

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 ГОРОДСКОГО
ОКРУГА ГОРОД ВОЛГОРЕЧЕНСК КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ»

ПРОГРАММА

работы

летнего лагеря дневного пребывания

«Радуга»

Автор программы:

Грачева Юлия Анатольевна

Июль 2023

Паспорт Программы

1	Составитель программы	Грачева Юлия Анатольевна
2	Название лагерной смены	«Радуга»
3	Тип лагеря	Лагерь с дневным пребыванием детей
4	Профиль лагеря	Оздоровительно-образовательный.
5	Тема лагеря	Гражданско-патриотическая
6	Возраст детей	6 - 12 лет
7	Кадровое обеспечение	Начальник лагеря, воспитатели, работник физической культуры, техслужащие, сотрудники пищеблока, медицинская сестра
8	Продолжительность смены	18 дней
9	Адрес, телефон	156901, Костромская область, город Волгореченск, ул. Парковая, дом 31.
10	Срок проведения смены	03.07.2023-26.07.2023
11	Количество детей Количество отрядов	40 2

Пояснительная записка

Детский оздоровительный лагерь – это прежде всего отдых ребёнка после напряжённого учебного года, общение со сверстниками, оздоровление, а также развитие и реализация творческих способностей.

Ежегодно для обучающихся МБОУ «СОШ №3» организуется летний оздоровительный лагерь дневного пребывания.

Программа направлена на укрепление здоровья, воспитание морально-волевых качеств, патриотизма и чувства коллективизма отдыхающих.

Содержание деятельности лагеря направлено на формирования личности гражданина и патриота России с присущими ему ценностями, взглядами, ориентациями, установками, мотивами деятельности и поведения. Данная программа предусматривает организацию летнего отдыха детей младшего и среднего школьного возраста в условиях школьного лагеря с дневным пребыванием.

С целью организации летнего отдыха детей на базе МБОУ «СОШ №3» организуется лагерь с дневным пребыванием детей. Программа «Радуга» является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

Программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.

Основная идея программы «Радуга» - представление возможностей для раскрытия творческих способностей ребенка, создание условий для самореализации потенциала детей и подростков в результате общественно полезной деятельности. Программа ориентирована на работу в разновозрастном детском коллективе.

Принципы организации педагогического процесса в рамках программы:

- принцип взаимодействия воспитателей и воспитанников;
- принцип коллективной деятельности;
- принцип самореализации ребенка в условиях детского лагеря;
- принцип самостоятельности.

Место проведения – МБОУ «СОШ №3»

Продолжительность смены – 18 календарный день

Общее число участников за смену – 40 человек.

Основной состав лагеря – это учащиеся школы в возрасте от 6 до 12 лет.

Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в разновозрастных отрядах по 20 человек.

Актуальность и значимость программы:

Детский возраст является наиболее оптимальным для системы гражданско-патриотического воспитания, так как это период самоутверждения, активного развития социальных интересов и жизненных идеалов.

Гражданско-патриотическое воспитание в современных условиях – это целенаправленный, нравственно обусловленный процесс подготовки подрастающего поколения к функционированию и взаимодействию в условиях демократического общества, к инициативному труду, участию в управлении социально ценными делами, к реализации прав и обязанностей, а также укрепления ответственности за свой политический, нравственный и правовой выбор, за максимальное развитие своих способностей в целях достижения жизненного успеха. Гражданско-патриотическое воспитание способствует становлению и развитию личности, обладающей качествами гражданина и патриота своей страны.

Основная деятельность лагеря дневного пребывания «Радуга» направлена на развитие личности ребенка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками.

Погружая ребенка в атмосферу лагеря, мы даем ему возможность открыть в себе положительные качества личности, ощутить значимость собственного «я»; осознать себя личностью, вызывающей положительную оценку в глазах других людей; повысить самооценку; выйти на новый уровень общения, где нет места агрессии и грубости.

Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни.

Цель программы: создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценный отдых детей, их оздоровление, нравственное и патриотическое воспитание, творческое развитие.

Задачи реализации программы:

Пропагандировать здоровый образ жизни. Укреплять здоровье, содействовать полноценному физическому и психическому развитию.

