

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 8  
города Новошахтинска**

УТВЕРЖДАЮ:  
директор МБОУ СОШ № 8  
\_\_\_\_\_ С.А.Чекрыжова

**ПРОГРАММА**  
профильной смены  
для организации отдыха детей и их оздоровления  
в МБОУ СОШ № 8  
по направлению деятельности  
Движения первых  
«Здоровый образ жизни»

**«Время Первых: БУДЬ ЗДОРОВ!»**

**Сроки реализации:** 10 июня – 1 июля 2026 г.

**Возраст детей:** 7–13 лет (1–7 классы)

**Режим работы:** с 08:00 до 14:00 (ежедневно, кроме выходных)

**Количество отрядов:** 2 разновозрастных отряда (до 20 человек в отряде)

## **ОГЛАВЛЕНИЕ**

1. Пояснительная записка.
2. Цель, задачи, принципы программы воспитания.
3. Концепция и игровая модель смены.
4. Участники смены.
5. Организационная структура и самоуправление.
6. Логика и этапы реализации смены.
7. Основные направления воспитательной работы профильной смены.
8. Анализ воспитательного процесса и результатов воспитания.
9. Распорядок дня (с 08:00 до 14:00).
10. План-сетка смены.
11. Описание ключевых событий.
12. Условия успешной реализации программы смены.
13. Ожидаемые результаты.
14. Материально-техническое обеспечение.
15. Список рекомендуемой литературы.

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1. Актуальность и новизна**

Программа воспитания профильной смены разработана в соответствии с ключевыми смыслами Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение Первых» по направлению «Здоровый образ жизни: Будь здоров!». Она направлена на формирование у детей и подростков ценностного отношения к собственному здоровью, развитие физической культуры, профилактику вредных привычек в условиях лагеря с дневным пребыванием на базе МБОУ СОШ № 8.

**Новизна программы** — в игровой модели «Фарватер здоровья», где каждый день смены посвящён одной из составляющих здорового образа жизни, а также в системе клубов по интересам и ежедневных «Добрых делах Первых».

#### **Особенности программы для лагеря с дневным пребыванием:**

- Сокращённая продолжительность дня (дети уходят домой после обеда);
- Уплотнённый график мероприятий;
- Отсутствие дневного сна и вечерних мероприятий;
- Акцент на активные формы работы в первой половине дня;
- Ежедневная зарядка и «Доброе дело Первых»;
- Обязательные прогулки и игры на свежем воздухе.

### **1.2. Нормативно-правовая база**

- Конституция РФ
- Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»
- Федеральный закон № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка»
- Федеральный закон № 261-ФЗ «О российском движении детей и молодёжи»
- Стратегия развития воспитания до 2025 года
- Указ Президента РФ № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
- Программа воспитательной работы Движения Первых (2023 г.)
- СанПиН для лагерей с дневным пребыванием

## **2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ**

Целью профильной смены «Выбор первых – ЗОЖ!» является создание условий для воспитания социально адаптированной личности с активной позицией в отношении здорового образа жизни через пропаганду здорового

образа жизни, развитие физической культуры, профилактику аддиктивного поведения и других негативных явлений в детско-подростковой среде, а также через познавательную, творческую, спортивную деятельность в условиях положительной эмоциональной атмосферы загородного лагеря.

Данная цель реализуется через решение следующих **задач**:

- создание благоприятных условий для организованного отдыха и укрепления здоровья детей и подростков;
- приобщение участников смены к традиционным духовно-нравственным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе;
- проведение комплекса мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, культуры поведения, навыков общения и взаимодействия;
- приобщение участников смены к спорту, творческим видам деятельности, к мероприятиям и событиям, направленным на профилактику аддиктивного поведения и других негативных явлений в детско-подростковой среде;
- предоставление детям и подросткам возможности для социализации и самореализации личностного потенциала;
- приобщение детей и подростков к социально значимой деятельности, с целью ее дальнейшей реализации в своих первичных коллективах;
- создание дружеских отношений между детьми и взрослыми.

Концептуальные подходы и основные принципы реализации программы профильной смены основаны на том, что в каждую историческую эпоху цель воспитания подрастающего поколения зависела от изменяющихся потребностей общества.

На сегодняшний день существует объективная необходимость в воспитании разносторонней личности с определенной системой ценностей. Общество осознало потребность в формировании у подрастающего поколения гражданственности, трудолюбия, нравственности, любви к Родине, семье, бережного отношения к окружающей природе и здоровью человека. Данный процесс осуществляется в условиях различных социальных институтов, таких как семья, общеобразовательные учреждения, учреждения дополнительного образования, детские общественные объединения и др.

