

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа по лыжным гонкам»

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета  
Протокол от 20.02.2026 г. № 3

Утверждена  
Приказ от 24.02.2026 г. № 17



**ПРОГРАММА ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**  
**лагеря с дневным пребыванием детей «ОЛИМПИЕЦ»,**  
**организованным МБУДО «ДЮСШ по лыжным гонкам»**

Адресат программы: дети 7-17 лет  
Срок реализации: 21 день

Разработчики:  
Домрачева Т.В.-заместитель директора по учебно-воспитательной работе,  
Беспалова И.Н.-инструктор-методист,

г. Котовск  
2026 год.

## Содержание

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Наименование</b>                                                       | <b>Страница</b> |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 1.               | <b>Общие положения</b>                                                    | 3               |
| 2.               | <b>Целевой раздел Программы</b>                                           | 6               |
| 3.               | <b>Содержательный раздел</b>                                              | 8               |
| 3.1.             | <b>Блок «Мир»</b>                                                         | 10              |
| 3.2.             | <b>Блок «Россия»</b>                                                      | 11              |
| 3.3.             | <b>Блок «Человек»</b>                                                     | 13              |
| 3.4.             | Модуль «Спортивно-оздоровительная работа».                                | 14              |
| 3.5.             | Модуль «Культура России».                                                 | 15              |
| 3.6.             | Модуль «Детское самоуправление».                                          | 16              |
| 3.7.             | Модуль «Инклюзивное пространство».                                        | 17              |
| 3.8.             | Модуль «Профориентация».                                                  | 18              |
| 3.9.             | Модуль «Коллективная социально значимая деятельность в «Движении Первых». | 19              |
| 3.10.            | Модуль «Экскурсии и походы».                                              | 20              |
| 3.11.            | Модуль «Цифровая и медиа-среда».                                          | 21              |
| 3.12.            | Модуль «Детская дипломатия и международные отношения».                    | 21              |
| 4.               | <b>Организационный раздел.</b>                                            | 23              |
| 5.               | Приложение 1                                                              | 30              |
| 6.               | Приложение 2                                                              | 31              |
| 7.               | Приложение 3                                                              | 33              |
| 8.               | Методические материалы                                                    | 35              |

## **I. Общие положения.**

Программа воспитательной работы лагеря с дневным пребыванием детей «Олимпиец», организованным МБУДО «ДЮСШ по лыжным гонкам» (далее - Программа) направлена на обеспечение единства воспитательного пространства, ценностно-целевого содержания воспитания и воспитательной деятельности в организациях отдыха детей и их оздоровления.

Программа направлена на сохранение и укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей, к которым относятся жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России.

Программа разработана с учетом возрастных и психологических особенностей детей, направлена на формирование у них патриотизма, социальной ответственности и уважения к многообразию культур народов России, а также развитие личностных качеств, способствующих успешной социализации, формированию экологического сознания и эстетического вкуса, развитию способностей к самовыражению в различных видах творчества и уважительного отношения к труду, укреплению ценности семьи, дружбы, труда и знаний, поддержанию физического и психологического здоровья.

**Лагерь с дневным пребыванием детей** – это оптимальный формат для обеспечения полноценного отдыха и развития ребенка, сочетающий в себе активный досуг, занятия спортом и творческие активности. Особенно ценен он для юных спортсменов, стремящихся к физическому совершенству, ведь режим дня позволяет им не прерывать тренировки и поддерживать форму в летний период.

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и содействуют духовно-нравственному и гражданско-патриотическому становлению личности, формируя такие ключевые компетенции, как целеустремлённость, упорство, самоконтроль и командный дух. Спорт учит мужеству, воле к победе, умению преодолевать трудности и с честью выходить из непростых ситуаций – качества, необходимые для успешной жизни в современном мире.

Каждодневные тренировки, напряжение сил и преодоление объективных и субъективных трудностей – это не просто путь к спортивным достижениям, но и эффективный механизм формирования жизненного самоопределения и приобретения нового социального опыта. Участие в мероприятиях, взаимодействие с тренерами-преподавателями и товарищами по команде способствует развитию коммуникативных навыков и формированию чувства ответственности. Программа лагеря также предусматривает элементы профориентации, позволяя ребятам приблизиться к пониманию профессий, связанных со спортом и здоровым образом жизни.

### **Принципы программы:**

**принцип** единого целевого начала воспитательной деятельности;

**принцип** системности, непрерывности и преемственности воспитательной деятельности;

**принцип** единства концептуальных подходов, методов и форм воспитательной деятельности;

**принцип** учета возрастных и индивидуальных особенностей отдыхающих детей и их групп;

**принцип** приоритета конструктивных интересов и потребностей детей;

**принцип** реальности и измеримости итогов воспитательной деятельности.

**Нормативные основания для создания рабочей программы воспитания:**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Минпросвещения РФ от 17.03.2025 г. № 209 «Об утверждении федеральной программы воспитательной работы для организации отдыха детей и их оздоровления и календарного плана воспитательной работы»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (п.3.12. В организациях отдыха детей и их оздоровления с дневным пребыванием);

Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ (с изменениями и дополнениями).

## **II. Целевой раздел Программы**

**Цель Программы-** создание максимально эффективных условий для организации разносторонней развивающей деятельности детей и подростков в летний период средствами единой системы воспитания и государственной политики РФ в области образования, укрепления здоровья и физической подготовки.

### **Задачи Программы:**

разработка единых подходов к воспитательной работы в ходе взаимодействия с организациями, осуществляющими образовательную, воспитательную, физкультурно-спортивную деятельность в период летнего отдыха детей и их оздоровления;

обеспечение активного отдыха детей, используя различные формы физкультурно-оздоровительных и спортивно – массовых мероприятий;

формирование нравственно-эстетических, гражданско-патриотических чувств, общечеловеческих ценностей средствами физкультурно-оздоровительной работы (патриотизм, гордость за свою страну, ее спортивные достижения);

реализация разнообразных спортивных мероприятий и тренировок, учитывающих возрастные особенности детей;

организация соревнований, игр и эстафет, способствующих развитию командного духа и соревновательного напряжения;

проведение бесед, викторин и других мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни и нравственных ценностей;

взаимодействие с родителями, с целью обмена информацией и совместной работы по воспитанию детей;

создание благоприятной атмосферы для развития физических и морально-волевых качеств детей.

## **Целевая аудитория и целевые ориентиры воспитания в соответствии с возрастными особенностями.**

### 7 — 10 лет — дети младшего школьного возраста.

В воспитании детей младшего школьного возраста целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения участниками социально значимых знаний — базовых норм поведения и культурно-исторических традиций общества. Воспитание в этом возрасте направлено на формирование у детей представлений о гражданских, нравственных и эстетических ценностях, развивает чувство принадлежности к семье, коллективу и Родине.

### 11 — 14 лет — дети среднего школьного возраста;

В воспитании детей среднего школьного возраста целевым приоритетом является создание условий для развития социально значимых и ценностных отношений. Воспитательная работа в этом возрасте направлена на формирование самостоятельности в принятии решений, осознанного отношения к гражданским обязанностям, уважения к традициям и культурным ценностям, развивает способность к социальной активности и навыки взаимодействия с окружающими.

### 15 — 17 лет — дети старшего школьного возраста.

Воспитание детей старшего школьного возраста ориентировано на создание условий для приобретения опыта в осуществлении социально значимых действий и инициатив. Целевым приоритетом является развитие гражданской зрелости, осознанного выбора жизненных и профессиональных направлений, формирование ответственности за свои поступки и готовности к активному участию в общественной жизни, а также уважение к правам и обязанностям гражданина.

### **III. Содержательный раздел**

В основу каждого направления заложены базовые ценности, которые способствуют всестороннему развитию личности и успешной социализации в современных условиях.

#### **Основные направления воспитательной работы включают в себя:**

гражданское воспитание: формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к многонациональному народу России как источнику власти в российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, знание и уважение прав, свобод и обязанностей гражданина Российской Федерации;

патриотическое воспитание: воспитание любви к своему народу и уважения к другим народам России, формирование общероссийской культурной идентичности;

духовно-нравственное воспитание: воспитание детей на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей;

эстетическое воспитание: формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

трудовое воспитание: воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на развитие самостоятельности, трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в труде, профессиональной деятельности;

физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия: компонент здоровьесберегающей работы, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной и безопасной организации оздоровительного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания, создание безопасной среды, освоение детьми норм безопасного поведения в природной, социальной среде, чрезвычайных ситуациях;

экологическое воспитание: формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей;

познавательное направление воспитания: стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к знаниям, образованию с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

**Программа реализуется через блоки «Мир», «Россия», «Человек», которые определяют ключевые сквозные векторы содержания инвариантных модулей «Спортивно-оздоровительная работа», «Культура России», «Детское самоуправление», «Инклюзивное пространство», «Профориентация», «Коллективная социальная значимая деятельность в Движении Первых» и вариативных модулей «Экскурсии и походы», «Цифровая и медиа-среда», «Детская дипломатия и международные отношения».**

## **Блок «Мир».**

В содержании данного блока учитываются такие категории как мировая культура, знакомство с достижениями науки с античных времен до наших дней, вклад российских ученых и деятелей культуры в мировую культуру и науку; знакомство с духовными ценностями человечества.

