Композитор).

2. Какими знаками записывают музыку на нотный лист бумаги (Нотами).

3. Кто исполняет музыку? (Музыкант).

4. Кто исполняет песню? (Певец).

Ведущая: Наша музыкальная игра «Угадай мелодию» окончена.

А пока жюри подсчитывает результаты игры, предлагаю всем вспомнить весёлый танец «Лавата»! Выходите, ребята потанцевать!

Дети выходят в центр зала и исполняют танец «Лавата».

Ведущая: Уважаемое жюри! Прошу вас огласить результаты музыкальной игры «Угадай мелодию!». Награждение победителей.

Ведущая: Вот и подошла к концу наша встреча, Вы все доказали, что отлично знаете песни и героев из мультфильмов. И поэтому вам можно смело присвоить звание «Знатоки музыки»! Молодцы!

Без музыки нельзя прожить никак.

Не станцевать без музыки, ни польку, ни гопак.

И в танце не закружишься, и маршем не пройдешь,

И песенку весёлую ты в праздник не споешь.

Дружите, дети, с музыкой и пойте и пляшите,

И будет мир прекрасным, каким вы сами захотите!

До свидания, до новых встреч.

Мероприятие «Я – гражданин России»

Цель: организация досуга детей на праздничном мероприятии, посвященном Дню России.

Задачи:

Образовательные: знакомить с предметами и инвентарем для развития ловкости, скорости, выносливости, силы; создать праздничное настроение, благоприятный психологический климат в детском коллективе.

Развивающие: развивать дружеские взаимоотношения между девочками и мальчиками, между старшими и младшими детьми.

Воспитательные: воспитывать у детей чувство единства команды, способствовать сплочению коллектива через игру - спортивное развлечение.

Ход мероприятия:

Ведущая: К нам лето жаркое пришло,

С собою праздник привело!

Праздник очень добрый и красивый!

Это День независимости России!

Сегодня мы празднуем замечательный праздник – День России!

День нашей любимой Родины!

Ведущий: А давайте теперь поиграем. Я буду говорить начало, а вы будете продолжать...

Наша страна называется – Россия.

Граждане России, т. е. мы с вами, – россияне.

Столица России город – Москва.

Давайте все вместе ей скажем «Ура»!

Крикнем громко: «Ура, Москва!» (кричат)

А наш город называется – Сосногорск!

Давайте ему тоже скажем дружно: «Ура, Сосногорск!» (кричат)

Ведущая: Ребята, а вы знаете, что такое государственные символы?

Правильно, это знаки, по которым отличают одну страну от другой. У каждой страны в мире есть свои символы - это флаг, герб и гимн.

Флаг России он трехцветный

Гордый, яркий и заметный.

Выше флаг держи, Россия!

Ты должна быть самой сильной!

Цвету флага придается особый смысл.

Белый цвет означает мир и чистоту совести;

Синий – небо, верность и правду;

Красный – огонь и отвагу.

На российском флаге изображён герб России (показывает).

Государственный флаг поднимается во время торжественных мероприятий, праздников, и в это время всегда звучит гимн Российской Федерации.

Сегодня праздник, посвященный дню России, давайте, и мы послушаем торжественный гимн нашей страны стоя!

(Звучит «Гимн Российской Федерации»)

Ведущая: День России – это день величия нашего государства.

Сегодня в этот день нельзя скучать...

А можно веселиться и играть!

Ну, тогда, повернитесь все друг к другу,

И пожмите руку другу.

Руки вверх все поднимите

И вверх пошевелите.

Крикнем весело «Ура»

Наш праздник начинать пора.

Ведущая: «Любите Россию» - так сказано в песне, но как же любить ее, Родину, надо! А может быть так, как любили, писали и говорили о ней поэты и писатели России.

(Дети читают стихотворение) «Россия»

(стихотворение)

У страны моей имя красивое,

Величают ее все Россиею.

Я – россиянка, и этим горда,

Что у меня есть такая страна.

Родина милая, неповторимая,

В сердце моем навсегда.

Страна величавая, сильная, славная.

Это – Россия моя!

Россия! С детства знакомое слово

Ты в сердце моем поселилось давно.

Россия! Такое любимое слово

Звучит словно песня оно.