Особая роль в воспитании разносторонней личности отводится лагерям отдыха детей и их оздоровления, где ребенку предоставляется правильно организованный отдых во время школьных каникул.

Программа реализуется через методики коллективной творческой деятельности и интерактивной игры, способные пробудить детско-подростковую любознательность, вовлечь в активное освоение окружающего мира. При выборе игр акцент делается на их видовое многообразие: игры соревновательного характера чередуются с играми на развитие сотрудничества и взаимопомощи, ролевые игры. Все мероприятия направлены на восстановление эмоциональной сферы и развитие навыков совместной деятельности, коммуникативных умений и творческих способностей детей и подростков с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

### **Принципы воспитания:**

- Принцип гуманистической направленности. Каждый ребенок имеет право на признание его как человеческой личности, уважение его достоинства, защиту его человеческих прав, свободное развитие.
- Принцип ценностного единства и совместности. Единство ценностей и смыслов воспитания, разделяемых всеми участниками образовательных отношений, содействие, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение.
- Принцип культуросообразности. Воспитание основывается на культуре и традициях России, включая культурные особенности региона.
- Принцип следования нравственному примеру. Пример, как метод воспитания, позволяет расширить нравственный опыт подростка, побудить его к открытому внутреннему диалогу, пробудить в нем оценку действий, обеспечить возможность выбора при построении собственной системы ценностных отношений, продемонстрировать подростку реальную возможность следования идеалу в жизни.
- Принцип безопасной жизнедеятельности. Защищенность важных интересов личности от внутренних и внешних угроз, воспитание через призму безопасности и безопасного поведения.
- Принцип совместной деятельности подростка и взрослого. Значимость совместной деятельности подростка и взрослого на основе приобщения к культурным ценностям и их освоения.
- Принцип инклюзивности. Организация воспитательного процесса, при котором все дети и подростки, независимо от их физических, психических, интеллектуальных, культурно-этнических, языковых и иных особенностей, включены в общую систему воспитания.

Данные принципы реализуются в укладе детского загородного лагеря отдыха и оздоровления детей и подростков, включающем воспитывающие среды, общности, культурные практики, совместную деятельность и события.

### **3. КОНЦЕПЦИЯ И ИГРОВАЯ МОДЕЛЬ СМЕНЫ**

#### **3.1. Ключевая идея смены**

**Сроки проведения профильной смены:** программа реализуется в летний период в течение 18 дней.

Ключевая идея смены заключается в осмыслении ее участниками основных составляющих понятия «здоровый образ жизни», которые помогут определить безопасный для здоровья каждого человека жизненный путь и укажут путь саморазвития.

Смена организована в форме игры «**Фарватер здоровья**». Все дети и подростки, прибывшие в лагерь, становятся участниками объединений (команда, союз, клуб, отряд, лаборатория), которые приехали на ЗОЖ-Фестиваль, чтобы продемонстрировать значимость здоровья и совместными усилиями раскрыть секреты здорового образа жизни.

#### **3.2. Игровая модель**

- Лагерь – база ЗОЖ-фестиваля
- Отряды – объединения (творческий союз, экологический отряд, спортивная команда, туристический клуб, познавательная лаборатория)
- Воспитатели – наставники
- Начальник смены – председатель штаба Фестиваля

#### **3.3. Система стимулирования**

За победу в мероприятиях отряды получают баллы: за 1 место – 50 баллов, за 2 место – 40 баллов, за 3 место – 30 баллов, за 4 место – 20 баллов, за 5 место – 10 баллов. В конце смены отряд, набравший наибольшее количество баллов, награждается грамотой и призом. Личные достижения участников фиксируются в отрядных уголках.

### **4. УЧАСТНИКИ СМЕНЫ**

Участниками профильной смены могут стать:

- лидеры направления первичных отделений Движения Первых;
- заинтересованные в данном направлении участники Движения;
- дети и подростки, не являющиеся участниками Движения, но заинтересованные в деятельности в рамках профильной смены.

В программе профильной смены могут принимать участие дети и подростки с разным уровнем жизненного опыта и интересов.

Программа рассчитана на детей от 7 до 15 лет (максимальный возраст – 17 лет) и учитывает особенности каждой возрастной группы.

**Дети 7–10 лет.** В этом возрасте дети очень общительны, они активно ищут контакты, и находят их, любят коллективную деятельность, хотя стремление к самореализации выражено у этих ребят также весьма ярко. Неумная активность одновременно является плюсом и минусом этого возраста.

Детскую энергию важно направить в нужное русло, ведь именно в 7–10 лет детям свойственно не задумываться о последствиях своих действий. Для них подходят система чередования творческих поручений, интеллектуальные викторины, игры, конкурсы.

