

**Российская Федерация
Тюменская область
Ханты – Мансийский автономный округ-Югра
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
муниципального образования город Нягань
«Центр «Патриот»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО МО
г. Нягань «Центр «Патриот»
_____ Щедров Ю.И.
« ____ » _____ 2018 г.

**ПРОГРАММА
летнего палаточного спортивно-туристского лагеря
«Юный спасатель»**

Составитель:

Шубин Владимир Петрович
педагог дополнительного образования

г. Нягань
2018 г

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

№ п/п	Полное название программы	Палаточный спортивно-туристский лагерь «Юный спасатель»
1.	Составитель программы	Шубин Владимир Петрович, педагог дополнительного образования Щедров Юрий Иванович педагог дополнительного образования
2.	Руководитель программы	Шубин Владимир Петрович
3.	Территория	Россия, ХМАО-Югра, Муниципальное образование город Нягань, МАУ ДО «Центр «Патриот»
4.	Юридический адрес учреждения	628183 Тюменская область, Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, г. Нягань, ул. Южная, 50
5.	Телефон	Приемная: тел.факс 8(34672) 9-52-72 E-mail: patriot52062@yandex.ru
6.	Форма проведения	Палаточный спортивно-туристский лагерь с круглосуточным пребыванием детей
7.	Цель программы	Создание условий для тренировочного процесса, организация содержательного досуга детей и подростков
8.	Специализация программы	Туристско-спортивный
9.	Срок реализации	14 дней
10.	Место проведения	ХМАО-Югра, город Нягань, МАУ ДО «Центр «Патриот», лесной массив на второй поляне на левом берегу реки Нягань-Юган
11.	Официальный язык программы	Русский
12.	Общее количество участников	15 человек
13.	Возраст участников	12 –17 лет
14.	География участников	Подростки ОУ города Нягань
15.	Условия участия в программе	Обучающиеся МАУ ДО МО г. Нягань «Центр «Патриот» и учащиеся общеобразовательных школ города Нягани
16.	История осуществления программы	Ежегодный профильный лагерь Центра «Патриот» с 2004 года

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Лето - это плодотворная пора для отдыха от учебы, для общения со сверстниками, для накопления новых знаний и сил к следующему учебному году. Все мы обычно с нетерпением ждем лета! Лето - это тепло, белые ночи, возможность более комфортного пребывания на природе.

Потребность в организации палаточного спортивно-туристского лагеря «Юный спасатель» возникла в ходе подготовки к участию в соревнованиях всероссийского движения «Школа безопасности». Время пребывания в лагере можно использовать в качестве учебно-тренировочных сборов перед соревнованиями, проходящими в летний период.

Цели и задачи программы

Цель:

- создание условий для тренировочного процесса, организация содержательного досуга подростков.

Задачи:

- укрепление здоровья детей, наращивание и совершенствование их психологических и физических ресурсов;

- совершенствование компетенций, сформированных в результате образовательно-воспитательного процесса;

- совершенствование навыков основ безопасной жизнедеятельности, полученных в школе и на занятиях в Центре «Патриот»;

- организация малозатратного отдыха для детей по месту жительства, пропаганда и популяризация спортивного туризма;

- совершенствование и расширение тренировочного полигона на территории Центра «Патриот»;

- создание условий для развития туризма и расширение возможностей для активного отдыха.

Распорядок и режим дня организованы с учетом реализации специализированных блоков, позволяющих достичь цели и задач программы.

Основное содержание программы

Программа лагеря состоит следующих блоков, связанных между собой

Блок «Специальные тренировки»

Этот блок состоит из следующих разделов:

Поисково-спасательные работы в природной среде

Поисково-спасательные работы в условиях техногенных аварий,

Поисково-спасательные работы на акватории,

Пожарная комбинированная эстафета,

Общая и специальная физическая подготовка.