Россия! Страна ты большая:

Есть горы, равнины, моря.

Россия... Здесь утром заря молодая

Встает, озаряя леса и поля.

Россия... О сколько различных событий

Смогла стойко ты пережить.

Россия... Тобою могу я гордиться.

И славой твоей дорожить.

Россия... Меня называешь ты сыном,

Зовешь гражданином своим,

Я даже в чужой стороне, на чужбине,

Расту патриотом твоим.

Россия! Как величава, как ты красива,

С тобою все мысли мои и душа.

Россия! С тобой мы навеки едины.

Россия! Ты – Родина-мать для меня!

Ведущая: Вы знаете, что краше и любимей России нет на целом свете. Россия - единственная необыкновенная страна, потому что она наша Родина.

Тебе спасибо, Родина моя,

За небеса неповторимой сини,

Скажу одно: дня не прожила бы я

На этом свете без России.

Ведущая: А я хочу сейчас проверить вашу внимательность с помощью флажков. Когда я подниму белый флажок, вы дружно кричите «Я», на синий - «ЖИВУ», на красный - «В РОССИИ».

(Кричалка с флажками «Я живу в России»)

Ведущая: Да, русские ни с мечом, ни с калачом не шутили. Врагов себе не искали, друзьями дорожили. Берегли родную землю русские люди, трудились во славу богатства Родины, защищали ее во все времена. Народ российский испокон веков славился силою, удастью, ловкостью молодецкой. И были всегда на Руси богатыри – силачи с добрым сердцем и чистою душою. Ребята, а давайте, и мы покажем, какие крепкие, сильные, ловкие и удалые дети живут в России!

Игра-эстафета «Все наоборот»

Исходная позиция команды: в колонну по одному, первый участник должен принять положение – лицом к команде.

Правила эстафеты: по команде ведущего, первый участник начинает бежать спиной до кегли туда и обратно. Продолжается соревнование до тех пор, пока не пройдут все участники команды.

Игра «Пробеги между кеглями»

Игра «Не урони мяч»

(Нужно будет по сигналу взять мяч, зажать его между коленями и допрыгать с ним до кегли, а затем взять мяч в руки, добежать к своей команде и передать эстафету следующему участнику).

Эстафета «Прыгунок»

Исходная позиция команды: по парам – один занимает положение, сидя, другой находится за спиной стоя.

Правила эстафеты: по команде пара начинает прохождение эстафеты таким образом. Участник, стоящий сзади, перепрыгивает через сидящего, затем они меняются ролями и так до тех пор, пока они, прыгая, не достигнут стоящей впереди кегли. Затем оббегают ее и возвращаются на место обычным бегом. Передают эстафету следующим.

Ведущая: Молодцы, а я еще хочу силушку вашу богатырскую проверить. Объявляю богатырское состязание, по перетягиванию каната!

Игра «Перетяни канат»

Ведущая: Вот молодцы, богатыри! Теперь сумеете постоять на страже Родины!

В следующем конкурсе я хочу посмотреть, насколько вы дружные ребята.

Конкурс "Сиамские близнецы"

(Участники делятся на 2 команды, а команды разбиваются на пары. Пары играющих становятся друг к другу боком и обнимаются одной рукой за плечи. Получается так, что у того, кто справа, свободна только правая рука, а у того, кто слева - только левая. Вместе они и есть "сиамские близнецы". И этим "сиамским близнецам" надо добежать до тарелки, на которой лежат конфеты и вместе развернуть конфету и съесть. Побеждает та команда, которая быстрее съела все конфеты).

Ведущая: Дорогие друзья! Наша праздничная спортивная программа подошла к концу. Мы желаем вам крепкого здоровья, мира, добра и благополучия. С праздником!

(Общий танец с флажками)

Спортивно-игровые соревнования

«В здоровом теле – здоровый дух»

Цель: привитие интереса к физической культуре, сохранение и укрепление здоровья

Задачи:

Образовательные: формировать двигательные умения и навыки

Развивающие: обогащать свой двигательный опыт; обучать детей коллективным играм

Воспитательные: воспитывать культуру эмоционального поведения в спортивно-игровой деятельности.

Ход соревнований:

1 конкурс «Попробуй, догони!»