Беседа в данном возрасте является одним из самых благотворных методов воздействия. Для этого можно использовать рассказы из собственного опыта, отрывки из художественных произведений, просить детей поделиться своим опытом по разрешению сложных ситуаций. Привлекайте детей к поиску решений.

Они очень восприимчивы к различным ритуалам, их увлекает совместная деятельность. Но им обязательно нужен успех, поощрение, при неудачах они теряют интерес к деятельности. Нужно поощрять детей и хвалить за каждую сделанную самостоятельно деталь.

**Младшие подростки 11–13 лет.** В этом возрасте у них особенно развито желание лидерства. Это опасный возраст, когда у детей возникает некоторое сознание негативизма (не хочу, не буду). В этом возрасте детям необходима система мотивации участия во всем, например, рейтинговая система (дети очень любят соревноваться – кто больше, быстрее и др.).

Для этих детей на первое место выходят их сверстники. Поэтому конфликты с взрослыми выходят на новый уровень. Детям важно отстоять свое Я, свое мнение. И часто они это делают, вставая в оппозицию педагогу. В этот же момент у ребят возникает тяга к объединению в группы. В этом возрасте дети с удовольствием участвуют во всевозможных конкурсах и играх. Они уже не такие маленькие, чтоб не понять правил игры, но еще не обременены подростковыми комплексами, не сформированы окончательно, легко поддаются воспитанию. Этим детям очень нравится быть командой, быть лучше всех. Именно на этом возрасте у детей очень сильно, в хорошем смысле слова, «стадное» чувство.

**Подростки 14–15 лет.** В этом возрасте дети склонны к резким перепадам настроения, а также к так называемому «юношескому максимализму». Они достаточно умны, общительны, умеют отстаивать свою точку зрения. Не любят, когда ими командуют. Считают, что вправе распоряжаться собой сами. Больше говорят, чем делают. Если делают, то, в основном, напоказ. Не могут существовать без лидера. Сами того не подозревая, его создают, в

большинстве случаев от этого страдают. Нужно сделать из этих детей союзников, советоваться с ними во всем. Они уже считают себя взрослыми и не терпят, если без них принимают решение. Они часто сами себя занимают, придумывая игры. У подростков часто существует жесткая борьба за лидерство, особенно у тех, кто привык быть лидером в своем классе. Недопускайте споров по этому поводу. Отличительной особенностью детей этого возраста является наступающее половое созревание. Дети становятся нервными и неуступчивыми, зачастую ярко выраженными максималистами, что выражается в критичности, негативной оценке того, что делают другие. («Что за глупость, я в этом участвовать не буду!»). В этот момент важно помнить, что негативная реакция очень часто скрывает под собой неуверенность в собственных силах. В результате всех физиологических и эмоциональных перемен внимание подростка обращается на самого себя. Он становится более чувствительным и застенчивым. Подросток так быстро меняется, что ему трудно разобраться, что он собой представляет. Его движения становятся угловатыми, потому что он еще не может управлять своим новым телом, ему трудно управлять и своими новыми чувствами. Подросток легко обижается на замечания. В какие-то моменты он чувствует себя взрослым, умудренным жизненным опытом, и хочет, чтобы окружающие относились к нему соответственно. Но в следующую минуту он чувствует себя ребенком и ощущает необходимость в защите и материнской ласке. На доброе слово и предложение помочь, подросток часто ответит показной грубостью и холодностью, но долго будет еще вспоминать, что именно его похвалили как самого ответственного в поезде и именно ему сказали, что он может стать хорошим спортсменом в будущем. Другой особенностью этого возраста является формирование собственной точки зрения. У человека в таком возрасте обо всем есть свое мнение. Он стремится определить свое место в коллективе и очень переживает о том, что о нем думают другие. Для подростков характерно объединение в неформальные группы. На ребят эффективно действовать через лидеров (нужно войти в доверие, найти общий язык, взять их к себе в помощники). Налаживать атмосферу для глубоких разговоров. Например, после утомительного дня вечером организовать беседу, педагогу необходимо разговаривать с детьми на равных, рассказать о себе, чтобы завоевать их доверие.

Таким образом, возрастные группы детей и подростков от 7 до 15 лет (дети – 8-10 лет; младшие подростки – 11-13 лет; подростки 14-15 лет) имеют свои особенности, которые необходимо учитывать при реализации программы педагогами и при необходимости вносить коррективы в план-сетку мероприятий.

## **5. ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА И САМОУПРАВЛЕНИЕ**

Организация детского самоуправления предполагает включение детей и подростков в решение как можно большего числа проблем взаимоотношений, в том числе и сложных, складывающихся во временном детском коллективе.

В начале смены это включение осуществляется за счет педагогического управления. Но постепенно педагог к концу смены выполняет функции консультанта и партнера.