**Содержание блока «Мир» реализуется в следующих формах:**

игры, беседы на тему: «Жизнь замечательных людей», на которых детям демонстрируются образцы нравственного поведения через знакомство с историческими деятелями науки, культуры и спорта разных стран и эпох, с героями - защитниками Отечества;

игровые форматы, направленные на знакомство с мировым и общероссийским культурным наследием в области искусства, литературы, музыки, изобразительного творчества, архитектуры, театра, балета, кинематографа, мультипликации;

тематические мероприятия, направленные на формирование культуры мира, позволяющие детям осознать важность уважения к разнообразию культур и народов, развить навыки гармоничного взаимодействия и сотрудничества;

события и мероприятия, отражающие практические и научные ценности, а именно- познание себя и других людей, природы, общества, создание единого интеллектуального пространства, позволяющего популяризировать формы детского интеллектуального досуга; проведение интеллектуальных и познавательных игр; встречи с людьми добившихся успехов в жизни;

мероприятия и дела, направленные на изучение России, русского языка и языков народов России, родного края, населенного пункта как культурного пространства и т.д.;

тематические беседы и диспуты на тему духовно-нравственного воспитания, морали, духовных ценностей, честности, справедливости и т.д.

## **Блок «Россия».**

В данном блоке предлагаются пять комплексов мероприятий:

Первый комплекс мероприятий связан с народом России, его тысячелетней историей, общероссийской культурной принадлежностью и идентичностью, историческим единством народа России, общностью его исторической судьбы, памятью предков, передавших любовь и уважение к Отечеству, веру в добро и справедливость.

Формы мероприятий:

торжественная церемония подъема (спуска) Государственного флага Российской Федерации в день открытия и закрытия смены и в дни государственных праздников РФ;

тематические дни;

мероприятия с использованием знаний о родной природе, достижении культуры и искусства, о российских изобретателях и их изобретениях.

Второй комплекс мероприятий связан с суверенитетом и безопасностью, защитой российского общества, народа России, памяти защитников Отечества и подвигов героев Отечества.

Формы мероприятий:

тематические занятия о героизме и мужестве, о подвигах наших предков, защитивших Родину и спасших мир от фашисткой агрессии, о геноциде советского народа, о военных преступлениях нацистов;

встречи с героями России;

мероприятия, способствующие патриотическому воспитанию детей и подростков, формированию духовно-нравственных ценностей таких, как любовь к Родине, добро, милосердие, сострадание, взаимопомощь, чувство долга;

посещение мемориального комплекса, посвященного Великой Отечественной Войне.

Третий комплекс мероприятий направлен на служение российскому обществу, государственному единству, многообразию национальностей России: национальные религии, культуры и языки.

Мероприятия этого комплекса могут проводиться во взаимодействии с представителями «Движения первых» в виде акций и информационных часов.

Четвертый комплекс мероприятий посвящен русскому языку-государственному языку России.

Формы мероприятий:

посещение библиотеки с целью ознакомления с выставками книг, посвященных русскому языку, литературе и русской культуре;

мероприятия, нацеленные на знакомство с историей и богатством русского языка, роли языка в культуре и искусстве;

беседы и рассказы о выдающихся русских и советских писателях, поэтах;

игры и акции, показывающие красоту русского слова, русских пословиц и поговорок, крылатых выражений о родстве, дружбе, верности и др. нравственных ориентирах.

Пятый комплекс мероприятий связан с родной природой своего края, России, с ответственностью за сохранение природы перед будущими поколениями и бережным отношением в использовании природных ресурсов.

Формы мероприятий:

экологические игры;

экскурсии по территории, знакомящие детей с природными объектами, позволяющие изучать природу в естественной среде;

беседы об особенностях родного края;

акции, посвященные преимуществу раздельного сбора твердых коммунальных отходов, бережного отношения к ресурсам: воде, электричеству и т.д.;

свод экологических правил в ЛДП «Олимп»;

встречи и беседы с учеными –экологами, эко-волонтерами.

## **Блок «Человек»**

Блок отражает комплекс мероприятий, направленных на воспитание культуры здорового образа жизни, личной и общественной безопасности.

### **Предполагаемые форматы мероприятий:**

проведение физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий: зарядка, спортивные игры и соревнования;

беседы, направленные на профилактику вредных привычек и привлечение интереса детей к занятиям физкультурой и спортом;

профилактика травли в детской и подростковой среде;

проведение целенаправленной работы педагогического коллектива по созданию эффективной профилактической среды и обеспечение безопасности жизнедеятельности как условия успешной воспитательной деятельности;

проведение инструктажей и игр, знакомящих с правилами безопасного поведения на дорогах и в транспорте, правилами пожарной безопасности, правилами безопасности при занятиях спортом, правилами поведения на водоемах, правилами поведения в общественных местах, правилами поведения при массовом скоплении людей;

проведение тренировочной эвакуации при пожаре или обнаружении взрывчатых веществ;

организация превентивной работы со сценариями социально одобряемого поведения, развитие у детей навыков рефлексии, самоконтроля, устойчивости к негативному воздействию, групповому давлению;

организация работы в сфере укрепления безопасности жизнедеятельности, профилактики правонарушений, девиаций и т.д.;

игры, акции, направленные на формирование у детей и подростков социально-ценностного отношения к семье как первооснове принадлежности к многонациональному народу России, Отечеству;

игры, мероприятия, направленные на формирование бережного отношения к жизни человека, семейным ценностям, духовным и культурным традициям российского народа;

игры, акции, мероприятия, направленные на осознанный выбор жизненного пути с ориентацией крепкой и счастливой семьи.

### **Инвариантные модули.**

#### **Модуль «Спортивно-оздоровительная работа».**

Модуль предполагает восстановление физического и психического здоровья в благоприятных природных и социокультурных условиях, освоение способов восстановления и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения к собственному здоровью, способов его укрепления.

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.

#### **Формат мероприятий:**

##### **«Утренняя зарядка и гимнастика».**

Ежедневные занятия, включающие комплекс упражнений на растяжку, укрепление мышц и повышение гибкости. В хорошую погоду занятие проводится на природе, с использованием нестандартного оборудования (например, гимнастические палки, резиновые ленты).

Фокус на профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата и укреплении здоровья.

##### **«Твоя безопасность».**

Проведение инструктажей и игр, знакомящих с правилами безопасного поведения на дорогах и в транспорте, правилами пожарной безопасности, правилами безопасности при занятиях спортом, правилами поведения на водоемах, правилами поведения в общественных местах, правилами

поведения при массовом скоплении людей и т.д.; проведение тренировочной эвакуации при пожаре и на случай обнаружения взрывчатых веществ.

#### **«День активных игр».**

Организация разнообразных игр на свежем воздухе: футбол, волейбол, бадминтон, лапта, квест с элементами спортивных заданий.

Цель - повышение двигательной активности, развитие ловкости, выносливости и командного духа в непринужденной игровой форме.

#### **«Основы здорового питания».**

Практическое занятие, включающее беседу о принципах здорового питания и профилактику вредных привычек.

#### **Спортивный фестиваль «Закрытие сезона»**

Это кульминационное мероприятие, включающее в себя эстафеты, состязания по различным видам спорта. Команды делятся по отрядам или смешанные, чтобы способствовать общению. Награждение победителей призами и грамотами.

### **Модуль «Культура России».**

Данный модуль реализуется в целях содействия формированию нравственной, ответственной, самостоятельно мыслящей, творческой личности, соотносится с задачами государственной политики в области интересов детей, а также в части поддержки и сохранения традиционных российских духовно-нравственных ценностей, а также является инструментом передачи свода моральных, этических и эстетических ценностей, составляющих ядро национальной российской самобытности.

#### **Форматы мероприятий:**

- торжественная церемония подъема (спуска) Государственного флага Российской Федерации проводится в день открытия (закрытия) смены и в дни государственных праздников Российской Федерации;
- дни единых действий и государственных праздников;

-информационные часы и акции;

-беседы на тему ответственности за сохранение природы перед будущим поколением.

**«Международный день защиты детей».**

**«День России»**

**«День памяти и скорби»**

**Цель:** воспитывать чувство патриотизма, знакомить с историей и культурой России.

### **Модуль "Детское самоуправление".**

Самоуправление в ЛДП «Олимпиец» складывается из деятельности временных и постоянных органов.

К временным органам самоуправления относятся: дежурный отряд. Постоянно действующие органы самоуправления включают в себя: совет отряда, совет командиров отрядов.

На уровне отряда: через деятельность лидеров, выбранных по инициативе и предложениям членов отряда, представляющих интересы отряда в общих делах организации отдыха детей и их оздоровления, при взаимодействии с администрацией организации отдыха детей и их оздоровления.

Система поощрения социальной успешности направлена на формирование у детей ориентации на активную жизненную позицию, инициативность, вовлечение их в совместную деятельность в воспитательных целях.

Система проявлений активной жизненной позиции и поощрения социальной успешности детей строится на принципах:

публичности,

открытости поощрений (информирование всех детей о награждении, проведение награждений в присутствии значительного числа детей);

прозрачности правил поощрения (наличие положения о награждениях, соблюдение справедливости при выдвижении кандидатур);

сочетания индивидуального и коллективного поощрения в целях.

Система поощрения в организации отдыха детей и их оздоровления включает в себя набор педагогических средств, приемов, методов, обеспечивающих стимулирование индивидуального развития ребенка и коллективного роста отряда.

Поощрения социальной успешности и проявлений активной жизненной позиции выражается в объявлении благодарности ребенку, родителю (родителям) или законному представителю (законным представителям) за личные достижения, за участие в физкультурных и спортивных мероприятиях, а также в различных конкурсах.

