

# Программа “Лето приключений в Здоровой энергетической галактике”

**Организатор программы:** [Республиканский педагогический отряд г.Казань](#)

Каникулы - это замечательная пора свободного от учебы времени, когда ребенок имеет возможность стать активным участником, организатором социально-значимой для себя деятельности, необходимо только создать условия для использования каникулярного времени в интересах детства.

Летний лагерь создает условия для педагогически целесообразного, эмоционального, привлекательного отдыха и досуга школьников, восстановления их здоровья, удовлетворения потребностей в новизне впечатлений, творческой самореализации, общении и самостоятельности в разнообразных формах, включающих труд, познание, искусство, культуру, игру и другие сферы возможного самоопределения.

Программа «Лето приключений в Здоровой энергетической галактике» - адаптированный вариант летнего модуля комплексной целевой программы «Здоровое поколение» разработанной авторским коллективом Центра детского творчества Вахитовского района г.Казани (Абдуллиной Э.А., Галдиной И.Д. и Бибишевым В.Л.) в рамках программы «Образование и здоровье» Республики Татарстан.

## АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Слово «Здоровье» в обще популярном определении (словарь русского языка С.И.Ожегова) - это «правильная нормальная деятельность организма». В словаре приводится девятнадцать слов — производных от слова «здоровье», охватывающих многие стороны жизни - от физически благополучного -«здоровый» и «здравый» - в смысле толковый, рассудительный, до «здорово» - хорошо, отлично.

Здоровье - это сумма слагаемых и произведение сомножителей, главными из которых являются, кроме хорошей наследственности -элементы образа жизни детства и школьных лет — когда формируется организм, его биологические, физические и умственные резервы, а затем -образа жизни десятилетий возмужания, зрелости, старости. К XXI веку современная наука, опираясь на мудрость тысячелетий, накопила много знаний о положительных и отрицательных факторах, влияющих на здоровье человека. Но знания всего лишь книжный свод истин, если не применяются на практике. Последний рубеж от знания к практике - это действия, это внедрение полезных привычек, искоренения вредных.

Чем раньше, шагая по годам жизни, ребенок познает свою собственную роль в формировании здоровья, чем раньше поймет значение самоконтроля, тем реальнее будут достижения поставленных им целей, тем крепче будет тело, выше интеллект, а значит - выше возможности реализации своих способностей. Лагерь является уникальной формой организации свободного времени детей разного возраста, пола, уровня развития с одной стороны и пространством для оздоровления, формирования здорового образа жизни, профилактики негативных явлений в детско-подростковой среде с другой.

Программа «Лето приключений в Здоровой энергетической галактике» — многодневная игра с разнообразной творческой деятельностью, в которую включается каждый, ведь по природе - ребенок великий фантазер, выдумщик, экспериментатор, искатель приключений.

Новый виток - 2019 данной программы — это чередование оздоровительных, интеллектуальных, творческих, познавательных, приключенческих форм работы, содержание которых пронизано игрой -ведущей потребностью ребенка. Игры обуславливают физическое, эмоциональное, духовное развитие детей, способствуют интеллектуальному росту, демонстрируют образцы социального поведения.

## ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ

- создание здоровьесобразующей среды для полноценного отдыха и оздоровления детей и подростков;
- воспитание сознательного отношения к своему здоровью.

## ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

- формирование навыков здорового образа жизни, режима питания и жизнедеятельности в экологически благоприятной среде в условиях лета;
- сохранение и восстановление здоровья детей в природно-климатических условиях Черноморского побережья Краснодарского края;
- формирование основ экологической культуры;
- повышение социальной активности и содействие адаптации ребенка в обществе;
- дальнейшее углубление, расширение знаний детей и подростков о своем здоровье;
- организация дополнительного образования детей в условиях лагеря.

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ИДЕЯ ПРОГРАММЫ

Укрепление духовного, нравственного, психического и физического здоровья детей и подростков, создание условий для приобретения ими позитивного опыта, сознания и готовности строить свою жизнь на основе сознательного отношения к своему здоровью, саморазвитию, самореализации и самоопределению.

## АЛГОРИТМ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Игровая модель данной программы - путешествие с приключениями по «Здоровой энергетической галактике» длиной в 21 день. Путешествие проходит под девизами: «Будьте здоровы! Всегда здоровы!», «Ни дня без приключений!».

Алгоритм смены состоит из:

- старта в «Здоровую энергетическую галактику»;
- приключений и исследований звезд, комет, метеороидов;
- возвращения на землю.

Путешествие по «Здоровой энергетической галактике» делится на 3-х дневные уровни. На каждом уровне исследуются 3 космических объекта: звезда, комета, метеорит.

Руководит путешествием ЦУП (центр управления полетом-педагогический коллектив) и клуб звездных лидеров (детское самоуправление). Итоги подводятся по прошествии каждого уровня (через 3 дня) на утренней поверке.