Динамика детского самоуправления – от исполнительской деятельности к организаторской и далее к управленческой.

Система детского самоуправления в условиях реализации профильной смены строится на 2-х уровнях: на уровне отряда и педагогического коллектива.

Отряд имеет право определять свой имидж, создавать его неповторимый внешний образ, отличающий его от других отрядов, название, девиз, песню, эмблему, игровые отрядные условности, оформление резиденций, индивидуальность отряда во всех делах и др.; определять законы жизни отряда, не противоречащие законам жизни лагеря; выбирать командира объединения: творческого союза, экологического отряда, спортивной команды, туристического клуба, познавательной лаборатории; создавать свой информационный орган; делегировать свои идеи и предложения в штаб. В отрядах существуют Советы отрядов. Командиры объединений входят в Совет командиров – орган детского самоуправления лагеря.

Органом педагогического управления является штаб ЗОЖ- Фестиваля. Начальник штаба – руководитель смены, члены штаба – воспитатели и вожатые.

В лагере действует Совет дела – представители отрядов, которые работают как временный орган управления, организующий и координирующий коллективную работу по подготовке к общелагерным мероприятиям.

Высшим органом самоуправления является сбор лагеря, в ходе которого решаются основные вопросы жизнедеятельности лагеря, планируется работа, проходят выборы органов самоуправления, оценивается их работа.

- **Высший орган** – общий сбор лагеря.
- **В каждом отряде** выбираются: командир отряда, помощник командира, ответственные за дежурство, оформители, танцоры, певцы, медиа-группа.
- **Роли меняются** в течение смены (через 5–7 дней).
- **Воспитатели** – педагоги МБОУ СОШ № 8 и старшеклассники-помощники (активисты Движения Первых).

## **6. ЛОГИКА И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ СМЕНЫ**

1. **Этап подготовки профильной смены** включает следующие виды работ:

- разработка программы смены;

- подбор кадров;
- методическая учеба педагогического отряда;
- подготовка методических материалов;
- подготовка материально-технической базы лагеря;
- работа с обслуживающим персоналом;
- знакомство с программой лагерной смены;
- инструктажи;
- ознакомление сотрудников лагеря с их правами и обязанностями;
- утверждение внутреннего распорядка лагеря, системы деятельности работы лагеря по охране жизни и здоровья детей;
- выстраивание системы работы педагогического коллектива по реализации поставленных целей и задач.

2. **Этап организации профильной смены** включает три последовательных периода:

- организационный (1-4 дни программы);
- основной (5-15 дни программы);
- итоговый (16-18 дни программы).

**А) Организационный период** проводится в течение первых трех- четырех дней сборов. Задачами деятельности в этот период являются: постановка базового лагеря (спортивного центра), его благоустройство, комплектование команд и формирование отрядных коллективов, становление системы отрядного самоуправления, знакомство участников друг с другом, с нормами и правилами жизни в базовом лагере, с целью и содержанием программы, адаптация к условиям жизнедеятельности в базовом лагере.

На данном этапе происходит выявление особенностей участников программы, их представлений о Движении Первых, уточнение интересов и намерений, определение каждым участником своего места в программе. Создается позитивный эмоциональный настрой на смену и активное участие в предстоящих событиях.

Таким образом, в организационный этап основная роль отводится знакомству, выявлению и постановке целей индивидуально-личностного и коллективного развития, сплочению отряда, формированию законов и условий совместной работы, подготовке к дальнейшей деятельности по программе.

**Б) Основной период** занимает большую часть смены. Именно на этом этапе реализуются все поставленные индивидуально-личностные и коллективные цели развития. Основным механизмом реализации общелагерной деятельности являются тематические дни. Каждый день проходит ряд мероприятий в рамках тематики смены и дня.

С целью достижения максимального результата в течение всего времени основного периода коллективы участников программы живут активной внутренней жизнью: проводятся отрядные и общелагерные коллективно-творческие дела, решающие задачи различных видов воспитания.

Задачами деятельности в основной период выступают: обеспечение жизнедеятельности участников в условиях ЗОЖ-Фестиваля, реализация

образовательной программы профильной смены (клубы по интересам, беседы, тренинги, мастер-классы и т.п.), поддержка коллективной организации деятельности участников через систему отрядного и общелагерного самоуправления. Основным структурным элементом данного этапа является выстраивание «Фарватера здоровья» через самоанализ, участие в мероприятиях профилактической направленности.