На счёт старт, первый игрок бежит, оббегает бутылку и бежит обратно. Как только первый игрок пробежал, сразу же бежит второй. И так до конца. Это состязание на скорость. 1 балл.

2 конкурс «Супер бег».

Капитан берёт мяч и на старт бежит, оббегает бутылку, возвращается, передаёт мяч следующему, а сам встаёт в конец. Второй повторяет тоже самое. И так до конца. Это состязание на скорость. 2 балла.

3 конкурс «Мячик».

Капитан с мячом бежит, кладёт мяч возле бутылки и возвращается и передаёт эстафету следующему. Следующий игрок бежит, забирает мяч и несёт следующему. А третий должен повторить, что делал первый. И так до конца. Это состязание на скорость. 2 балла.

4 конкурс «Остаться в живых».

Нарисованы круги на расстоянии 40-50 см друг от дружки. Задача игроков пропрыгать по ним, не наступая на черту. Это состязание не на скорость. Количество баллов зависит от того, сколько человек пропрыгало и не наступило.

5 конкурс «Бегаем».

Втыкаются в землю палочки, на расстоянии 50-60 см друг от друга. Задача игроков пробежать зигзагом между палочками, задеть бутылку и возвратиться назад также – зигзагом. И так до конца. Это состязание на скорость. 3 балла.

Заключительный конкурс «Паровоз».

Капитан бежит, оббегает бутылку, возвращается, за него хватается второй игрок, они бегут вместе, не отсоединяясь, оббегают бутылку, возвращаются, на них хватается третий игрок и т.д. Это состязание на скорость. 5 баллов.

Подведение итогов.

Награждение.

Минутки здоровья

1. Минутка здоровья «Берегите глаза»

Глаз - орган зрения. Мы видим глазами наш удивительный мир, который пронизан светом ласкового солнца. Недаром говорят, что лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать. Наши глаза помогают нам познавать окружающий мир, учиться, выполнять различную работу. Человеку с плохим зрением труднее будет учиться, работать. Какой вывод можно сделать из сказанного мною? (Зрение нужно беречь!)

Попытаемся выяснить, отчего ухудшается зрение и как научиться заботиться о сохранении хорошего зрения.

Для начала мы немножко познакомимся со строением глаза. Вы все знаете, как устроен фотоаппарат. Когда нажимаешь на кнопку затвора, в нем открывается маленькое круглое отверстие. Через это отверстие проходят лучи света. Они попадают на пленку и рисуют на ней то, на что был направлен фотоаппарат. Примерно так же устроен наш глаз. Посредине круглое цветное пятнышко, у одних оно коричневое, у других - синее, зеленоватое. Это радужная оболочка. А посредине видна черная точка. Но это не точка, а маленькое отверстие, оно называется зрачком. Именно через него лучи света попадают внутрь глаза и как бы рисуют в нашем мозгу изображение того, на что направлен глаз.

Сама природа заботливо оберегает глаз. Потечет со лба пот – его остановит густая изгородь бровей. Ветер понесет в лицо пыль – ее задержит плотный частокол ресниц. Если пылинка залетит в глаз, ее тотчас слизнет непрерывно мигающее веко.

Ну, если уж природа заботится о нас, то мы и сами должны заботиться о своем здоровье.

Давайте выясним, из-за чего портится зрение. Как вы думаете?

1. Работа при плохом освещении.
2. Чтение при малом расстоянии от глаз до книги.
3. Чтение лежа.
4. Длительный просмотр телепередач.

Мы выяснили причины, узнали от чего портится зрение. А теперь узнаем, как же заботиться о сохранении нашего зрения.

1. Место, где вы занимаетесь, должно быть хорошо освещено. Лампа должна стоять слева.
2. Расстояние от книги, тетради до глаз должно быть 30-35 см (у взрослого это равно длине руки от локтя до кончиков пальцев).
3. Нельзя читать лежа или на ходу, попадете всегда в беду.
- 1) Смотреть не более 2-3 передач в неделю (по 1-1,5 ч) (не считая коротких мультфильмов).

- 2) Располагаться от телевизора не ближе 2-3 м, не дальше 6-8 м.
- 3) Место для сидения должно быть удобным.
- 4) Изображение на экране должно быть четким.