Приобщать ребят к творческим видам деятельности, развивать творческое мышление.

Формировать культурное поведение, санитарно-гигиеническую культуру.

Развивать потребности и способности ребёнка проявлять своё творчество.

Формировать у школьников навыки общения и толерантности.

Формировать положительное отношение родителей к работе органов школьного самоуправления и привлекать их к участию в этой деятельности.

Сделать отдых детей более занимательным, насыщенным, полезным для физического и духовного здоровья.

Участники Программы

Программа рассчитана на детей в возрасте от 6 до 12 лет. Программа составлена с учетом интересов и психолого-возрастных особенностей детей указанного возраста. Обязательным условием является вовлечение в лагерь детей из многодетных и малообеспеченных семей, из семей находящихся в социально-опасном положении, неполных семей, которые нуждаются в полноценном оздоровительном отдыхе и занятости.

Продолжительность программы

Программа является краткосрочной и реализуется в течение лагерной смены (03.07.23 - 26.07.23 г.)

Методы реализации программы:

методы оздоровления:

- витаминизация;
- закаливание;
- утренняя гимнастика;
- спортивные занятия и соревнования;
- беседы по гигиеническому воспитанию и профилактике травматизма;

методы воспитания:

- убеждение;
- поощрение;
- личный пример;
- вовлечение каждого в деятельность;
- самоуправление.

методы образования:

- словесные методы (объяснение, беседа, рассказ, диалог).
- экскурсий.
- игра (игры развивающие, познавательные, подвижные, сюжетно-ролевые, народные, игры на развитие внимания, памяти, воображения, настольные, деловые игры).
- проектно-конструкторские методы (разработка проектов, программ, сценариев праздников, моделирование ситуации, создание творческих работ).
- практическая работа (упражнения, тренинги, учебно-исследовательская деятельность, камеральная обработка собранных материалов).
- наблюдения (запись наблюдений).

Воспитательный процесс делится по следующим направлениям:

Духовно-нравственное

Знакомство с историей и культурой родного края, народным творчеством, этнокультурными традициями, фольклором, особенностями быта.

Участие в делах благотворительности, милосердия, заботе о животных, живых существах, природе.

- ежедневные литературные чтения;
- литературно-музыкальные композиции; ▪ фольклорные праздники; ▪ встречи с жителями посёлка (сбор информации о родном крае);

- экологическая тропа.

Оздоровительно - досуговое

Одной из основополагающих идей в работе с детьми в летнем лагере является сохранение и укрепление здоровья детей, поэтому в программу спортивно-оздоровительного лагеря включены следующие мероприятия:

- ♣ утренняя гимнастика;
- ♣ ежедневные закаливающие процедуры;
- ♣ принятие солнечных и воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере в светлое время суток);
- ♣ организация здорового питания;
- ♣ физический труд в рамках самообслуживания;
- ♣ организация спортивно-массовых мероприятий.

Общественно-полезная работа

С целью воспитания доброты и порядочности, как основных нравственных качеств, воспитание в детях любви к Родине, умения понимать и ценить природу, умения ценить и уважать труд, в программу введены следующие мероприятия:

- ♣ уборка территории лагеря;
- ♣ работа на пришкольном участке;
- ♣ уборка территории перед закрытием лагерной смены.

Спортивно – туристические мероприятия

- ♣ Спортивные игры.
- ♣ Веселые старты, эстафеты.
- ♣ Соревнования в преодолении препятствий.
- ♣ Экскурсии.

Культурно-массовые мероприятия

- праздники;
- дискотеки
- кино

Инструктажи

- Вводный инструктаж (начальник лагеря).
- Инструктаж по ПДД (воспитатели).
- Инструктаж по ТБ во время спортивных мероприятий
- Инструктаж по ТБ при организации игр на территории (воспитатели).
- Текущие инструктажи (воспитатели).

Работа с родителями

- Организация выставок рисунков и поделок.

вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно- творческих дел.

Игровой сюжет программы

Программа лагеря называется «РАДУГА».

Основная идея – включение как можно большего числа участников в проводимые дела, игры, конкурсы, состязания, соревнования. Следовательно, изменение позиции ребенка – от простого зрителя до участника и организатора игры. Поэтому «РАДУГА» представляет собой модель коллективных и индивидуальных творческих дел.