**В) Итоговый период профильной смены** предполагает решение следующих задач: содействие оформлению и представлению результатов деятельности, анализу смены участниками, коллективной оценке и самооценке приобретенного опыта, реадaptации и конструктивному завершению смены, определению перспектив и постановке задач на будущее, составлению планов дальнейших действий вместе с Движением Первых. В заключительный этап изучаются результаты прохождения программы участниками. Подводится итог совместной деятельности, оценивается работа всех отрядов, анализируются предложения детей и подростков, родителей, педагогов по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем, разрабатывается перспектива деятельности.

**3. Этап анализа и представления результатов профильной смены** может включать анализ результатов заполнения участниками смены «Фарватера здоровья» в рамках самоанализа, итоговый опрос участников смены, сбор штаба фестиваля для коллективного анализа результатов профильной смены, подготовки итогового отчета и определения последующих вариантов ее развития, размещение постеризов и отзывов от участников, проведение итоговых опросов участников.

## **7. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПРОФИЛЬНОЙ СМЕНЫ**

Практическая реализация цели и задач профильной смены осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы:

- **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, знание и уважение прав, свобод и обязанностей гражданина Российской Федерации;
- **воспитание патриотизма**, любви к своему народу и уважения к другим народам России, формирование общероссийской культурной идентичности;
- **духовно-нравственное развитие** и воспитание детей и подростков на основе духовно-нравственной культуры народов России, формирование традиционных российских духовно-нравственных ценностей;
- **эстетическое воспитание** – формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

- **экологическое воспитание** – формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовно-нравственных ценностей;
- **трудовое воспитание** – воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в труде, профессиональной деятельности;
- **физическое воспитание** и воспитание культуры здорового образа жизни и безопасности – развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, личной и общественной безопасности;
- **познавательное направление воспитания** – стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к знаниям, образованию.

## **8. АНАЛИЗ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА И РЕЗУЛЬТАТОВ ВОСПИТАНИЯ**

Для отслеживания результативности программы могут быть использованы следующие методы:

1. Анкетирование детей на начальном этапе, в середине и в конце смены.
2. Наблюдение за поведением детей во время игр, позволяющее выявить лидерские качества, уровень коммуникативности.
3. Анализ участия отряда в общелагерных творческих делах, уровня активности и достижений.
4. Аналитический отчет о результатах реализации программы, фото- и видеоматериалы.
5. Отзывы родителей и детей.

**Критериями результативности являются:**

- Качество организации полноценного отдыха и оздоровления детей.
  - Адекватность и эффективность содержания, форм и методов работы с детьми разных возрастных категорий, учет интересов и потребностей детей.
  - Использование различных форм организации детского самоуправления.
  - Использование разнообразных форм и методов работы для получения детьми опыта партнерского сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
- Удовлетворенность детей возможностями для самореализации и самосовершенствования в процессе участия в жизни лагеря.

## **9. РАСПОРЯДОК ДНЯ (с 08:00 до 14:00)**

Время	Мероприятие
08:00–08:15	Сбор детей, зарядка на свежем воздухе

08:15–08:30	Утренняя линейка (поднятие флага, объявление плана дня)
08:30–09:00	Завтрак
09:00–09:15	Отрядный круг (эмоциональный настрой)
09:15–09:45	<b>Доброе дело Первых</b> (волонтерская акция, уборка территории, помощь)
09:45–10:15	Занятие в рамках программы «Будь здоров!» (беседа, тренинг, мастер-класс)
10:15–11:15	Утреннее мероприятие (спортивное, творческое, интеллектуальное)
11:15–11:30	Прогулка, подвижные игры на свежем воздухе
11:30–12:30	Дневное мероприятие (КТД, конкурс, игра по станциям)
13:00–13:30	Обед
13:30–14:00	Игротека на свежем воздухе / работа клубов по интересам
13:45–14:00	Вечерний сбор (рефлексия, подведение итогов дня, заполнение Дневника впечатлений)
14:00	Уход домой

## 10. ПЛАН-СЕТКА СМЕНЫ

Достижение цели и решение задач профильной смены осуществляется в рамках всех направлений деятельности детского лагеря.

Реализация конкретных форм воспитательной работы воплощается в календарном плане воспитательной работы загородного лагеря отдыха и оздоровления детей, утверждаемом ежегодно на предстоящий сезон.

День	Название дня	Отрядные мероприятия	Общелагерные мероприятия
1	<b>ДЕНЬ ЗНАКОМСТВА</b>	Организационный сбор в отрядах «Давайте познакомимся!». Огоньки знакомств в отрядах «Расскажи мне о себе».	Общий сбор отрядов «ЗОЖ-Фестиваль – вместе мы сила!». Познавательная игра на местности «Разведай. Выясни. Сообщи».
2	<b>ДЕНЬ ДОВЕРИЯ</b>	Фотофестиваль «Посмотри»: «Автопортрет отряда». Тропа доверия «Мы можем ВСЕ!».	Вручение вымпела «Первый на зарядке». Торжественная церемония открытия смены «Выбор первых – ЗОЖ!». Флешмоб «Смело! Дружно! С оптимизмом! Мы за здоровый образ жизни!». Вечер–презентация педагогического отряда «Мы пройдем сквозь».