Кроме этого, глазам нужен отдых. Попробуйте подряд два часа пилить дрова. Это даже и тренированному человеку трудно. Каждый знает: чтобы хорошо работать, нужно время от времени отдыхать. И на практической части нашего занятия мы сегодня узнаем, как же можно дать отдохнуть глазам. Для этого существует специальная гимнастика для глаз, которую разработали ученые-врачи. Повторяйте за мной упражнения для глаз.

1. Упражнение (сидя) крепко зажмурить глаза на 3-5 с. Затем открыть на такое же время.
 2. Упражнение (стоя). Посмотреть вверх, на нос; вниз, на нос.
 3.
 - а) Указательный палец на расстоянии 25-30 см.
 - б) Смотреть на конец пальца 3-5 с.
 - в) Прикрыть левой рукой левый глаз на 3-5 с.
 - г) Убрать ладонь, смотреть на конец пальца 3-5 с. (Потом правой рукой.)
 4. Самое простое упражнение. Быстро поморгать 20-30 с. Затем закрыть глаза и посидеть минутку, откинувшись на спинку стула.
- Запомните эти упражнения и повторяйте их время от времени.

2. Минутка здоровья «Витамины – мои друзья»

Витамины – это незаменимые активные вещества. Они необходимы для нашего организма. Недостаточное поступление витаминов ведет к различным видам заболеваний. У человека ухудшается самочувствие, уменьшается сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, снижается работоспособность.

Авитаминоз- (витаминов, а к нему подставили букву «А» и «оз» и получилось такое слово авитаминоз) Какие вы знаете витамины?

Витамин А - это витамин роста. Еще он помогает нашим глазам сохранять зрение.

При недостатке в организме этого витамина возникает заболевание глаз: (**Куриная слепота**), т.е. человек не способен видеть в слабо освещенном помещении. При длительном отсутствии вит. А в организме может наступить полная потеря зрения. Кожа и **волосы** становятся сухими, волосы теряют блеск и начинают выпадать.

Витамин А содержится во многих продуктах животного происхождения (сливочное масло, яичный желток, печень рыб), в растительных продуктах содержится каротин (провитамин А).

Витамин В (тиамин) – находится в продуктах питания. при нехватке витамина В больные жалуются на утомляемость, головную боль, одышку, сердцебиение при физической нагрузке. Беспокоят понижение кожной чувствительности ног, а затем и других участков тела, ощущение слабости и тяжести в ногах, хромота, отеки, учащенный пульс, понижение артериального давления. Развивается болезнь «**Бери-Бери**» - означает оковы, будто цепями окованы ноги. У больных немеют руки и ноги. Наступает паралич конечностей.

Употребляют пищу с высоким содержанием **витамина В** пшеничный и ржаной хлеб, дрожжи, горох, желток яиц, свинину. Витамин В в наибольших количествах находится в пивных дрожжах, хлебных злаках, картофеле, бобовых; его много во внутренних органах животных (печени, почках и сердце). Витамин В встречается в пекарских, пивных дрожжах, молочных продуктах, жирной рыбе.

Витамин С Недостаток витамина С приводит к болезням сердца, разрушению зубов, снижению иммунитета. Может привести к не менее опасным результатам: нарушение пищеварения, кровотечения, облысение, нарушения в работе щитовидной железы, быстрое старение, риск развития раковых заболеваний.

Если в детском организме не хватает витамина С, то это частые болезни, долго незаживающие ранки, медленный рост ногтей. В поведении становится заметна вялость и сонливость. Витамин с - прячется в чесноке, капусте, луке, во всех овощах, фруктах, ягодах.. Витамин С (аскорбиновой кислоты) особенно много в свежих листовых овощах, фруктах и ягодах, таких как шиповник, **черная смородина**, красный перец, цветная капуста, укроп. При отсутствии Витамин С в пище человек заболевает **цингой**. Десны кровоточат, лицо отекает, невыносимые боли в мышцах и суставах.