Задача участников программы - космонавтов, объединенных в экипажи, обладающих крепким здоровьем (существует даже устойчивое словосочетание — космическое здоровье) обследовать все объекты здоровой галактики (кометы, метеориты, созвездия, планеты, звезды), населяют которую жители, ведущие только здоровый образ жизни. В пути участники ждут приключения, испытания, конкурсы, соревнования, встречи с космическими пиратами, нарушающими законы здоровой галактики.

Каждый экипаж имеет звездную карту «Здоровой галактики», в которой фиксируется успешное выполнение заданий и записываются нарушения, допущенные в ходе приключений и исследований.

Общая звездная карта всех экипажей с результатами, включающая ребят в соревнование, показывает промежуточные результаты и лидеров приключений и путешествия.

Экипаж, набравший наибольшее количество звезд, становится образцовым экипажем и получает право оставить запись о своем экипаже на звездной дорожке.

Участники программы, преодолевшие все приключения и испытания, получают именной сертификат искателя приключений «Здоровой энергетической галактики».

## СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа «Лето приключений в Здоровой энергетической галактике» рассчитана на одну смену (21 день) в летнем оздоровительном лагере.

## УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на школьников в возрасте 7-16 лет, объединенных в экипажи (отряды) по 30 человек для участия в приключениях и освоении Здоровой энергетической галактики. Во главе экипажа командир и штурман (вожатый).

## ПРИНЦИПЫ

Реализация Программы базируется на принципах:

- социально-значимой направленности деятельности;
- единства оздоровительной и воспитательной работы с детьми;
- учета половых возрастных и индивидуальных особенностей;
- самостоятельности и творчества;
- массовости и общедоступности мероприятий по интересам;
- единоначалия в сочетании с детским и педагогическим самоуправлением;
- взаимосвязи с семьей и социальной сферой.

## Творчество

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 креативности детей и подростков.

Формы организации художественно-творческой деятельности:

- Изобразительная деятельность (оформление газеты «Наш отрядный дом», конкурс стенгазет и рисунков «А в нашем лагере...»)
- Конкурсные программы («Алло, мы ищем таланты», «Лучшая пародия»)
- Творческие конкурсы («Знакомьтесь – это мы!»)
- Игровые творческие программы
- Концерты («Звездопад»)
- Творческие игры («День рекордов»)
- Праздники («Здравствуй, лагерь!», «День Нептуна»)
- Выставки, ярмарки
- Рисование в лагере дает 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.

## ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ

### СПОРТИВНО-ТУРИСТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

- ежедневная утренняя зарядка
- гигиенические процедуры
- закалывающие процедуры: загорание, морские купания
- обучение плаванию
- подвижные игры на свежем воздухе
- занятия в спортивных секциях
- туристические соревнования, эстафеты
- спартакиады, конкурсы, марафоны, чемпионаты
- олимпийские игры
- мастер-класс по туризму
- походы, прогулки, пешеходные экскурсии

### Режим дня Энергетической Галактики

7.30	Подъем
7.35	Физзарядка
7.55	Санитарно-гигиеническая параллель испытаний (наведение порядка в комнатах)
8.15	Старт дня. Утренняя поверка. (сбор-инструктаж экипажа)
8.30	Завтрак на орбите
9.30	Заседание клуба энергетических лидеров
11.00	Тест на чистоту (санитарный обход)
9.30-13.00	Экскурсионная параллель испытаний Оздоровительная параллель испытаний (водные, солнечные, воздушные процедуры) Туристическая параллель испытаний (походы, мастер-классы, прогулки, экспедиции) Творческая параллель испытаний (музыкальные, игровые, танцевальные часы)
13.00	Обед на орбите
14.00-16.00	Тихий час
16.00-16.30	Санитарно-гигиеническая параллель испытаний (наведение порядка в комнатах)
16.30	Полдник на орбите
17.00-19.00	Спортивная параллель испытаний (соревнования, эстафеты, тренировки) Творческая параллель испытаний (праздники, конкурсы, пресс-клуб) Увлекательно-образовательная параллель испытаний (объединения: спортивные, творческие, прикладные) Оздоровительная параллель испытаний (водные, солнечные, воздушные процедуры) Туристическая параллель испытаний (экскурсии, прогулки)
19.00	Ужин на орбите
19.30-21.30	Вечерняя творческая параллель испытаний (танцразрядка, видеоклуб, игротка, библиотека) Вечерняя спортивная параллель испытаний Фуршет на орбите
21.00	Вечерняя звездочка экипажа
22.00	Финиш дня (отбой для младших экипажей)
22.30	Вечерняя звездочка экипажа
23.00	Финиш дня (отбой для средних и старших экипажей)