			земной простор...».
3	<b>ДЕНЬ ВЗАИМОПОНИМАНИЯ</b>	Опрос участников смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля».	Вручение вымпела «Первый на зарядке». ПЧП (полчаса песни). Презентация клубов по интересам. Маршрутная игра «Ты – организатор». Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Автопортрет нашего отряда». Представления-визитки отрядов. «В здоровом теле – здоровый дух!».
4	<b>БЫТЬ С РОССИЕЙ</b>	Операция «Уют». Фотофестиваль «Посмотри»: «Мы – Россияне!» (общее фото команды). Игротека на свежем воздухе. Подведение итогов дня «Мы вместе!».	Торжественная линейка «Эта моя Россия». Классная встреча с Героями нашего времени. Тематическое ПЧП «О главном». Акция «Письмо другу». Работа клубов по интересам. Ярмарка «Многообразие в единстве». Праздничная концертная программа «Россия – мой дом».
5	<b>БЫТЬ В ДВИЖЕНИИ</b>	Игротека на свежем воздухе. Подведение итогов дня «Быть Первым – труднее и легче».	Торжественная линейка Первых. Классная встреча. Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Мы – Россияне!». Проектная сессия «Открывая горизонты». КТД «Мы в Движении». Общелагерный сбор «Посвящение в Первые».
6	<b>ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ</b>	Операция «Чистота и порядок». Познавательная прогулка «История сооружений лагеря». Подведение итогов дня. «Здоровье – это ценность! Береги его!».	Старт тематического Дня. Просмотр видеоролика «Первооткрыватели России: Н.И. Пирогов и др.». КТД «Здоровым будешь – все добудешь!». Работа клубов по интересам. Игра «Олимпийская миля». Конкурс рекламных стендов отрядов «В слове «МЫ» сто тысяч «Я».
7	<b>ДЕНЬ ИСПЫТАНИЙ</b>	Фотофестиваль «Посмотри»: «Когда мои друзья со мной...» (фото	Просмотр к/ф «Движение вверх». Конкурсная программа

		про дружбу и взаимодействие в команде). МФР «Попробуй».	«Цветик- семицветик».
8	<b>ДЕНЬ СПОРТА</b>	Конкурс коллективной аппликации из цветной бумаги «О, спорт, ты – МИР!». Подведение итогов дня «Дружи со спортом!».	Старт тематического Дня. Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Когда мои друзья со мной...» (фото про дружбу и взаимодействие в команде). Просмотр видеоролика «Спортивная гордость России». Викторина «Что ты знаешь о российском спорте?». Работа клубов по интересам. Турнир рекордов «Вызов первых». Конкурс «Созвездие талантов».
9	<b>ДЕНЬ ОТКРЫТИЙ</b>	«Фарватер здоровья». – Опрос детей и подростков в середине смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля».	Турнир по олимпийской системе среди девочек по прыжкам со скакалкой. Песенный марафон «Мелодии нашего дома» (представление отрядных песен). Зоологические забеги «Маугли». КТД «Рубеж». Диско-марафон «Мы вместе!». Костер дружбы.
10	<b>ДЕНЬ ПРИРОДЫ</b>	Экологическая акция «Чистота спасет мир». Игротека на свежем воздухе. Подведение итогов дня «Живи экологично – вдохнови других!»	Старт тематического Дня. Просмотр видеоролика «Первооткрыватели России: Н.М. Пржевальский и др.». Викторина «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!». Работа клубов по интересам. Конкурс рисунков на асфальте «Как прекрасен этот мир, посмотри!». Маршрутная игра «Экологическая экспедиция». Конкурс изобретений «Действовать экологично!».
11	<b>ДЕНЬ ДРУЖБЫ</b>	«Фарватер здоровья». Фотофестиваль «Посмотри»: «Наши воспитатели».	Турнир по олимпийской системе среди мальчиков по армреслингу. Спортивно-игровая эстафета