### **Модуль "Инклюзивное пространство".**

Инклюзивное образовательное пространство строится, как комфортная и доступная среда для детей с особыми образовательными потребностями и должно быть направлено на социализацию детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ), инвалидностью и адаптацию их в самостоятельной жизни.

При организации инклюзивного пространства создаются особые условия: организационное обеспечение (нормативно-правовая база); материально-техническое обеспечение, включая архитектурную доступность; кадровое обеспечение, в том числе комплексное психолого-педагогическое сопровождение ребенка с ОВЗ, инвалидностью на протяжении всего периода его пребывания в организации отдыха детей и их оздоровления; программно-методическое обеспечение.

Специальными задачами воспитания детей с особыми образовательными потребностями являются: налаживание эмоционально-положительного взаимодействия с окружающими для их успешной социальной адаптации и интеграции в организации отдыха детей и их оздоровления; формирование доброжелательного отношения к детям и их семьям со стороны всех участников воспитательного процесса; построение воспитательной работы с учетом индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка.

При организации воспитания детей с ОВЗ, инвалидностью следует ориентироваться на:

формирование личности ребенка с особыми образовательными потребностями с использованием соответствующих возрасту и физическому и (или) психическому состоянию методов воспитания;

создание оптимальных условий совместного воспитания детей с особыми образовательными потребностями и их сверстников с использованием вспомогательных технических средств коллективного и индивидуального пользования и педагогических приемов, организацией совместных форм работы вожатых, воспитателей, педагогов-психологов, учителей-логопедов, учителей-дефектологов;

личностно-ориентированный подход в организации всех видов деятельности обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Ключевым условием создания инклюзивного пространства является равноправное включение в общий воспитательный процесс всех участников смены (детей с ОВЗ, детей с особыми образовательными потребностями, их нормативно развивающихся сверстников, воспитателей, вожатых, педагогов-психологов, учителей-логопедов, учителей-дефектологов).

### **МОДУЛЬ «Профориентация».**

Модуль призван помочь детям раскрыть свой потенциал, лучше понять себя и сделать первые шаги в ориентации на будущую профессию, используя спорт как прикладную область для самопознания и планирования.

Знакомство с различными профессиями: предоставление информации о различных профессиях, связанных со спортом, их преимуществах и недостатках.

#### **1. «День профессий в спорте»**

Знакомство со спортивными профессиями: тренер-преподаватель, спортивный врач, спортивный психолог.

Модуль направлен на **раннюю профориентацию в сфере спорта:**

- Углубленное понимание профессий в спортивном направлении
- Развитие навыков командной работы, принятия решений, планирования.
- Знакомство с различными спортивными профессиями.
- Популяризация выбранного направления профессиональной подготовки.
- Вовлечение участников в процесс профориентации через игровой формат.

### **Модуль «Коллективная социально значимая деятельность в Движении Первых»**

Данный модуль содержит в себе описание взаимодействия с Движением Первых с целью формирования у детей представления о назначении Движения Первых, о его месте и роли в достижении приоритетных национальных целей Российской Федерации и своем личном вкладе в социально значимую деятельность. **Форматы мероприятий:**

встреча с представителями Движения Первых для знакомства детей с его историей и принципами работы;

акции по благоустройству территории, посадке деревьев, уборке природных зон - вклад в сохранение окружающей среды и экологическое благополучие, акции по защите животных;

обучение навыкам оказания первой помощи - тренинги по оказанию первой помощи помогают детям научиться заботиться о других и быть полезными в экстренных ситуациях.

**Беседа «Всемирный день защиты бездомных животных».**

**Цель:** обучение детей внимательному и бережному отношению к животным, формирование общечеловеческих ценностей «доброта», «милосердие»

**Мероприятия:** беседа.

Модуль направлен на расширение знаний о жизни и содержании домашних животных, выявление нравственной позиции обучающихся в отношениях с животными, воспитание доброты, отзывчивости и сочувствия к бездомным животным.

Вариативные модули:

### **Модуль «Экскурсии и походы»**

Модуль направлен на расширение кругозора и познание окружающего мира, развитие физической выносливости и навыков ориентирования на местности, формирование командного духа и сотрудничества, развитие самостоятельности и ответственности.

В рамках реализации плана работы лагеря с дневным пребыванием **запланированы экскурсии:**

- экологический однодневный велопоход;
- экскурсия в краеведческий музей Усадьба Строгоновых р.п.Знаменка;
- экскурсия в МБУ " ЦБС г. Котовска".
- экскурсия в пожарную часть г. Котовска
- встреча с работником кинологической службы гор. Котовска.
- экскурсия в МБУК «Музейный историко-просветительный образовательный комплекс» г. Котовска;
- экскурсия к Вечному огню;
- экскурсия в ДШИ;
- экскурсия на завод ООО «Котовские неваляшки»;
- экскурсия в Парк культуры и отдыха г.Котовск.

### **Модуль "Кружки и секции".**

Дополнительное образование детей в ЛДП «Олимпиец» являться одним из основных видов деятельности и реализовываться через дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности. В период проведения смены ЛДП продолжается реализация этих программ: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лыжные гонки» с 7-8 лет; дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лыжные гонки» с 9 лет; дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный лыжник».

### **Модуль «Цифровая и медиа-среда».**

Цифровая среда воспитания включает в себя следующие мероприятия: онлайн-встречи, занятия, направленные на формирование культуры информационной безопасности, информационной грамотности, противодействие распространению идеологии терроризма, профилактики травли в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"; онлайн-мероприятия в официальных группах организации в социальных сетях; освещение деятельности организации отдыха детей и их оздоровления в официальных группах в социальных сетях и на официальном сайте организации.

Воспитательный потенциал медиaproстранства реализуется в следующих видах и формах воспитательной работы:

- детская группа, принимающая участие в поддержке интернет-сайта организации и соответствующей группы в социальных сетях с целью освещения деятельности организации отдыха детей и их оздоровления в информационном пространстве,

Механизмом реализации информационного обеспечения является информирование возможных участников воспитательного процесса об организации отдыха и оздоровления детей через информационно-телекоммуникационную сеть "Интернет" и средства массовой информации

### **Модуль «Детская дипломатия и международные отношения».**

Воспитательный потенциал данного модуля направлен на формирование культуры мира, осознание важности уважения к разнообразию культур и народов, развить навыки гармоничного взаимодействия и сотрудничества.

Уровни реализации содержания программы включают в себя:

Общелагерный уровень, который определяет установки содержания и демонстрацию ценностного отношения по каждому из смысловых блоков: «Мир», «Россия», «Человек». Проведение общелагерных мероприятий объединяет всех участников смены, способствует накоплению эмоционального опыта, принятию ценностей, определяющих воспитательный компонент.

Межотрядный уровень позволяет расширить спектр коммуникативного пространства для ребенка. Мероприятия организуются с учетом возрастных особенностей. Одной из эффективных форм работы на данном уровне является совместное участие отрядов в различных событиях, мероприятиях.

Отрядный уровень является ключевым в воспитательной работе, создает уникальную среду совместного общения, проявления творчества детей и взрослых. Воспитательный потенциал отрядной работы предусматривает:

- планирование и проведение отрядной жизни;

- поддержку активной позиции каждого ребенка, предоставление им возможности возбуждения и принятия решений, создание благоприятной среды для общения; поддержка детей в решении проблем, конфликтных ситуаций;

- организацию интересных и полезных дел, направленных на личностное развитие ребенка, позволяющих вовлекать в них детей с разными потребностями, давать им возможность для самореализации;

- участие в совместных делах и мероприятиях позволит укрепить доверительные отношения между детьми и воспитателем;

- формирование и сплочение отряда через игры, тренинги;

- единые требования по выполнению режима, распорядка дня, по самообслуживанию, дисциплине, социально-гигиенических требований;

- аналитическую работу с детьми: анализ дня, мероприятия, смены;

- проведение сбора отряда: утренний информационный сбор, организационный сбор, хозяйственный и др.;

- организация коллективно-творческих дел (КТД). КТД как особый тип формы воспитательной работы, которая направлена на улучшение окружающей действительности.

#### **IV. Организационный раздел.**

Детский оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей «Олимпиец» организуется на базе МБУДО «ДЮСШ по лыжным гонкам».

Для ЛДП характерны формы работы, не требующие длительной подготовки, репетиций с участниками. Предпочтение отдается игровым, конкурсным формам, использующим экспромт в качестве одного из методов. В связи с тем, что воспитателями ЛДП «Олимпиец» работают тренеры-преподаватели ДЮСШ, в календарном плане воспитательной работы преобладают привычные для образовательной организации форматы.

Культурно-массовая работа в ЛДП тесно взаимодействует с учебно-тренировочной деятельностью, т.к. учебный год в ДЮСШ длится 52 недели.

Уклад ЛДП «Олимпиец» соответствует режиму и распорядку дня.

Уклад ЛДП включает ценности, принципы, нравственную культуру взаимоотношений, традиции воспитания, в основе которых лежат российские базовые ценности, определяет условия и средства воспитания, отражающие самобытность организации.

Уклад ЛДП «Олимпиец» формируется с учетом региональных особенностей: исторических, этнокультурных, социально-экономических, художественно-культурных.

Быт ЛДП «Олимпиец» является элементом уклада повседневной жизни детей и воспитателей в течение смены .

Режим, соблюдение которого связано с обеспечением безопасности, охраной здоровья ребенка, что подкреплено правилами: "закон точности" ("ноль-ноль"), "закон территории" и другие.