Блок «Конкурсная программа»

Участники учатся работать в следующей творческой специальной деятельности:

Конкурс «Вязания туристских узлов»

Конкурс «Патриотической песни»
Конкурс «Информационное обеспечение»
Конкурс «Представление команды»

Блок «Экскурсии»

Участники знакомятся с профессиональной деятельностью специальных служб:
Пожарной части,
Поисково-спасательного отряда «Центроспас Югория»,
Станции скорой медицинской помощи.

Блок «Досуговая программа»

В этом блоке участникам предоставляется возможность самовыражения через участие в творческих развлекательных программах, в подвижных играх, в спортивных играх: волейбол, футбол, бадминтон, шахматы, шашки.

Блок «Организация быта лагеря»

Данный блок помогает участникам лагеря формированию умений и навыков самообслуживания и самоуправления, соблюдение режима дня

Механизм реализации программы

Подготовительный период:

1. Создание, экспертиза, утверждение программы;
2. Подбор и подготовка кадров;
3. Подготовка и оформление нормативно-правовой документации;
4. Организация набора подростков в лагерь, анкетирование, собрание с родителями;
5. Подготовка объёмов работ;
6. Материально-техническое обеспечение;
7. Подготовка атрибутики, раздаточных, методических материалов, пособий для организации жизнедеятельности лагеря.

Основной период:

1. Организационный этап:
 - правила и нормы поведения в лагере;
 - техника безопасности;
 - формирование отрядов;
 - получение, подготовка снаряжения, инвентаря;
 - объяснение целей и задач, совместное обсуждение путей решения, планирование деятельности лагеря;
 - оборудование полигона для проведения мероприятий;
 - открытие лагеря.
2. Основной этап:
 - занятия по спортивному ориентированию, водному, пешеходному туризму, основам безопасной жизнедеятельности и поисково - спасательным работам в природной среде, на водоёмах и чрезвычайных техногенных ситуациях, регулярные занятия по общей и специальной физической подготовке, конкурсная специальная программа.
 - соревнования по закреплению полученных навыков;

- организация и проведение экскурсий с целью знакомства с профессиональной деятельностью специальных служб ;
- работа пресс-центра, «забора мнений», летописи лагеря.

3. Заключительный этап:

- подведение итогов деятельности лагеря,
- закрытие лагеря;
- приведение в порядок и сдача снаряжения и инвентаря;
- оформление отчета и создание презентации.
- публикация статьи на сайте Центра «Патриот» и в социальной сети

Распорядок дня палаточного спортивно-туристского лагеря

Время	Проводимое мероприятие	Регламент (в минутах)
08.00	Подъём	
08.00 - 08.15	Утренний туалет	15
08.15 - 08.45	Утренняя зарядка	30
08.45 - 09.00	Порядок в лагере	15
09.00 - 09.30	Завтрак	30
09.30 – 10.00	Подготовка к учебным занятиям	30
10.00 - 13.00	Первая тренировка	180
13.00 – 13.30	Обед	30
13.30 – 14.00	Отдых, личное время	30
14.00 – 15.30	Конкурсная программа, экскурсии	90
15.30 – 16.00	Полдник	30
16.00 – 18.00	Вторая тренировка	120
18.00 – 18.30	Ужин	30
18.30 – 21.30	Культурно – массовая программа	180
21.30 – 22.00	Костёр: обсуждение прожитого дня всем коллективом	30
21.30 – 22.00	Сонник (второй ужин)	30
22.30 – 23.00	Подготовка к отбою, личное время	30
23.00	Отбой	
23.00 - 08.00	Время для сна	540