			<p>«Веселые старты».</p> <p>Мастер-класс от известных футболистов.</p> <p>Первенство лагеря по футболу.</p> <p>Интерактивные площадки «Поляна народных игр».</p>
12	<b>СЪЕДОБНЫЙ ДЕНЬ</b>	<p>Игротека на свежем воздухе.</p> <p>Час настольных игр.</p>	<p>Старт тематического Дня.</p> <p>Просмотр видеоролика о здоровом питании.</p> <p>Викторина «Азбука здоровья».</p> <p>Работа клубов по интересам.</p> <p>Беседа врача лагеря «Наше здоровье – в наших руках!».</p> <p>Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Наши вожатые».</p> <p>Конкурс «Танцевальный».</p>
13	<b>ДЕНЬ ВЗАИМОПОМОЩИ</b>	<p>Самоанализ «Фарватер здоровья».</p> <p>Фотофестиваль «Посмотри»: «Режимный момент» (фото самого любимого режимного момента вашей команды).</p> <p>Игротека на свежем воздухе.</p> <p>Мастер-класс по оказанию первой помощи.</p>	<p>Мастер-класс от известных волейболистов.</p> <p>Первенство лагеря по волейболу.</p> <p>Тренинг «Быть здоровым – престижно!».</p> <p>Дискотека-почта «Давайте говорить друг другу комплименты...».</p>
14	<b>ДЕНЬ УВЛЕЧЕНИЙ</b>	<p>Операция «Вперед, спасатели!».</p> <p>Опрос участников смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля».</p>	<p>Работа клубов по интересам.</p> <p>Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Режимный момент».</p> <p>Игра на местности «Захват флага».</p> <p>Конкурсная программа «Мисс и Мистер ЗОЖ-Фестиваля «Фарватер здоровья».</p>
15	<b>ДЕНЬ ГЕРОЕВ</b>	<p>Самоанализ «Фарватер здоровья».</p> <p>Игротека на свежем воздухе.</p>	<p>Встреча с Героями нашего времени.</p> <p>Просмотр х/ф про ВОВ «Отряд особого назначения».</p> <p>Уличные гуляния: спортивные состязания, забавы, шуточные эстафеты.</p> <p>Конкурс военной песни и стихотворений о войне «И все о той весне...».</p>

16	<b>ДЕНЬ СОВЕРШЕНСТВА</b>	Операция «Субботник». Игротека на свежем воздухе.	Старт тематического Дня. Завершение работы клубов по интересам. Конкурс агитбригад и плакатов «Мы за здоровый образ жизни!». Музыкальный фестиваль «Мы – оркестр!».
17	<b>ФАРВАТЕР ЗДОРОВЬЯ</b>	Самоанализ «Фарватер здоровья». – Фотофестиваль «Посмотри»: «Фарватер здоровья». Итоговый опрос участников смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля». Прощальные огоньки-чаепитие в командах «Расскажи мне обо мне».	ПЧП-караоке. Торжественная линейка закрытия смены. Концерт «Забыть нельзя...». Презентация воспитателей и вожатых «Да, разве сердце позабудет...». Дискотека «До новых встреч!».
18	<b>«СПАСИБО, ЛАГЕРЬ!»</b>	Операция «Нас здесь не было». Вручение писем на память.	Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Фарватер здоровья». Акция «Спасибо, лагерь!». Час общения «Лента дружбы».

## 11. ОПИСАНИЕ КЛЮЧЕВЫХ СОБЫТИЙ

### 11.1. Организационный период.

Маршрутная игра «Разведай. Выясни. Сообщи» (день 1)

Цель: знакомство с территорией лагеря и педагогическим отрядом. Отряды получают листы-опросники с вопросами о лагере, сотрудниках, вожатых и детях. Задание: найти ответы, передвигаясь всей командой, выполняя задания на сплочение.

Огонёк знакомства «Расскажи мне о себе» (день 1)

Цель: создание доверительных отношений в отряде. Ведущий рассказывает легенду об огоньке, первым рассказывает о себе вожатый, затем дети по кругу. Используется «талисман отряда» и «пакет откровений» с вопросами.

Торжественная церемония открытия смены «Выбор первых – ЗОЖ!» (день 2)

Построение отрядов, сдача рапортов, поднятие флага РФ, приветственное слово директора лагеря, представление законов и традиций, флешмоб.

### 11.2. Основной период

Тропа доверия «Мы можем ВСЕ!» (день 2)

Команды проходят станции: «Плот», «Гусеница», «Болото», «Бревно»,

«Электрическая стена», «Магические шары», «Падение на доверие». Цель: сплочение коллектива, выявление лидеров.

Проектная сессия «Открывая горизонты» (день 4)

Знакомство с флагманскими проектами Движения Первых («Большая перемена», «Зарница 2.0», «Вызов первых», «Первая помощь», «Благо твори» и др.). Команды разрабатывают проект для первичного отделения на станциях: «Команда», «Собственный стиль», «Реклама», «Партнёры», «План действий».