Программа сформирована с учетом оздоровления и отдыха детей в каникулярный период, двигательной активностью.

Корпоративная культура ЛДП «Олимпиец» является элементом уклада и состоит из: миссии организации отдыха детей и их оздоровления, сформированных ценностей, правил и норм поведения, трудового этикета и стиля взаимоотношений с детьми и их родителем (родителями) или законным

представителем (законными представителями), внешнего вида сотрудников и детей.

Символическое пространство ЛДП «Олимпиец» включает в себя традиции, правила, легенды, кричалки, ритуалы и другие. Каждый элемент символического пространства организации отдыха детей и их оздоровления имеет условный (символический) смысл и эмоциональную окраску, тесно связанную по своей сути и смыслу с целями, задачами, базовыми ценностями и принципами жизнедеятельности организации и государственной политикой в области воспитания.

Также к символическому пространству относятся информационные стенды для детей и сотрудников.

В ЛДП «Олимпиец» существуют следующие ритуалы:

торжественные (по поводу символических событий из жизни лагеря, общественной жизни):

торжественные линейки, ритуалы, связанные с атрибутами организации (флаг), ритуалы почести героям: возложение гирлянд и другое;

ритуалы повседневной жизни, которые насыщают деятельность организации эмоциональноигровой атмосферой. Они регулируют самые повторяющиеся (традиционные) действия, необходимые для стабильного функционирования организации: передача дежурства, начало или завершение дела, дня, сборы отряда для информации.

Реализация Программы включает в себя:

**Подготовительный этап** включает в себя подбор педагогического состава, установочное педагогическое совещание с включением всего кадрового состава, подготовка методических материалов, включая примеры сценариев для проведения работы на отрядном уровне, планирование деятельности, информационную работу с родителем (родителями) или законным представителем (законными представителями).

**Организационный период** смены связан с реализацией основных задач: адаптация детей к новым условиям, знакомство с режимом, правилами,

укладом организации отдыха детей и их оздоровления, формирование временный детский коллектив. Содержание событий организационного периода представлено в инвариантных (обязательных) общелагерных и отрядных формах воспитательной работы в календарном плане воспитательной работы.

**Основной период** смены направлен на максимальное развитие личностного потенциала каждого ребенка посредством коллективной деятельности как на уровне отряда, так и на общелагерном уровне. Содержание событий основного периода представлено в инвариантных (обязательных) общелагерных и отрядных формах воспитательной работы в календарном плане воспитательной работы.

**Итоговый период** смены является ключевым этапом для подведения итогов совместной деятельности участников смены. Содержание событий итогового периода представлено в инвариантных (обязательных) общелагерных и отрядных формах воспитательной работы в календарном плане.

**Этап последствий** включает в себя подведение итогов реализации программы воспитательной работы, определение наиболее и наименее эффективных форм деятельности.

**Анализ воспитательной работы** ЛДП «Олимпиец» осуществляется в соответствии с целевыми ориентирами результатов воспитания, личностными результатами воспитанников. Основным методом анализа воспитательной работы в ЛДП является самоанализ с целью выявления основных проблем и последующего их решения.

Итогом самоанализа является перечень достижений, а также выявленных проблем, над решением которых предстоит работать педагогическому коллективу.

## **Партнерское взаимодействие с общественными и молодежными организациями.**

Партнерское взаимодействие с общественными и молодежными организациями в условиях ЛДП способствует успешной реализации Программы, включающей в себя совместную деятельность с различными организациями:

1. Местное отделение «Движение первых» гор. Котовск
2. Котовский краеведческий музей.
3. ТОГБУЗ «ЦРБ гор. Котовска».
4. МБУК "ЦБС гор. Котовска".
5. Пожарная часть по охране г. Котовска.
6. ОМВД России по г. Котовску.

Привлечение воспитательного потенциала партнерского взаимодействия предусматривает участие представителей организаций-партнеров, в том числе в соответствии с договорами о сотрудничестве, в проведении отдельных мероприятий в рамках данной Программы и календарного плана воспитательной работы; проведение на базе организаций-партнеров отдельных занятий, тематических событий, отдельных мероприятий и акций; совместная реализация тематических и профильных смен; социальные проекты, совместно разрабатываемые и реализуемые детьми, педагогами с организациями-партнерами благотворительного, экологического, патриотического, трудового и иных направлений деятельности, ориентированные на воспитание детей, преобразование окружающего социума и позитивное воздействие на социальное окружение.

Партнерское взаимодействие способствует более эффективной реализации Программы воспитательной работы, развитию социальных навыков у детей.

### **Взаимодействие с родительским сообществом.**

Успех лагеря с дневным пребыванием «Олимпиец» во многом зависит от совместных усилий. Мы приглашаем родителей к активному участию в жизни лагеря, предлагая возможности для сотрудничества и обмена информацией.

Мы обеспечиваем:

- Регулярные еженедельные отчеты о деятельности ЛДП.
- Быстрый доступ к информации о распорядке дня и правилах лагеря.
- Возможность личного общения с тренерами – преподавателями и администрацией.
- Оперативное информирование о любых чрезвычайных ситуациях.
- Участие всей семьей в мероприятиях летнего лагеря.

### **Кадровое обеспечение реализации программы.**

Кадровое обеспечение - один из основных элементов функционирования сферы организации отдыха и оздоровления детей, которая является неотъемлемой частью воспитательной системы организации отдыха детей и их оздоровления, способствующей достижению стратегических задач государственной политики в области воспитания.

В соответствии со штатным расписанием в реализации Программы участвуют:

- начальник лагеря**, который обеспечивают общее руководство лагерем, издает распоряжения по лагерю, проводит инструктажи;
- воспитатели (тренеры-преподаватели)** – организуют спортивные мероприятия и являются организаторами досуговой деятельности детей, руководят отрядами.
- медицинский работник (медсестра)** – проводит оздоровительную работу с детьми; осуществляет контроль за санитарно-гигиеническими нормами, соблюдением режима, своевременно оказывает необходимую медицинскую помощь работникам и детям лагеря. (по договору)
- уборщик служебных помещений** - отвечает за поддержание санитарного состояния и порядка на закреплённом участке.

### **Материально-техническое обеспечение реализации Программы.**

Материально-техническое обеспечение реализации Программы определяет базовый минимум для качественной реализации содержания программы воспитательной работы в ЛДП.

Спортивный зал, г. Котовск, ул. Посконкина, 34.

Лыжероллерная трасса, протяженностью 1700 м. расположена в районе санатория «Лесная жемчужина».

Санитарно-гигиенические помещения (туалет, душевые, гардероб) имеются на каждом объекте.

Все объекты принадлежат МБУДО «ДЮСШ по лыжным гонкам» на правах оперативного управления, либо переданы в безвозмездное пользование.

**Спортивный инвентарь и оборудование:**

Мячи: футбольные, баскетбольные, волейбольные, теннисные и т.д. – в достаточном количестве для всех групп и видов спорта.

Инвентарь для игр: скакалки, обручи, кегли, ракетки, сетки, фишки, конусы и др.

Спортивное оборудование: лыжероллеры, гимнастические снаряды, турники, шведская стенка.

Для оказания первой помощи имеются аптечки.

### Список литературы.

1. Борисова М.М, Илюшина Н.Н., Павлова Н.П. Педагогика детского оздоровительного лагеря. Учебник. Издательство ИНФРА-М, 2022.
2. Дрозд К.В. Методика работы вожатого в детском оздоровительном лагере: учебник для вузов / К. В. Дрозд, И. В. Плаксина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 423 с.
3. Жуков М.Н. Подвижные игры: учебник для пед. вузов. – М.: Академия, 2021г.
4. Кайгородцева М.В. «Методическая работа в системе дополнительного образования» -Волгоград, 2021 г.
5. Лобачева С.И., Великородная В.А. «Загородный летний лагерь»—М., 2022г.
6. Никитушкин В.Г. Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта – М.: ИКА, 2022 г.
5. Патрикеев А.Е. «Подвижные игры для детей» - Ростов-на-Дону, 2023 г.
6. Слуцкая Н.Б. «Нескучные каникулы», Ростов-на-Дону, 2020г.
7. Сысоева М.Е. «Азбука воспитателя, вожатого оздоровительного лагеря» - М., 2020 г.
8. Титов С.В. «Ура, каникулы!», Москва, 2022г.
9. Федорова М.З., Кучменко В.С., Воронина Г.А. Экология человека: Культура здоровья. -М.: Вентана-Граф, 2023 г.