Витамин Д. Самый знакомый для нас – это недостаток **витамина Д**. Витамин Д сохраняет нам зубы. Без него зубы человека становятся мягкими и хрупкими. Его можно найти в молоке, рыбе, твороге. Загорая на солнце, мы тоже получаем **витамин Д**. Витамин D (кальциферол) содержится в основном в продуктах животного происхождения, больше всего в рыбных: рыбьем жире, печени трески. Он есть в молоке, сливочном масле и яйцах. Этот витамин незаменим в лечении и профилактике **рахита**. Он регулирует фосфорно-кальциевый обмен в организме, обеспечивает всасывание фосфора и кальция в кишечнике, повышает сопротивляемость организма.

3. Минутка здоровья «Осанка»

Осанка – это правильное положение тела при стоянии, ходьбе и сидении. Почему же осанке придается особое значение? Почему осанка так важна? (*Выслушиваются ответы детей.*)

- Я тоже думала над этим вопросом и вывела 8 причин иметь правильную и здоровую осанку:

1. Чем красивее спина, тем увереннее личность. Хорошая осанка повысит уверенность в себе. Пробуйте это: глубоко вздохните и стойте прямо. Вы чувствуете себя лучше? Более уверенно?

2. Дыхание становится легким и более глубоким. Попробуйте сделать следующее: сядьте и сгорбитесь. Попробуйте сделать вдох. Заметьте, что так тяжелее дышать. Это пример того, как наши мышцы и сухожилия сковываются и вызывают затруднения в дыхании.

3. Улучшается дыхание и пищеварение. Хорошая осанка увеличивает вместимость легких, помогая обращению кислорода и пищи в организме. Улучшается здоровье, органы функционируют лучше.

4. Вы выглядите более стройными и молодыми. Имея хорошую осанку, вы будете казаться на 3-5 фунтов (2-2,5 кг.) стройнее, моложе и одежда будет лучше на вас сидеть.

5. Голос будет казаться лучше. Когда вы держите осанку, диафрагма открывается. В результате этого ваш голос лучше звучит.

6. Помогает мышцам и суставам. Хорошее положение позволяет мышцам работать более эффективно, позволяя телу использовать меньше энергии и, тем самым, предотвращая усталость. Это также уменьшает вероятность растяжений и даже спинную и мышечную боль.

7. Улучшается мышление. Осанка также затрагивает ваш ум. А настроение может отразиться на осанке. Когда вы счастливы и хорошо себя чувствуете — осанка прямая. А вот унылые люди с хроническими болями, часто сидят или стоят ссутулившись.

8. Здоровый позвоночник. Правильная осанка — простой, но очень важный способ для поддержания здорового позвоночника. Здоровая спина особенно важна для людей, которые много стоят в течение дня или сидят в офисе.

- Есть такая поговорка: "Человек настолько молод, насколько молод и здоров его позвоночник". Как вы думаете, почему так говорят? (*Обсуждение детей.*)

На осанку влияет, прежде всего, позвоночник. Позвоночник — это не просто стержень нашего организма. Вместе со скелетом он служит для защиты внутренних органов от внешних повреждений. Если положение позвоночника отличается от нормального, то на организм оказывается большее давление извне, и начинают возникать различные заболевания. Каждый позвонок отвечает за какой-либо орган. Неправильная осанка приводит к неправильному расположению позвонков. Когда позвонки располагаются неправильно, они ущемляют корешки спинного мозга, который расположен в телах позвонков. Спинной мозг рассылает нервные импульсы во все внутренние органы, сигнализируя болью о неисправности.

Итак, какой же вывод сделаем из всей нашей беседы? (*Ответы детей.*)

4. Минутка здоровья «С бодрым утром!»

Сегодня мы проведем необычную беседу на тему «С бодрым утром». Скажите, как начинается ваш день. Как вы встаете, когда проснулись: с охотой или *тяжело* просыпаетесь? (*Следуют ответы детей.*) Я предлагаю познакомиться с очень хорошим стихотворением о том, как можно начинать свой день. Сначала прослушайте, а потом вместе повторим его, а , может быть, и выучим.

Мы солнцу скажем: «Здравствуй!»

Мы скажем небу: «Здравствуй!»

«Пусть утро будет ясным!»

— Природе скажем мы.

Пусть будет мир прекрасным!

И даже в день ненастный

Ему желаем счастья, любви и красоты!

Только глазки мы откроем,

Только личико умоем,

Мамино лицо родное

- С добрым утром, — скажет нам.

- С добрым утром, мама, папа!