КТД «Здоровым будешь – всё добудешь!» (день 6)

Команды выполняют 7 заданий: «Перевёртыши», «Девиз команды», «Разминка» (пословицы о здоровье), «Пантомима» (виды спорта), «Блиц-опрос», «Реклама» (продуктов питания), «Смеёмся на здоровье!». За правильные ответы команды получают «Маяки здоровья».

Турнир рекордов «Вызов первых» (день 8)

Испытания в трёх возрастных категориях: приседания, скакалка, пресс, прыжки в длину, подтягивания, планка, отжимания, наклон вперёд, бег на короткую дистанцию, чекание мяча.

Маршрутная игра «Экологическая экспедиция» (день 10)

Станции: «Экоотряд» (сортировка мусора), «Братья наши меньшие» (изобразить животное), «Водный мир» (значение воды), «Кладовая леса» (деревья и растения), «Четыре стихии» (игра с мячом).

Интерактивные площадки «Поляна народных игр» (день 11)

Игры народов России и мира: «Зорька-зарница» (русская), «Вестовые» (якутская), «Михасик» (белорусская), «Ветродуи» (норвежская), «Водоносы» (африканская), «Поймай дракона за хвост!» (китайская).

Мастер-класс по оказанию первой помощи (день 13)

Обучающее занятие: как открыть дыхательные пути, проверить пульс, остановить кровотечение, наложить жгут и шину, уложить пострадавшего на носилки. Практические упражнения на манекенах или добровольцах.

Игра на местности «Захват флага» (день 14)

Две команды на своей половине территории. Задача: захватить флаг противника и принести его на нейтральную зону. Правила: салить можно только на своей территории, есть «тюрьма» для пойманных.

### **11.3. Заключительный период**

Конкурс агитбригад и плакатов «Мы за здоровый образ жизни!» (день 16)

Отряды готовят выступление на одну из тем: профилактика наркомании, алкоголизма, курения, пропаганда спорта, здорового питания. Формат: видеоролик + живое выступление + плакат-лозунг.

Музыкальный фестиваль «Мы – оркестр!» (день 16)

Каждый отряд представляет один музыкальный инструмент: скрипка, дудочка, трещотки, гусли и др. Конкурсы: «Угадай композитора», «Угадай птицу по голосу», «Караоке-эмоции».

Акция «Спасибо, лагерь!» (день 19)

Все участники смены берутся за руки и проходят по лагерю, читая стихи-благодарности директору, вожатым, поварам, врачам, охранникам,

техническому персоналу. После каждого стихотворения все хором говорят: «Спасибо!».

Час общения «Лента дружбы» (день 19)

Под спокойную музыку дети завязывают друг другу на запястье ленточки, говорят тёплые пожелания и договариваются о встрече в следующем году.

## **12. УСЛОВИЯ УСПЕШНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ СМЕНЫ**

Кадровое обеспечение профильной смены: для реализации профильной смены «Выбор первых – ЗОЖ!» требуются следующие специалисты:

- 1 руководитель смены (наличие опыта руководства сменами в ДОЛ, высшее образование);
- 1 руководитель психологической службы (наличие опыта работы в должности психолога, педагога-психолога, высшее образование);
- 2 воспитателя (наличие опыта работы в ДОЛ, высшее образование);

## **13. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Личностные:**

- оздоровление, положительные эмоции;
- умение строить общение в разновозрастной группе;
- активное включение в деятельность Движения Первых;
- сформированное отношение к здоровому образу жизни.

**На уровне организации:**

- занятость детей в летний период;
- реализация системы воспитательной работы;
- увеличение доли оздоровленных детей;
- развитие первичного отделения Движения Первых.

## **14. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Помещения: отрядные комнаты, актовый зал, спортзал, столовая, медкабинет

Мультимедиа: проектор, экран, ноутбук, колонки, МФУ

Канцелярия: ватманы, фломастеры, краски, клей, ножницы, бумага

Спортивный инвентарь: мячи, скакалки, обручи, кегли, гимнастические маты, турник, секундомер

## **15. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

Афанасьев С.П., Коморин С.В., Тимонин А.И. Что делать с детьми в загородном лагере. – Кострома: МЦ «Вариант», 2001.

Куприянов Б.В., Миновская О.В. Технология и методика работы вожатого в лагере. – Кострома: Авантитул, 2024.

Лутошкин А.Н. Как вести за собой. – М.: Просвещение, 1981.

Программа воспитательной работы Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение Первых». – М., 2023.

Чугунова О.Д. Программа профильной смены «Время Первых: БУДЬ ЗДОРОВ!». – Кострома: КГУ, 2023.

Программа воспитания профильной смены утверждена педагогическим советом МБОУ СОШ № 8 и рекомендована к реализации.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699205

Владелец Чекрыжова Светлана Анатольевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027