**«Календарь знаменательных дат на июнь 2026 года».**

**01.06. –День защиты детей;**

**05.06.- Всемирный день охраны окружающей среды;**

**06.06.- Пушкинский день России**

**12.06. - День России;**

**22.06- День памяти и скорби- день начала ВОВ**

**Календарный план воспитательной работы  
лагеря с дневным пребыванием «Олимпиец».**

| <b>Организационный период смены</b>                              |                          |                                                                                                                                                                              |                                                                 |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>Модуль</b>                                                    | <b>Форма работы</b>      | <b>Содержание/Ключевые компоненты/Ценностные основы</b>                                                                                                                      | <b>Уровень реализации (общелагерный, межотрядный, отрядный)</b> |
| «Культура России»                                                | Церемония открытия смены | Торжественная церемония поднятия Государственного флага Российской Федерации. Исполнение Государственного гимна Российской Федерации. Приветственное слово начальника лагеря | Общелагерный                                                    |
| «Спортивно-оздоровительная работа»                               | Тематические дни         | Проведение инструктажей по безопасности.                                                                                                                                     | Общелагерный                                                    |
| «Коллективная социально-значимая деятельность в Движении Первых» | Тематические дни         | Обучение навыкам оказания первой помощи. История и принципы работы Движения Первых.                                                                                          | Общелагерный                                                    |
| <b>Основной период смены</b>                                     |                          |                                                                                                                                                                              |                                                                 |
| «Культура России»                                                | Тематические дни         | Мероприятия способствующие формированию гражданской позиции и патриотизма. Государственные символы России.                                                                   | Общелагерный<br>Межотрядный<br>Отрядный                         |

|                                                                                                                          |                          |                                                                                                                                                             |                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| «Коллективная социально-значимая деятельность в Движении Первых»                                                         | Тематические дни         | Акция по сохранению окружающей среды и защите животных                                                                                                      | Общелагерный Отрядной                |
| «Экскурсии и походы»                                                                                                     | Тематические дни         | Мероприятия направленные на расширение кругозора и познание окружающего мира.                                                                               | Отрядный                             |
| «Спортивно-оздоровительная работа»                                                                                       | Тематические дни         | Мероприятия, направленные на ведение ЗОЖ. Подвижные и спортивные игры.                                                                                      | Общелагерный Межотрядный<br>Отрядный |
| «Профориентация»                                                                                                         | Тематические дни         | Мероприятия направленные на выбор профессии.                                                                                                                | Общелагерный                         |
| <b>Итоговой период смены</b>                                                                                             |                          |                                                                                                                                                             |                                      |
| «Культура России»                                                                                                        | Церемония закрытия смены | Торжественная церемония опускания Государственного флага Российской Федерации. Исполнение Государственного гимна Российской Федерации Спортивный фестиваль. | Общелагерный                         |
| <b>Этап последствий</b><br>1. Подведение итогов реализации Программы.<br>2. Анализ воспитательной работы ЛДП «Олимпиец». |                          |                                                                                                                                                             |                                      |

**ПЛАН- МЕРОПРИЯТИЙ**  
**лагеря с дневным пребыванием «Олимпиец».**

| <b>Дата</b> | <b>Мероприятие</b>                                                                                                                |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 27.05.2026  | Торжественное открытие смены. Проведение инструктажей по безопасности. Учебно-тренировочное занятие.                              |
| 28.05.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Обучение навыкам оказания первой помощи.                                                   |
| 29.06.2025  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Выпускной вечер, чествование лучших спортсменов по итогам спортивного сезона 2025-2026 г.  |
| 01.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. День защиты детей. Встреча с представителем Движение Первых.                               |
| 02.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Беседа медработника «Основы здорового питания спортсмена»                                  |
| 03.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. День профессий в спорте (беседа с психологом, тренером-преподавателем, спортивным врачом). |
| 04.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. День активных игр (футбол).                                                                |
| 05.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Посещение детской городской библиотеки. Пушкинский день России- выставка и беседа.         |
| 06.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. День активных игр (волейбол). Изучение значений пожарных знаков.                           |
| 08.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Беседа «Двигательная активность, соблюдение режима дня, личная гигиена».                   |
| 09.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. День активных игр (лапта).                                                                 |
| 10.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Проведение медицинского осмотра специалистами ВФД                                          |
| 11.06.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Проведение учебно-тренировочной эвакуации при ЧС.                                          |
| 15.08.2026  | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Встреча с футбольных команд ЗОЛ «Костер» и ЛДП «Олимпиец».                                 |

|            |                                                                                                                                                                               |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16.06.2026 | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Акция «Сохранение окружающей среды».                                                                                                   |
| 17.06.2026 | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Экскурсия в историко - краеведческий музей, расположенный в р.п. Знаменка                                                              |
| 18.06.2026 | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Всемирный защиты бездомных животных (беседа о волонтерах, работающих с животными в приюте г. Котовска)                                 |
| 19.06.2026 | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Посещение бассейна.                                                                                                                    |
| 20.06.2026 | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. День активных игр (эстафеты).                                                                                                          |
| 22.06.2026 | Зарядка. Учебно-тренировочное занятие. Встреча с работниками ФГКУ «ОВО ВНГ» России по Тамбовской области «Действия при обнаружении предмета похожего на взрывное устройство». |
| 23.06.2026 | Торжественное закрытие смены. Веселые старты.                                                                                                                                 |

## Методические материалы

### Обучение навыкам оказания первой помощи.

#### Алгоритм оказания первой помощи

Чтобы не растеряться и грамотно оказать первую помощь, важно соблюдать следующую последовательность действий:

1. Обеспечить безопасность себе, пострадавшему и окружающим (например, извлечь пострадавшего из горящего автомобиля).
2. Проверить наличие у пострадавшего признаков жизни (пульс, дыхание, реакция зрачков на свет) и сознания. Для проверки дыхания необходимо запрокинуть голову пострадавшего, наклониться к его рту и носу и попытаться услышать или почувствовать дыхание; для «прослушивания» пульса необходимо приложить подушечки пальцев к сонной артерии пострадавшего; для оценки сознания необходимо (по возможности) взять пострадавшего за плечи, аккуратно встряхнуть и задать какой-либо вопрос.
3. Вызвать специалистов (112 – с мобильного телефона, с городского – 03 (скорая) или 01 (спасатели)).
4. Оказать неотложную первую помощь. В зависимости от ситуации это может быть: - восстановление проходимости дыхательных путей; - сердечно-легочная реанимация; - остановка кровотечения и другие мероприятия.
5. Обеспечить пострадавшему физический и психологический комфорт, дожидаться прибытия специалистов.



## День защиты детей.

*История этого праздника берет начало с 1924 года. В этот год прошла Международная конференция, на которой обсуждался вопрос о здоровье и благополучии детей. После окончания второй мировой войны в 1949 году Международной демократической федерацией женщин было принято решение о праздновании Дня защиты детей. И впервые он был проведен в 1950 году. Организация Объединенных Наций поддержала инициативу федерации женщин и объявила защиту прав детей, их жизни и здоровья одним из приоритетных направлений своей деятельности, и в последующие годы 1 июня стало отмечаться как день в честь подрастающего поколения.*

Первого июня мы отмечаем один из самых теплых праздников – Международный день защиты детей. Эта дата напоминает нам, взрослым, об огромной ответственности за наших детей, за их жизнь и здоровье. Обеспечение детям комфортных условий для развития, возможности реализовать свои таланты и способности, направление всех усилий на то, чтобы дети были счастливыми - наша прямая обязанность.



Как и по всей стране, Международный день защиты детей у нас проходит радостно и интересно.

### Защита детей в России

Права детей в России защищает федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года.

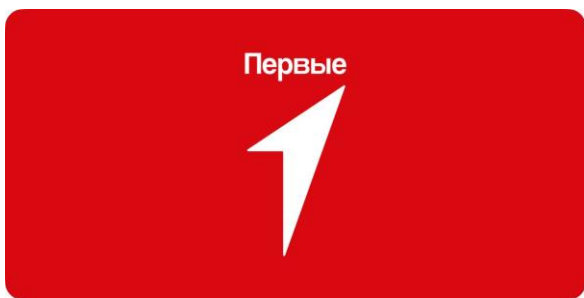
Он устанавливает основные гарантии прав и законных интересов ребёнка, предусмотренных Конституцией. Государство признаёт детство важным этапом жизни человека и исходит из принципов приоритетности подготовки детей к полноценной жизни в обществе, развития их общественно значимой и творческой активности, воспитания высоких нравственных качеств, патриотизма и гражданственности.

В России существует система местных органов опеки и попечительства, которая следит за благополучием детей в семьях на своей территории. К 2022 году в 85 регионах РФ успешно завершено становление Института Уполномоченного по правам ребенка.

В России День защиты детей приходится на начало летних школьных каникул. В этот день по всей стране проходят спортивные состязания, флешмобы, концерты, театрализованные постановки, мастер-классы, пикники и выставки. В крупных городах устраиваются масштабные детские фестивали.

Оберегая подрастающее поколение, мы построим благополучное будущее России. Искреннее внимание, любовь и забота, которые мы дарим детям, обязательно обернутся успехами и достижениями для нашей страны.

## Движение Первых.



Движение Первых – особое пространство для диалога детей, родителей, педагогов и наставников. Здесь каждый имеет возможность реализовать свои идеи и мечты. Мероприятия Движения раскрывают потенциал каждого участника,

помогают становиться каждый день лучшей версией себя. Если ты есть – будь Первым.

Движение Первых — это уникальная программа воспитания и становления личности, активного и ответственного молодёжного сообщества, которому важны уважение к традициям и культуре народов России, историческая преемственность и сопричастность с судьбой страны, главная ценность которой была, есть и будет — семья.

**Российское движение детей и молодёжи «Движение первых»** — общероссийское общественно-государственное движение, созданное 20 июля 2022 года по инициативе руководства России, для воспитания, организации досуга подростков, и формирования мировоззрения «на основе традиционных российских духовных и нравственных ценностей». Отделения движения открылись в каждом муниципалитете России, а в каждом образовательном учреждении могут быть созданы первичные ячейки движения.

Законопроект о создании движения был внесен в Госдуму в день 100-летия советской пионерской организации. Принимают в организацию с 6 до 25 лет, находиться в ней можно будет до окончания школы или колледжа, а взрослые (в том числе совершеннолетние студенты) могут становиться наставниками движения и организовывать мероприятия.