На время смены лагерь становится городом РАДУГА. Жителей этого городка зовут РАДУЖЦАМИ.

Лагерь становится городом, где будут действовать свои законы и заповеди, ориентированные на укрепление здоровья, закаливание и физическое развитие.

Слово «Город» означает форму организации, основанную на признании ценностей равенства, свободы, справедливости. Это своеобразное государство, где в своих правах и обязанностях равны как дети, так и взрослые.

В данной программе на первое место ставится игра, которая ведет к самовоспитанию, поскольку «игра – это не имитация жизни, это серьезная деятельность, которая позволяет ребенку самоутвердиться, самореализоваться». Являясь активным участником игры, ребенок, как правило, после окончания смены начинает использовать приобретенные игровые знания в школе, в классе, компании друзей с целью организации досуга. Поэтому в каждый этап реализации программы включены разнообразные типы игр, с целью развития тех или иных качеств, знаний, умений, навыков и способностей ребенка, а также всестороннего развития его личности. Правит этим городком «РАДУГА» Мэр. Дума принимает законы, которые должны содержать в себе:

Оптимальный двигательный режим;

Рациональное питание;

Закаливание;

Личная гигиена;

Положительные эмоции.

Законы утверждает общее собрание всех граждан города.

Игровое пространство лагеря превращается на 18 дней в город «РАДУГА». Жители городка (радужцы) весёлый и добрый народ. Они любят Радугу, которая после дождя выскакивает на чистый небесный простор и повисает дугой, сверкая своими цветами-лучиками. День радужцев зависит от цветов этих лучиков.

Красный– день посвящён безопасности жизни (мероприятия по ПДД, ППБ, воспитанники вспоминают правила поведения на воде, в лесу и т.п.)

Оранжевый - интеллектуальный день

жёлтый – день развлечений (развлекательно-познавательные игры, экскурсии)

зелёный – день природы (знакомство с разнообразной флорой и фауной родного края, КТД, экскурсии)

голубой - спортивный

синий – творческий (знакомство с творчеством народов, экскурсии, КТД)

фиолетовый – краеведческий (экскурсии по историческим местам района, просмотр презентаций, видеофильмов)

В конце каждого дня ребята отмечают свое настроение

Красный цвет – классный день!

Желтый – очень хороший день!

Зеленый – день как день.

голубой – скучный день.

Материально-технические условия:

Участок	Применение	Ответственные
1	2	3
Кабинеты	Кабинеты отрядов	Начальник лагеря, воспитатели, технический персонал
Школьный двор	Отрядные дела, игры, линейка, проведение общелагерных игр на воздухе	Воспитатели, начальник лагеря
Школьная столовая	Завтрак, обед	Работники пищеблока
Школьная библиотека	Литература для педагогов и детей лагеря	Работник библиотеки
Комнаты гигиены	Туалеты, раздевалки	Воспитатели, технический персонал

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходимо следующее обеспечение:

- фотоаппарат;
- компьютер;
- проектор;
- музыкальное оборудование;
- спортивно-игровой инвентарь;
- канцелярские товары;
- призовой фонд: грамоты, дипломы;
- методическая литература.

Научно-методическое обеспечение:

наличие необходимой документации, программы, плана;

проведение инструктивно-методических сборов с педагогами до начала и во время лагерной смены;

наличие книг, журналов с разработками различных мероприятий, конкурсов, викторин.

Ожидаемые результаты реализации Программы:

укрепление здоровья детей;

улучшение социально-педагогического климата летнего оздоровительного лагеря дневного пребывания;

способность к самореализации в пространстве российского государства, формирование активной жизненной позиции; знание и соблюдение норм правового государства

развитие у школьников интереса к изучению истории своей Родины;

осознание ответственности за судьбу страны, формирование гордости за сопричастность к деяниям предыдущих поколений;

воспитание у детей привычки к здоровому образу жизни;

укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов и национальностей;

формирование умений, навыков, приобретение жизненного опыта.