**План
организационно-массовых мероприятий лагеря «Юный спасатель»**

№ п/п	Дата	День недели	Наименование мероприятия
1.	04.06.2018	Понедельник	Заезд. Обустройство лагеря. Вечерняя программа «Давай познакомимся»
2.	15.00 час. 05.06.2018	Вторник	Торжественное открытие лагерной смены Развлекательное мероприятие: «Представление отрядов»
3.	06.06.2018	Среда	Спартакиада «Книга рекордов лагеря»: «Комбинированное силовое упражнение»
4.	07.06.2018	Четверг	«День кузнечика» развлекательная программа.
5.	08.06.2018	Пятница	Родительский день
6.	09.06.2018	Суббота	Спартакиада «Книга рекордов лагеря»: «Конкурс узлов»
7.	10.06.2018	Воскресенье	Банный день
8.	11.06.2018	Понедельник	«Канцелярские потехи» конкурсная программа
9.	12.06.2018	Вторник	«Лидер смены» конкурсная – развлекательная программа.
10.	13.06.2018	Среда	Спартакиада «Книга рекордов лагеря»: «Лучший ориентировщик» Игра в пентьбол на базе отдыха «Карпоспат»
11.	14.06.2018	Четверг	«Шуточный беспредел» день веселых затей.
12.	15.06.2018	Пятница	Спартакиада «Книга рекордов лагеря»: «Самый быстрый » (кросс 1 км)
13.	16.06.2018	Суббота	«До свиданья - до новых встреч!» закрытие лагерной смены.
14.	17.06.2018	Воскресенье	День выезда.

Особенностью данной программы является организация и проведение мероприятий по усвоению компетенций участников всероссийского движения учащихся «Школа безопасности», полевых лагерей «Юный спасатель», комбинированного туризма в форме конкурсов и соревнований между мини-группами и в индивидуальном зачете, реализуемых в качестве плана организационно-массовой работы в лагере. Мероприятия дневного времени – это проверка усвоения основных спортивных видов: спортивное ориентирование, поисково-спасательные работы, элементы выживания, медицинская подготовка, кроссовая подготовка, комплексно-силовые упражнения, элементы пожарной комбинированной эстафеты. Мероприятия вечернего времени – это элементы конкурсной программы входящие в программу соревнований: организация быта в полевых условиях, конкурс представления команды, конкурс патриотической песни, краеведческие викторины, конкурс стенгазет, конкурс вязания туристских узлов. В вечерние досуговые развлекательные мероприятия включены подвижные игры, познавательные игры, спортивные игры: шахматы, шашки, бадминтон, игры с мячом. В предлагаемой программе планируется занятость детей в течение дня.

Штат лагеря

Начальник лагеря	1 человек
Воспитатель	5 человек
Медработник	1 человек
Всего	7 человек

Ожидаемые результаты

В первую очередь это организованный отдых подростков в летнее время, направленный на тех подростков, чьи родители не могут заплатить родительскую плату за оздоровительный лагерь.

Режим дня, регулярное полноценное питание, тренировочная деятельность, оздоровительные и спортивные мероприятия будут способствовать укреплению здоровья детей, совершенствованию и наращиванию физических и психологических ресурсов.

Участие в досуговых мероприятиях лагеря, походах направлено на совершенствование и привитие подросткам навыков гармоничного поведения в различных условиях социума и природной среды, обогащение их жизненного опыта, развитие индивидуальных способностей детей.

Деятельность в рамках блока «Организация быта лагеря» позволяет подросткам приобрести навыки и умения самообслуживания. Участвуя в организации и проведении мероприятий для своих сверстников и друзей,

подростки, на практике применяя знания, полученные на занятиях в Центре «Патриот», реализуют свой творческий потенциал.

Место расположения Центра «Патриот» уникально для тренировочного процесса. На пересеченной местности правой стороны реки Нягань-Юган и на созданном тренировочном и соревновательном полигоне позволяют проводить качественно тренировки разной степени сложности. Это позволяет хорошо подготовиться к соревнованиям окружного, межрегионального, всероссийского масштаба. А также проводить на данной территории соревнования различного уровня.

Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Количество единиц шт.	Примечания
1.	Палатка для обучающихся и педагогов	7	
2.	Палатки хозяйственные	5	
3.	Веревка основная (40 м)	10	
4.	Веревка основная (30 м)	6	
5.	Веревка вспомогательная (60 м)	2	
6.	Репшнуры (длина 2—3 м, диаметр 6—8 мм)	16	
7.	Система страховочная	16	
8.	Карабин туристский	64	
9.	Жумары	15	
10.	Тормозные устройства типа «восьмёрка»	15	
11.	Альпеншток	16	
12.	Компас жидкостный для ориентирования	16	
13.	Секундомер электронный	2	
14.	Аптечка медицинская в упаковке	1	
15.	Общевойсковой защитный комплект	15	
16.	Пила двуручная в чехле	2	
17.	Топор в чехле	4	
18.	Таганок костровой	2	
19.	Тросик костровой	2	
20.	Рукавицы костровые (брезентовые) пар.	4	
21.	Тент хозяйственный	4	
22.	Клеёнка кухонная	4	
23.	Посуда для приготовления пицци (ножи, терка, консервный нож и т. п.) комплект	2	
24.	Каны (котлы) туристские комплект	2	
25.	Ремонтный набор в упаковке комплект	2	
26.	Лопата саперная в чехле	2	
27.	Противогаз	15	
28.	Лента мерная 30 метров	2	
29.	Карандаши цветные комплект	2	
30.	Карандаши чертежные	15	

31.	Транспортир	2	
32.	Карты топографические учебные комплект	8	
33.	Условные знаки спортивных карт	15	
34.	Накидки от дождя	15	
35.	Мяч футбольный	2	
36.	Мяч волейбольный	2	
37.	Карты спортивного ориентирования комплект	15	
38.	Полотно для носилок	2	
39.	Тренажер СЛР	2	

**Программа
учебно-тренировочных занятий с 4 по 17 июня 2018 год**

№ п\п	Дата	Время	Программа	Примечание
1.	4.06. 2018.	До 12.00	Заезд участников, размещение, установка лагеря	
		10.00-13.00	Подготовка инвентаря, снаряжения	
		13.00-14.30	Обед	
		14.30-15.00	Отдых	
		16.00-18.00	Спортивное ориентирование	Контрольная дистанция
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Кроссовая подготовка	
2.	5.06. 2018.	9.30-10.00	Подготовка к занятиям	
		10.00-13.30	Занятия по виду «Поисково-спасательные в природной среде. Навесная переправа – снятие с навески пострадавшего»	Контрольный срез
		13.30-14.30	Обед	
		14.30-15.00	Отдых	
		15.00-16.00	Подготовка к занятиям	
		16.00-18.00	«Сдача нормативов по физподготовке и кросс»	Контрольный срез
		18.00-18.30	Ужин	
3.	6.06. 2018.	9.30-10.00	Подготовка к занятиям, выезд в поисково-спасательный отряд	
		10.00-13.30	Занятия по виду «поисково-спасательные работы техногенного характера»	
		13.00-14.00	Обед	
		14.00-15.00	Отдых	
		15.00-16.00	Подготовка к занятиям	
		16.00-17.30	Занятия по виду «Поисково-спасательные в природной среде. Подъем и спуск пострадавшего на несущем участнике»	Контрольный срез
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Занятия по физической подготовке и кросс	

4.	7.06. 2018.	9.30-10.00	Подготовка к занятию по виду «Поисково-спасательные в природной среде.	
		10.00 – 13.30	Занятия по виду «Поисково-спасательные в природной среде. Переправа по бревну и по навесной переправе с пострадавшим	
		13.00–13.30	Обед	
		14.00–15.00	Отдых	
		16.00-17.30	Занятия на дистанции «Акватория»	Контрольная дистанция
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Занятия по физической подготовке и кросс	
5.	8.06. 2018.	9.30-10.00	Подготовка к занятиям, выезд в поисково-спасательный отряд	
		10.00 –13.00	Занятия по виду «поисково-спасательные работы техногенного характера	
		13.00–14.30	Обед	
		14.00–15.00	Отдых	
		16.00–17.30	Старт на дистанции «Поисково-спасательные работы в природной среде».	Контрольная дистанция
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Занятия по физической подготовке и кросс	
6.	9.06. 2018.	9.30-10.00	Подготовка к занятиям	
		10.00-13.30	Занятия по пожарной эстафете	Контрольный срез
		13.00–14.30	Обед	
		14.30–15.00	Отдых	
		16.00-17.30	Специальная физическая подготовка, сдача нормативов по ОФП	Контрольный срез
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Конкурсная программа	
7.	10.06. 2018.	9.00-9.30	Подготовка к занятиям.	
		10.00-13.30	Занятия на полигоне дистанции – Полоса препятствий	Контрольный старт
		13.00–14.00	Обед	
		14.00–15.00	Отдых	
		16.00-17.30	Занятия на дистанции «Акватория»	Контрольный срез
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Конкурсная программа	
8.	11.06. 2018.	9.30-10.00	Подготовка к занятиям.	
		10.00-13.00	Занятия по пожарной эстафете	Контрольный срез
		13.00–14.00	Обед	
		14.30–15.00	Выезд в баню	
9.	12.06. 2018.	13.00–14.00	Обед	
		14.00–15.00	Отдых	
		16.00-17.30	Занятия по видам «Пожарная эстафета»	Контрольная дистанция
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Конкурсная программа	