В составе попечительского совета, который возглавляет помощник президента России Максим Орешкин, входят: Герман Греф, Игорь Сечин, Владимир Потанин, Олег Белозёров, Алексей Лихачёв.

Численность участников, по данным властей России, к концу 2023 года составила около 4,7 млн человек, а в мероприятиях по их же сведениям приняло участие около 7 млн.

14 сентября 2024 года указом Владимира Путина главой общероссийской организации детей и молодёжи «Движение первых» назначен Герой России, участник российского вторжения на Украину и кадровой программы «Время героев» Артур Орлов. Прежний руководитель движения Григорий Гуров стал руководителем Росмолодёжи.

## Основы здорового питания спортсмена.

Питаться правильно важно любому человеку, чтобы быть здоровым. Но для спортсмена рациональное питание особенно актуально, чтобы иметь возможность достичь желанных целей и отличных спортивных результатов, соответствовать необходимой физической форме.

Постоянные тренировки требуют от человека выносливости и регулярных энергозатрат, соответствующего психического состояния и определенных физических данных. Недостаточное количество полезных веществ в организме может привести к дисбалансу энергии и к общему истощению организма. Человек в таком случае просто не найдет в себе сил заниматься спортом, не говоря уже о высоких результатах.

Помимо этого, спорт невозможен без травм. Поэтому для поддержания восстановительных функций питание спортсмена должно обязательно включать в себя те вещества и витамины, которые непосредственно участвуют в конструировании новых клеток и тканей.



Во время важных соревнований участники часто нервничают. Меню при стрессе и эмоциональных сбоях должно способствовать быстрой реабилитации психологических процессов, настроения и мышления.

Рассмотрим основные задачи питания людей, которые активно занимаются спортом.

1. Насытить организм полезными веществами и витаминами для восполнения затраченной в процессе тренировок и соревнований энергии.
2. Обеспечить запас калорий, способствующих правильному обмену веществ.
3. Укрепить мышечный тонус и повысить

выносливость.

4. Предоставить организму резерв углеводов для роста энергии и правильной работы печени, почек, мышц и кровеносной системы в периоды физических нагрузок.

Меню спортсмена следует планировать с учетом того вида спорта, которым занимается человек. Например, для повышения выносливости следует снизить количество употребляемых жиров, а при коротких тяжелых нагрузках - повысить. Чтобы составить список продуктов на каждый день, нужно просчитывать количественное содержание в них калорий, белков, жиров и углеводов.

Когда спортсмен регулярно употребляет продукты, богатые разными витаминами и микроэлементами, то и обмен веществ налаживается, и спортивные результаты не заставляют себя долго ждать.

Универсальной диеты, которая подходила бы всем спортсменам без исключения, нет. Но есть общие правила: продукты должны быть качественными, свежими, подбираться с учетом физических особенностей и уровня нагрузки. Людям, которые активно и регулярно занимаются физкультурой и спортом, необходимо достаточное содержание микро- и макроэлементов в употребляемой пище. Дефицит каких-либо компонентов в организме будет также вреден, как и переизбыток.

Полноценным считается спортивное питание, которое обязательно включает в себя :

- **БЕЛКИ.** Это основа для строения и восстановления клеток. Большое количество белков необходимо для увеличения мышечной массы, а потому показано в следующих видах спорта: акробатика, гимнастика, конный спорт, стрельба, тяжелая и легкая атлетика, фехтование.

Продукты с большим содержанием белка – это мясо, птица, яйца, морепродукты, творог твердый сыр, орехи.

- **ЖИРЫ.** Предоставляют организму дополнительную энергию, поэтому включаются в ежедневный рацион альпинистами, лыжниками, пловцами, велосипедистами и другими спортсменами, занятыми в тех видах спорта, которые предполагают повышенные затраты энергии и хорошую выносливость.

Жиры содержатся в скумбрии, красной рыбе, оливковом и льняном маслах, семенах, орехах, авокадо.

- **УГЛЕВОДЫ.** Это незаменимый источник энергии и запас питательных веществ. Особую потребность в продуктах, богатых углеводами, испытывают спортсмены после травм и изнурительных тренировок.

Простые углеводы получают из ягод, фруктов, сахара, варенья, кондитерских изделий, хлеба и кисломолочных продуктов, картофеля, шлифованного риса, а сложные содержатся в крупах, злаковых и бобовых культурах, макаронных изделиях твердых сортов, моркови.

## **День профессий в спорте (тренером-преподавателем).**

Быть тренером значительно сложнее, чем игроком.

Тренер управляет игрой и людьми в ней.

От его работы зависят не только

спортивные достижения подопечных,

но и их здоровье, и эмоциональный настрой.

### **Востребованность**

Здоровый образ жизни набирает популярность. Мода на спортивное телосложение приводит людей в фитнес-залы, для других спорт и спортивные соревнования — целая жизнь. В каждой из этих сфер необходима работа тренера, который грамотно составит план тренировок в зале или подготовит спортсменов к соревнованиям.

### **Кто такой тренер?**

Тренер - это специалист в определённом виде спорта, который руководит тренировкой спортсменов.

Основная задача тренера — подготовить спортсмена или команду к соревнованиям, а также достижение ими высоких спортивных результатов.

Однако работа тренера не заканчивается спортивной подготовкой учеников. Одна из его функций — наставничество и воспитание. Это особенно важно в профессиональных спортивных школах, ведь спортсменов начинают готовить с раннего возраста. Хороший наставник умеет подбадривать, мотивировать, учит контролировать эмоции, прививает дисциплину.

Спортивный тренер – профессия многогранная, которая включает в себя не только блестящие успехи в спорте, но и обладание качествами педагога, психолога. Тренер всем сердцем верит в своих подопечных. Поэтому для представителей этой профессии уже более 20 лет в России существует свой праздник – День тренера – 30 октября!

### **Чем занимается тренер?**

Тренер выполняет ряд функций, связанных с подготовкой и обучением спортсменов. Вот основные из них:

Он планирует и организует тренировки, правильно распределяет нагрузку для спортсмена, выстраивает оптимальный режим тренировок и отдыха, подбирает эффективные упражнения, контролирует рацион питания.

Объясняет технику выполнения упражнений, корректирует движения и стойки спортсмена.

Следит за результатами тренировок, смотрит сколько было успехов и неудач.

Направляет спортсмена на достижение лучших результатов, помогает преодолевать трудности, достигать поставленных целей и подниматься на пьедестал почёта.

Даёт советы по питанию, режиму дня, психологически их настраивает, работает в тесной связи со спортивным врачом для обеспечения безопасности спортсмена.

Изучает тактику, техники и стратегии конкурентов для успешного участия в соревнованиях своего спортсмена.

Организует участие команды или отдельного спортсмена в соревнованиях, контролирует их действия на протяжении всего процесса соревнования.

Постоянно развивается, изучает новые методики, подходы и технологии в области спорта.

Тренеры взаимодействуют с родителями спортсменов, делясь информацией о прогрессе, достижениях и потребностях их детей.

Этот перечень может варьироваться в зависимости от вида спорта, уровня подготовки спортсменов и других факторов.

### **Когда возникла профессия тренер?**

Необходимость в тренерах возникла очень давно, когда появились Олимпийские игры в Древней Греции. Тогда спортсменами были только мальчики и к соревнованиям их готовили опытные наставники. В то время только состоятельные семьи могли нанять педагогов для обучения фехтованию на мечах, стрельбе, верховой езде.

Однако окончательно профессия тренер сформировалась в конце XIX века (примерно 150 лет назад). В это время стали проводиться спортивные соревнования по всему миру. Были приняты общие правила для отдельных видов спорта, с учетом которых тренеры готовили спортсменов к выступлениям.

### **Специализации**

Тренеров можно разделить на две большие категории: фитнес-тренер и спортивный тренер.

*Фитнес-тренер* помогает людям достичь индивидуальных результатов в спорте, например, набрать мышечную массу или похудеть или укрепить здоровье. Такой специалист разрабатывает программы тренировок для каждого своего подопечного, помогает на занятиях в спортзале, рекомендует схемы питания.

*Спортивный тренер* – занимается определённым видом спорта. Например, тренер по плаванию занимается обучением подопечных спортивному плаванию в бассейне, он может тренировать прыжкам в воду, синхронному плаванию или водному поло.

Тренер по футболу учит тактическим приемам в игре и готовит спортсменов-футболистов к соревнованиям.

Тренер по художественной гимнастике обучает спортивным гимнастическим и танцевальным упражнениям под музыку, занимается постановкой хореографических номеров со сложными акробатическими элементами с использованием специальных снарядов: мяч, обруч, лента в художественной гимнастике, или, например, брусья и кольца в спортивной.

### **Плюсы и минусы профессии тренер.**

Среди плюсов - возможность поддерживать свое тело в отличной физической форме, тренируясь вместе с учениками. Хороших спортивных тренеров приглашают международные и национальные клубы, а это возможность поработать за границей и получать высокий доход

Однако в профессии тренер есть и минусы. Например, ненормированный рабочий график и частые командировки, если речь идет о международном сотрудничестве. Кроме того, работа тренера очень ответственная, так как от него зависят не только спортивные результаты, но и здоровье подопечных.

### **Кто может стать тренером?**

Профессия тренер привлекательна для тех, кто хочет продолжить спортивную карьеру, ведь чаще всего наставниками становятся те, кто сам был выступающим спортсменом, но из-за возраста, травм или других обстоятельств завершил личные тренировки и выступления.