- Здравствуйте, в саду ребята,

- Солнце, небо и зверята,

- Утра доброго всем вам!

За утро, солнце, небо голубое,

За утро, солнце, небо голубое,

За счастье жить нам всем одной семьёю,

За Землю-Матушку, что лаской нас согрела.

Нас накормила, в свой покров одела,

За то, что терпелива к нам, как к детям,

Спасибо, ей, что мы живём на свете!

Здравствуй, солнышко родное,

Здравствуй, небо голубое!

Мы навстречу вам откроем

И ладошки, и сердца.

5. Минутка здоровья «Чистим зубы»

Зубы – костные образования в ротовой полости у человека и большинства животных. Зубы захватывают, удерживают и механически перерабатывают пищу. С раннего детства следует приучаться беречь свои зубы, правильно ухаживать за полостью рта.

Правила ухода за полостью рта и зубами:

- Полощи рот теплой водой после каждого приема пищи.
- Чисти зубы утром и перед сном.
- Не грызи зубами твердые предметы (орехи, кости).
- Два раза в год посещай зубного врача – стоматолога.
- Не ешь одновременно слишком горячую и слишком холодную пищу.
- Щетина зубной щетки должна быть не жесткой, длина щетинистой части – не более двух сантиметров, а зубная щетка должна быть несколько изогнутой.

Как правильно чистить зубы? Каждое утро, когда умываешься, и вечером, перед сном, зубы надо чистить. Посмотри, как это правильно делается.

Перечислите те продукты, которые позволят сохранить здоровые зубы (сыр, творог, морковь, яблоко)

6. Минутка здоровья «Гигиена тела»

Гигиена тела – это неотъемлемая часть человеческого здоровья. Если не ухаживать за собой, то красота увядает, а здоровье портится. Что же подразумевается под гигиеной тела? Прежде всего, она заключается в уходе за **волосами, лицом, состоянием полости рта, за руками, ногами, ногтями** и всего тела, в общем.

Главное, с чего следует начинать личную гигиену тела, так это ежедневно принимать душ. Не обязательно каждый раз использовать мочалку и гель для душа или мыло, важно, чтобы кожа дышала, поэтому, достаточно всего лишь сполоснуться. К тому же, частое применение моющих средств может высушить кожу.

Уход за кожей лица имеет не маловажное значение. **Лучше всего утром умываться обычной проточной водой**, но она не должна быть горячей. Горячая вода вызывает расширение пор, а для жирной кожи чревата появлением жирного блеска и образованием воспалений в виде угрей.

Кожа рук и ног входит в гигиену тела, и она нуждается в не меньшем уходе, чем кожа лица. Под ногтями часто скапливается грязь и микробы, поэтому, им необходимо уделять внимание. Руки следует мыть перед едой, после посещения туалета, общественных мест. Ноги достаточно мыть перед сном, во время принятия душа.

Волосы требуют личной гигиены не меньше, чем другие части тела. Если не следить за своей шевелюрой, вовремя не мыть и не ухаживать, можно навсегда потерять их красоту. Голову следует мыть по мере загрязнения и в зависимости от типа волос. Не надо мыть голову горячей водой, особенно волосы, склонные к жирности. Эффект будет тот же, если умывать лицо такой водой – появиться жирный блеск.

7. Минутка здоровья «Хорошее настроение»

Сейчас будем говорить о настроении. Что же такое настроение? Да, вы правы, настроение – это душевное состояние человека. Оно может быть разным: спокойным, радостным и грустным. Иногда мы чувствуем себя очень плохо, даже отвратительно. То, что происходит с нами, напоминает что-то неприятное и мрачное. И тогда настроение похоже на мутную лужу в плохую погоду.

Иногда настроение похоже на праздничный салют – яркое, как разноцветные искорки, а мир вокруг кажется таким разноцветным, как вода в этом стакане. В такие моменты у нас замечательное настроение!

Но настроение не всегда похоже на салют, иногда оно как озеро в хорошую, летнюю погоду – спокойное, тихое и очень-очень светлое. Тогда мы чувствуем себя хорошо и уверенно. В это время настроение похоже на чистую воду.

Ребята, давайте поиграем в игру «Передавалки». Будем передавать друг другу разное настроение. Я передаю своему соседу справа – улыбку, ты передаешь улыбку следующему.