10.	13.06. 2018.	9.00-9.30	Подготовка к занятиям	
		10.00-13.00	Контрольная дистанция ПСР в природной среде	Контрольный старт
		13.00-14.30	Обед	
		14.30-15.00	Отдых	
		15.00-18.00	Игра в пентьбол на базе отдыха «Карпоспат»	
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Конкурсная программа	
11.	14.06. 2018.	9.00-9.30	Подготовка к занятиям	
		10.00-13.00	Занятия по одеванию ОЗК и Л-1; Контрольная дистанция «Пожарной эстафеты»	Контрольный срез Контрольная дистанция
		13.00-14.30	Обед	
		14.30-15.00	Отдых	
		16.00-17.30	Занятия по доврачебной помощи	
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Конкурсная программа	Контрольное выступление
12.	15.06. 2018.	9.00-9.30	Подготовка к занятиям	
		10.00-13.00	Контрольная дистанция ПСР+акватория+ОЗК	Контрольный старт
		13.00-14.30	Обед	
		16.00-18.00	Занятия по виду «Поисково-спасательные в природной среде.	Контрольный срез
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Конкурсная программа	
13.	16.06. 2018.	9.00-9.30	Подготовка к занятиям	
		10.00-13.00	Контрольная дистанция «Полосы препятствий»	Контрольный старт
		13.00-14.30	Обед	
		16.00-18.00	Занятия по доврачебной помощи	
		18.00-18.30	Ужин	
		20.00-21.00	Конкурсная программа	Генеральная репетиция
14.	17.06. 2018.	9.00-9.30	Подготовка к занятиям	
		10.00-13.30	Контрольная проверка физической подготовки, кросс 1 км	
		13.00-14.30	Обед	
		14.30-18.00	Свёртывание лагеря	
			Вывоз снаряжения в спортзал Центра «Патриот»	
			Сушка снаряжения и подготовка к сдаче на склад	
		18.00-18.30	Ужин	
18.35	Отъезд домой			

Список источников литературы

1. Барканов С.В., Журавлев М.И., Савоськина В.И. Отдых и оздоровление детей и подростков: Сб. нормативных документов. – М.: Граф-пресс, 2002.
2. Куликов М.В, Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. – М.: ЦДЮТур, 1997.
3. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Лето, дети и туризм. - М.: ЦДЮТур, 1997.
4. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. – М.: ВЛАДОС, 2000.
5. Маслов Ю.С. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности».
6. Новые санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для учреждений дополнительного образования. – М.: ТЦ Сфера, 2013.
7. Отдых, оздоровление, занятость детей, подростков и молодежи Ханты-Мансийского автономного округа – Югры. Нормативные правовые и методические документы. – Ханты-Мансийск: 2010.
8. Сысоева М.Е. Организация летнего отдыха детей: Учебно-методическое пособие. -М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
9. Щедров Ю.И. Программа оздоровительного туристского лагеря для подростков с девиантным поведением «Путешествие в страну здоровья».- Нягань: МУ ДОД «Центр «Патриот», 2003.