Стать тренером можно и без карьеры спортсмена за плечами. Чтобы тренировать спортсменов или стать профессиональным тренером, необходимо иметь высшее образование.

### **Где работают тренеры?**

Тренеры могут работать в разнообразных учреждениях и организациях, а также самостоятельно. Вот некоторые из наиболее распространенных мест работы для тренеров:

*Спортивные клубы и школы, Фитнес-центры и тренажерные залы, Спортивные союзы и федерации, Образовательные учреждения, Летние лагеря и спортивные лагеря, Реабилитационные центры; Спортивные магазины.*

### **Почему профессия тренер популярна?**

Профессия тренер остается востребованной. Почему?

*Популяризация спорта и ЗОЖ:* спорт играет важную роль в жизни многих людей, будь то дети, профессиональные спортсмены или любители.

*Детский и молодежный спорт:* многие родители желают видеть своих детей занимающимися спортом, что стимулирует спрос на тренеров в детско-юношеских спортивных школах.

*Персональные тренеры:* многие люди предпочитают работать с персональными тренерами, что создает дополнительные рабочие места в этой сфере, например, онлайн-тренировки все равно требуют профессионального взгляда и подхода.

Таким образом, профессия тренер остается стабильно востребованной.

## Изучение значений пожарных знаков

Знаки пожарной безопасности по своему назначению делятся на четыре группы: запрещающие; предупреждающие; предписывающие; указательные.

### **Запрещающие знаки.**

Предназначены для запрещения определенных действий. Они имеют круглую форму с красными каймой и перечеркнуты полосой. На внутреннем белом поле находится символическое изображение. К запрещающим знакам относятся следующие. Знак “Запрещено пользоваться открытым огнем”. Устанавливают на дверях автогаражей, мастерских, химической и физической лабораторий, а также складах горюче-смазочных материалов.

Устанавливают у входов в помещения и места, где хранятся вещества и материалы, которые запрещено при загорании тушить водой.

“Вход (проход) запрещен”. Размещают у входов в опасные зоны и помещения, куда закрыт доступ посторонним. Это могут быть электростанции, газораспределительные пункты, а также территории с хранилищем сжиженного газа.

**Предупреждающие знаки.** Предназначены для предупреждения о возможной опасности. Они имеют форму равностороннего треугольника с округленными углами желтого цвета и черной каймой.

Знак “Осторожно! Легковоспламеняющиеся вещества”.

Знак “Осторожно! Опасность взрыва”. Имеет изображение взорвавшейся бомбы. Помещают его на складах где хранятся взрывоопасные вещества и материалы.

Знак “Осторожно! Прочие опасности”. Устанавливается там, где нужно предупредить людей о возможной опасности. Под этим знаком помещают табличку с надписью, которая поясняет опасность.

**Предписывающие знаки.** Служат для указания путей эвакуации, а также конкретных действий по выполнению требований пожарной безопасности. Они имеют форму квадрата зеленого цвета с белым полем внутри.

**Указательные знаки.** Предназначены для указания местоположения огнетушителей, пожарных кранов, пожарных постов и т.п. Они имеют форму синего прямоугольника, внутри которого — белый квадрат с пояснительной надписью или символическим изображением. Знак может быть установлен вместе с указательной стрелкой и обозначением расстояния до объекта.

Располагают знаки так, чтобы они были хорошо заметны. Все граждане должны знать содержание знаков и непременно выполнять их требования, так как от этого могут зависеть жизнь и здоровье, как лично ваши, так и окружающих.

## **12 июня в Российской Федерации ежегодно отмечается один из главных государственных праздников – День России.**

История этого праздника началась 12 июня 1990 года. В этот день Первый съезд народных депутатов РСФСР принял Декларацию о государственном суверенитете РСФСР. В документе был провозглашен приоритет конституции и законов Российской республики над законодательными актами Советского Союза, утверждены равные права для всех граждан, политических партий и общественных организаций, принцип разделения законодательной, исполнительной и судебной властей и необходимость существенного расширения прав регионов.

Впервые этот праздник в нашей стране отмечался 12 июня 1995 года. Тогда он получил неофициальное название День независимости. В 1998 году президент РФ Борис Ельцин предложил называть его Днем России. Однако официально название День России за 12 июня закрепили только с 2002 года, когда новый Трудовой кодекс РФ зафиксировал его государственное наименование. В 2014 году День России впервые отпраздновали в Республике Крым и Севастополе.

День России является одним из самых молодых государственных праздников. Он подчеркивает ценность государственности, Конституции, прав и свобод граждан. Символами Дня России повсеместно становятся флаг РФ, герб и гимн.

Сегодня День России воспринимается не только как важная официальная дата, но и как масштабный праздник, который объединяет жителей разных регионов страны. За годы существования у него появились свои традиции, связанные с государственными церемониями, культурными событиями, патриотическими акциями и семейным отдыхом.

Одним из самых узнаваемых элементов празднования становятся вечерние салюты. Во многих городах 12 июня небо украшают праздничные фейерверки, а центральные улицы, площади и общественные пространства оформляют в цветах российского триколора.

Ко Дню России здания украшают государственными флагами, лентами, световыми инсталляциями и проекциями. Главными символами праздника остаются российский флаг, герб и гимн — они подчеркивают официальный статус даты и ее значение для всей страны.

## Двигательная активность, соблюдение режима дня, личная гигиена

Сегодня мы поговорим о будущем и здоровом образе жизни. Каждый из вас имеет свое представление об этом. Сегодня мы обратим внимание на то, что здоровье человека принадлежит не только ему, но и всему обществу, о воспитании чувства ответственности за свое личное здоровье и репродуктивное, на взаимосвязь духовного и физического здоровья. Побеседуем о факторах, влияющих на здоровье человека и его благополучие. А также определим основные составляющие здорового образа жизни. Обсудим пагубность вредных привычек и необходимость сделать каждому свой выбор жизненного пути.

*Как вы понимаете выражение «быть здоровым человеком»?*

Наиболее точным определением здоровья следует считать то, что дано в Уставе Всемирной организации здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Здоровье человека является не только его индивидуальной ценностью, но и достоянием общества, неразрывно взаимосвязаны и зависят друг от друга.

**Вопрос:** Охарактеризуйте физическое здоровье?

Физическое здоровье обеспечивается двигательной активностью, рациональным питанием, закаливанием и очищением организма, рациональным сочетанием умственного и физического труда, умением отдыхать, исключением из употребления алкоголя, табака и наркотиков.

**Вопрос:** Сформулируйте определение – здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни – это индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая ему физическое, духовное и социальное благополучие в реальной окружающей среде (природной, техногенной и социальной) и активное долголетие.

**Вопрос:** Приведите примеры положительных и отрицательных факторов, влияющих на здоровье человека.

К положительным факторам относятся соблюдение режима дня, рациональное питание, закаливание, физическая культура и спорт, уравновешенные взаимоотношения с окружающими людьми.

Отрицательно влияют на здоровье курение, употребление алкоголя и наркотиков, эмоциональная и психическая напряженность при общении с окружающими, неблагоприятная экологическая обстановка в местах проживания.

**Вопрос:** Вы занимаетесь спортом. Какое влияние оказывают физические упражнения на ваш организм?

Двигательная активность поддерживает хорошую физическую форму, улучшает самочувствие и обеспечивает прилив энергии для жизнедеятельности,



чтобы обеспечить гармоничное равновесие между умственными и физическими нагрузками.

Приспособиться к изменяющимся условиям окружающей среды помогает закаливание. У закаленных людей вырабатывается устойчивость к низким температурам, теплообразование в их организме происходит более интенсивно, а это уменьшает вероятность развития инфекционных заболеваний.

В последнее время очень много внимания стало уделяться вопросам рационального питания. Пища обеспечивает организм человека энергией, необходимой для жизнедеятельности. Питание должно быть разнообразным, должно учитываться возраст, физические нагрузки. Главным критерием правильности питания является состояние здоровья: вес тела, общее самочувствие, уровень работоспособности.

**Вопрос:** Давайте вместе вспомним правила приема пищи.

1. Во время еды не следует решать какие – то дела и проблемы, надо наслаждаться едой.
2. Во время еды не рекомендуется смотреть телевизор, слушать музыку, так как это отвлекает.
3. Нельзя садиться за стол уставшим, возбужденным. Необходимо отключиться от проблем и настроиться на прием пищи.
4. Если нет достаточно времени для приема пищи, то его лучше пропустить.
5. Нельзя переедать.
6. Употреблять воду и напитки рекомендуется за 15-20 мин. до приема пищи или после.

Природа создала человека для долгой и счастливой жизни. Органы и системы человека могут выдерживать нагрузки и напряжения примерно в 10 раз больше тех, с которыми человеку приходится сталкиваться в нормальной повседневной жизни.

К сожалению, ряд привычек, которые человек приобретает еще в школьные годы и от которых потом не может избавиться в течение всей последующей жизни, серьезно вредят его здоровью.

В заключение необходимо отметить, что каждый человек волен сделать свой выбор, по какому пути идти. Если он хочет быть здоровым, жизнерадостным, способным воплотить свои желания в жизнь, прежде, чем взять рюмку спиртного, сигарету или наркотик, надо подумать и принять правильное решение. Он должен научиться твердо говорить: «Нет!».

## Сохранение окружающей среды

Где бы не жил человек, в городе или загородной местности, он всегда окружен растениями, животными, птицами, насекомыми... Человек никогда не жил отдельно от природы, но люди не всегда понимают, как отражаются на природе их поступки.