Передай улыбку соседу (по кругу).

Передай «сердилку» (сердитое выражение лица).

Передай «испуг».

Передай «страшилку».

Передай «смешилку».

Упражнение «Причины плохого настроения».

Ребята, также как погода в природе, наше настроение может меняться. От чего же портится наше настроение? Попробуйте рассказать, от чего может испортиться настроение.

Вот послушайте интересное стихотворение (*звучит стихотворение М.Щеловановой*):

Какое сегодня утро?

Сегодня плохое утро!!

Сегодня скучное утро!!

И, кажется, будет дождь...

Почему же плохое утро?

Сегодня хорошее утро!!

Сегодня весёлое утро!!

И тучи уходят прочь!!

Нужно ли ждать, когда пройдет плохое настроение? А вы знаете, что улучшает наше настроение? Подумайте и скажите, что помогает улучшить настроение. *Следуют ответы ребят.* Так давайте всегда будем помнить о том, что мы сами создаем свое настроение на весь день.

Минутка безопасности

Пожарная безопасность. Причины возникновения пожара, поведение при пожаре

Ребята отгадайте загадку:

Рыжий зверь в печи сидит,
Рыжий зверь на всех сердит.
Он от злости ест дрова
Целый час, а может два.
Ты его рукой не тронь,
Искусает всю ладонь.

- Огонь, ребята, и друг, и враг человека. Когда друг?
(ответы детей)

- Когда враг?
(ответы детей)

- Мы сегодня поговорим о пожаре. Разберем причины возникновения пожара; познакомимся с правилами безопасного поведения дома; научимся соблюдать правила обращения с огнем и электроприборами.

В древние времена люди огонь называли “красный зверь”. Познакомились в то время, когда молния коснулась деревьев, и они загорелись. “Красный огонь” не мог перепрыгнуть реку, значит он боится воды. Понравилась им пища, обожженная огнем. Была очень вкусной, мясо сочным и мягким. Попытались перенести “красный зверя” в пещеру, но он потух, его надо было подкормить сухой травой.

Так человек изучил огонь и поселил его рядом с собой.

Каковы же причины пожара?

- Послушайте шуточное стихотворение Г. Остера.

Спички - лучшая игрушка
Для скучающих детей.
Папин галстук, мамин паспорт -
Вот и маленький костер.
Если тапочки подкинуть,
Или веник подложить,
Можно целый стул зажарить,
В тумбочке сварить уху.
Если взрослые куда-то
Спички спрятали от вас,
Объясните им, что спички
Для пожара вам нужны.
Г. Остер

- Стихотворение то шуточное, но можно ли шутить с огнем? К чему это может привести ?

(к пожару)

-Правильно. При неосторожном обращении огонь из верного друга превращается в беспощадного врага.

Пожар. Что это такое?

(ответы детей)

ПОЖАР - неконтролируемый процесс горения, уничтожение материальных ценностей и создающий опасность для жизни людей.

- Дома, в которых мы живём, обеспечены газом, электроприборами. В них пожары возникают значительно чаще, чем в общественных зданиях.

(презентация)

- Кто нам поможет справиться с пожаром? (пожарные)
- Как вызвать людей этой профессии?
- На борьбу с огнём направляются смелые и отважные люди. Они бросаясь в огонь и дым спасают людей, имущество, даже ценой своей жизни.
- НО отвагой на пожаре отличаются не только пожарные, но и обычные люди. О таких героях пишут в книгах, газетах.
- О пожарах много написано книг, снято фильмов и мультфильмов.

Мультфильм “Кошкин дом”. (кадры)

Возле газовой плиты
Расшалился - жди беды.
Лучше даже и не стой
Перед газовой плитой.

Каждый знает, что уют –
Добрый, но серьезный друг.
Тот, кто с уютом знаком,
Не играет с уютом.

Кто науку изучает,
Так приборы не включает:
Перегретая розетка
Загорается нередко.

- Какие приборы в доме опасны?

Какой вывод можно сделать?

Причины пожаров: Неосторожное обращение с огнем. Небрежное использование бытовых нагревательных приборов. Нарушение правил пожарной безопасности при эксплуатации сети и электропроводки. Возгорание телевизоров, радиоаппаратуры.