В настоящее время очень остро стоит проблема загрязнения нашей планеты. Человечество строит промышленные предприятия, вырубает леса, истребляет животных, птиц, рыб, не задумываясь о последствиях своей деятельности.

Но сегодня примечательно и то, что почти сто лет назад, в числе функций государства выделяли в первую очередь экологическую и только потом финансовую, то есть проблема охраны окружающей среды была актуальна и в те далекие от нас годы. Получается, что люди, жившие в прошлые века, уже видели и понимали проблему защиты окружающей среды и показывали пути её решения.

Охрана природы в древности и средневековье осуществлялась в значительной мере в форме народной охраны.

Однажды, ученые мира составили особенный список растений и животных, который называли «Красная книга».

Красная книга – это книга, которая содержит сведения о редких и исчезающих растениях и животных. Почему она так называется? Дело в том, что во всем мире принято считать красный цвет сигналом тревоги, опасности. Если мы рассмотрим Красную книгу, то увидим, что у неё красная обложка. Внутри же страницы – разноцветные: черные, красные, желтые, зеленые, белые. Это сделано для того, чтобы было видно, в каком положении находится то или иное животное и растение.

Планета в опасности!

В настоящее время мы жители планеты Земля, осознаем, что наша жизнь протекает в экологически неблагоприятной окружающей среде. Но при этом часто обвиняем предприятия, выхлопные газы проезжающих мимо машин и многое другое. При этом меньше мы видим причину в себе, в недостатке нашей личной заинтересованности в решении этих важных проблем.

Природа – наше богатство: сберечь это богатство для последующих поколений – наша задача и долг.

Все мы – люди, звери, птицы, растения, микроорганизмы – живём на планете Земля. Это наш общий дом. За многие тысячи и даже миллионы лет все виды животных и растений приспособились, притёрлись друг к другу и окружающей

их природе. И в природе установилось равновесие. Равновесие это сохраняется до тех пор, пока не нарушаются экологические законы.

Люди долго не подозревали об этом. И безрассудно вырубали леса, осушали болота, распахивали степи, тем самым, нарушая законы природы. Изменения эти ведут к *экологическому кризису*.

Многое из того, что люди делают, наносит вред нашей планете, ставит под угрозу жизнь живых существ и растений.

Отходы, дым фабрик и автомобилей, нефть, разлитая в море с кораблей, - всё это виды загрязнения окружающей среды. Оно наносит вред животным и людям, а также местности, в которой они живут.

Таким образом, можно сделать вывод, Поскольку человек сам создаёт неблагоприятные для своей жизни условия, именно он сам должен позаботиться о своей экологической безопасности.

Как ты можешь помочь природе?

- всегда выбрасывать пустые жестяные банки, бутылки и макулатуру в урны.
- знать, что часто из использованных уже металла, стекла, пластмассы и бумаги делают новые вещи;
- беречь электроэнергию: пользуясь экономными электроприборами, выходя из комнаты, выключать свет;
- беречь воду: не загрязнять водоёмы, всегда закрывать кран с водой после использования;
- делать кормушки для птиц и располагать их в саду или возле своего дома;
- сажать деревья и кусты, которые дают птицам и другим живым существам пропитание и убежище, а людям кислород.

Именно человек должен делать все для того, чтобы не умолкала, не умирала природа. Он в ответе за будущее природы. И каждый должен привести в порядок окружающий его уголок, каждый должен уметь по-настоящему любить, понимать и охранять природу. Когда мы говорим о природе, мы говорим о своей Земле. И что бы каждый человек знал, что защита и охрана природы это в его силе.

## Всемирный день защиты бездомных животных

Каждое выброшенное на улицу животное – это чьё-то предательство. Надо помнить об этом и не давать в обиду тех, кто не может защититься сам.

Всемирный день защиты животных это день тех, за кого мы все в ответе.

Проблема бездомных животных является сложной и многогранной задачей. Тема бездомных животных очень актуальна в настоящее время. По дороге в школу мы очень часто видим таких животных.

### Из истории...

В XIX в. бродячих собак в крупных городах было мало. Основной силой, выступавшей против них, служил...дворник. Дворник, между прочим, приравнивался к младшему полицейскому чину. И ему вменялось в обязанности бороться с безнадзорными животными на подведомственной ему территории.

А ведь среди животных есть тоже герои.

**Собака-поводырь.** Это самая добродушная и преданная, понятливая и послушная собака-поводырь. Она помогает людям со слабым слухом и зрением, предупреждает их об опасности и сопровождает инвалидов в коляске.

**Собаки-пожарные.** Лев Николаевич Толстой написал рассказ о пожарной собаке по кличке Боб, которая вынесла из огня 12 маленьких детей.

**Собаки-таможенники** научились находить взрывчатку и даже оружие, которым могут воспользоваться бандиты, террористы; они находят наркотики. Самая знаменитая овчарка в Нидерландах — пес Лео. Собака в течение 9 лет упорно ловила преступников, везущих наркотики.

**Собаки-водолазы** – это спасатели утопающих. Они прекрасно ныряют, прыгают в воду с любой высоты, способны бережно достать на берег попавшего в беду. На помощь собаки приходят баз специальной команды, им достаточно услышать крик утопающего.

**Собака-донор.** Такая собака может стать донором для другой собаки, если той необходимо переливание крови.

**Собака-доктор.** Многие врачи предлагают людям иметь пса – это лучшее лекарство. «Кто имеет пса, тот здоров душой».

**Собаки-космонавты.** Белка и Стрелка были первыми космонавтами, которые совершили полет в космос.

Нет ничего более трогательного, чем преданность и любовь животных. Многие из них жертвуют своими жизнями, чтоб помочь нам, людям.

В наше время создаются питомники для бездомных животных. Но это очень трудное дело. Не хватает средств на лечение, на отлов, а часто не хватает денег просто на корм. Но находятся добрые люди, которые не могут пройти мимо чьей-

то беды. Они приносят корм, перечисляют денежные средства на счет приютов. Ведь это- спасенные жизни животных.

## **Заключение**

Жестокость порождает жестокость. Действительно, одной из важных причин увеличения численности бездомных животных является равнодушие людей, их безразличие. Бездомные животные - это вовсе не неразрешимая проблема. Бездомных животных можно спасти.

## **Веселые старты.**

### **Конкурс «Стройся!»**

Команды должны выстроиться в шеренгу в алфавитном порядке по фамилии. Как только они выполняют, кричат «Готовы!». Тренер проверяет. Затем команды должны выстроиться в шеренгу в алфавитном порядке по имени. Команды опять кричат «Готовы!». Тренер снова проверяет. После этого участники должны выстроиться в шеренгу по росту. Как только ребята выполняют задание, они опять кричат «Готовы!». Каждый раз, когда команда оказывалась первой, она зарабатывает 1 балл.

### **Конкурс капитанов**

Капитаны выходят на очерченный «ринг». Ребята держат за разные концы полотенце. Победителем окажется тот, кто сможет вытянуть своего противника за контуры «ринга». За победу команда получает 10 баллов.

### **Конкурс капитанов**

Капитаны должны правильно ответить на вопросы. Для каждого участника по 5 вопросов. За каждый правильный ответ — 2 балла.

- Сколько основных игроков в футбольной команде? (11 человек)
- Чем играют в бадминтон? (Ракетками и воланом)
- Что такое «пас»? (Передача от одного игрока другому)
- Сколько минут в футбольном тайме? (45 минут)
- Как по-другому называется настольный теннис? (Пинг- понг)
- Как называется короткая утренняя разминка? (Зарядка)
- Как в боксе называется явная победа? (Нокаут)
- Как называется спортивная площадка для тенниса? (Корт)
- За какую карточку удаляют с поля во время футбольного матча? (Красную)
- В каком виде спорта прославился Костя Дзю? (Бокс)

### **Конкурс «Парный»**

Двое участников команды зажимают спинами мяч и бегут так к противоположной стене, где лежит обруч. Один участник становится в обруч, а другой возвращается к команде, зажимает мяч с другим участником и снова бежит к обручу. Так вся команда должна оказаться в обруче. Все вместе возвращаются назад.

Команда, которая справится первой, получает 5 баллов.

**Конкурс “За продуктами”.** На противоположной стороне зала на тумбе лежат продукты (чай, соль, макароны, семечки, лимонад, лавровый лист, “Ролтон”, шпроты). Взяв хозяйственную сумку, участник отправляется “за продуктами”. Перепрыгнув через 2 барьера, добегают до тумбы, кладёт в сумку 1 продукт, возвращается обратно и передаёт сумку следующему игроку.

### **Конкурс «Передача мяча через голову»**

Команда становится в шеренгу. Первый участник передает второму на вытянутых руках баскетбольный мяч. Второй передает третьему и так далее. Когда последний игрок получает мяч, он встает перед первым участником и снова передает мяч назад. Выигрывает та команда, чей лидер, который в начале конкурса стоял впереди шеренги, окажется снова на своем месте. За победу в конкурсе команда получает 10 баллов.

### **Конкурс «Попади в кольцо»**

Команда выбирает одного участника, который будет «вратарем». Он стоит на расстоянии 5 метров от команды. Каждый участник должен бросить мяч, а «вратарь» поймать его. За каждое попадание команда получает 1 очко. Команды выступают по очереди.

### **Конкурс . Он называется "Не урони мяч".**

Два участника стоят лицом друг к другу, удерживают большой мяч одной рукой и бегут к определенной отметке, где меняют руки и возвращаются к своей команде.