УСТРАНЕНИЕ ПОЖАРА.

- Чем можно потушить пожар?
- Добавь словечко:

Выпал на пол уголек,
Деревянный пол зажег.
Не смотри, не жди, не стой,
А залей его. . . (водой).

- Недаром говорят:

ОГОНЬ ВОДЫ БОИТСЯ.

- А ещё чем можно?
- Пожар не ждёт! К ящику бросок!!
Насыпь на очаг спасительный ...(ПЕСОК)

ИГРА. “Это я, это я, это все мои друзья. ”

Ведущий:
Кто задорный и веселый,
Верность правилам храня,
Бережет родную школу
От огня?

Ребята:
Это - я, это - я, это все мои друзья!

Ведущий:

Кто соседской детворе
Объясняет во дворе,
Что игра с огнем не даром
Завершается пожаром?

Ребята:
Это - я, это - я, это все мои друзья!

Ведущий:
Кто украдкой в уголке
Жег свечу на чердаке?
Загорелся старый стол —
Еле сам живой ушел?

Ведущий:
Кто пожарным помогает,
Правила не нарушает,
Кто пример для всех ребят:
Школьников и дошколят?

- Ну, вот теперь я спокойна, вы знаете, что с огнём шутить опасно, и всегда будете выполнять правила пожарной безопасности.

Коми национальные игры (коми ворсӧмъяс)

Отбивка оленей

Группа играющих находится внутри очерченного круга. Выбираются три пастуха, они за кругом. По сигналу - Раз, два, три - отбивку начни. Пастухи по очереди бросают мяч в оленей. Олень, в которого попал мяч, считается пойманным, отбитым от стада. Каждый пастух отбивает пять-шесть раз. После чего он подсчитывает отбитых оленей.

Правила игры. Бросать мяч можно только в ноги и только по сигналу. Стрелять надо с места в подвижную цель.

Стой, олень! (Сувт, кор!)

Играющие находятся в разных местах площадки (границы ее обозначены). Выбирается пастух. Получив палочку, он становится на середине площадки.

После сигнала «Беги олень!» все разбегаются по площадке, а пастух старается догнать кого-нибудь из играющих, коснуться его палочкой и сказать: Стой, олень.

Тот, кого коснулась палочка, отходит в сторону.

Игра заканчивается, когда пастух поймает пятерых оленей. Правила игры. Разбежаться можно только по сигналу «Беги, олень!» Осаленные —отходят в условленное место. Салить надо осторожно.



Невод (Тыв)

Играющие, выбирают рыбу. На голову ей надевают яркий платок или венок из цветов и помещают в центр хоровода, изображающего невод.

На расстоянии 1,5—2 м от хоровода устанавливают четыре украшенных лентами шеста. Рыба, пробравшись сквозь невод (под руками играющих), бежит к одному из шестов. Игроки догоняют ее. Если рыбу не догнали и она спряталась за



шестом, она остается рыбой, если поймают, то она возвращается в хоровод. Рыбой становится тот, кто ее догнал.

Правила игры. Игроку, выбегающему из-под невода, надо проявлять ловкость, а не силу. Разрывать круг нельзя.

«Ручеек» (Шор)

Выбирается водящий, остальные делятся на пары и сцепляют руки. Пары под музыку встают дуг за другом, образуя коридор и поднимая руки вверх. Водящий входит в образованный коридор с одного конца и двигается в другой конец коридора, по дороге выбирая себе пару. Он берет понравившегося ему человека за руку, расцепляя стоящую пару. Новая пара вместе идет в конец «ручейка» и встает там, подняв руки вверх. Освободившийся игрок становится водящим, идет в начало «ручейка» и заходит в коридор, выбирая себе человека для пары и так далее, пока всем не надоест играть. Если играет очень много народу, водящих может быть несколько. (коми нар. «Круговая пляска»)



Яг - Морт (лесной человек)

Яг- Морт сидит на пеньке.

Дети стайкой гуляют вокруг него и приговаривают:

«Яг- Морт, Яг- Морт,
мы весёлый народ,
Мы в лес пойдём,
клюкву-ягоду найдём,
клюкву-ягоду съедим,
а тебе не дадим!»

Яг -Морт ловит детей.