развитие интереса к родному краю, традициям, обычаям родного края

Дата	Мероприятия
	Линейка – открытие лагерной смены

<p>День 1 «Здравствуй, лагерь!»</p>	<p>Конкурсно-развлекательная программа, приуроченная к открытию лагерной смены «Радуга» «Каждой вещи - свое место» - беседа о правилах поведения в лагере Операция «Уют» - обустройство и оформление отряда Проведение инструктажа по ТБ и Правилам пожарной безопасности.</p> <p>Экологическая акция (уборка территории)</p>
<p>День 2 «Красный день»</p>	<p>Диагностика здоровья (вес и рост учащихся вначале смены). Беседа «Как ухаживать за зубами» Спортивный праздник «Не перевелись ещё богатыри на земле русской» Викторина «Мы за здоровый образ жизни» Акция против курения. «Злой волшебник табак» (рисунок на асфальте)</p>
<p>День 3 «День Знаний»</p>	<p>Викторина «Знатоки ПДД» А знаете ли вы государственный Гимн России? «Русь, Россия, Родина моя» - беседа Минута безопасности (о ПДД) Конкурс знатоков «Что? Где? Когда?»</p>
<p>День 4 «День Экскурсий»</p>	<p>Экскурсия по г. Волгореченск (Храм, Аллея Любви, городская библиотека) Игра «Три в одном» Подготовка к сдаче ГТО</p>
<p>День 5 «Оранжевый день»</p>	<p>Беседа «Зачем нужны музеи?» Экскурсия в школьный музей Шашечный турнир Игра «Безопасное колесо»</p>
<p>День 6 «День истории»</p>	<p>Экскурсия в прошлое История родного края Акция «Ветеран живет рядом» «Мои земляки — участники Великой войны»</p>
<p>День 7 «Желтый день»</p>	<p>Беседа «Вредные привычки нам вовсе не сестрички». Минута безопасности (тренировочная эвакуация из здания при ЧС) Развлекательно-игровая программа «Минута славы»</p>
<p>День 8 «День России»</p>	<p>День России «Русь, Россия, Родина моя» - беседа. Смотр строя и песни Конкурс «Лучший командир отряда» Футбольный матч между отрядами лагеря</p>
<p>День 9 «Зеленый день»</p>	<p>Праздничная программа «День именинника». Час общения «Наши взаимоотношения» «Сто затей для ста друзей» - конкурсно-игровая</p>

	<p>программа Кино</p>
<p>День 10 «День патриотов»</p>	<p>Минута безопасности (профилактика терактов) Военно-спортивная игра «Зарничка» Виртуальная экскурсия «Малая земля – священная земля» Сдача норм ГТО</p>
<p>День 11 «День будущих защитников Родины»</p>	<p>Минута безопасности (поведение на спортплощадке) Конкурс «К службе в армии готовься!» Ролевая игра «Учимся оказывать медицинскую помощь» Экскурсия в пожарную часть</p>
<p>День 12 «Голубой день»</p>	<p>Конкурс рисунков на асфальте « Пусть всегда будет солнце!» Фото-сессия «Как нам вместе хорошо». Игровая программа (детская библиотека)</p>
<p>День 13 «День ПДД»</p>	<p>Правила дорожного движения – должны знать все. Дорожная азбука в загадках. Игра « Волшебное колесо» (по правилам ДД) Минутка безопасности «Уважайте Светофор!»</p>
<p>День 14 «День чистоты»</p>	<p>Беседа «Гигиена – наш лучший друг!» Акция доброты «Уборка территории» Игровая программа «По стопам героев сказок» Сдача норм ГТО</p>
<p>День 15 «Синий день»</p>	<p>Беседа «Правила поведения на воде» Игровая программа «На дне морском» Конкурс рисунков на асфальте Кино</p>
<p>День 16 «День спорта»</p>	<p>Массовая зарядка «Зажигай!» Спортивно – развлекательная программа «Я люблю спорт!» Кино Игровая программа (детская библиотека)</p>
<p>День 17 «Фиолетовый день»</p>	<p>Беседа «Осторожно! ЖД переезд» Игра-шутка «Исполни желание соседа» Заключительный концерт «Ты меня не забывай!» Сдача норм ГТО</p>
<p>День 18 «Радуга»</p>	<p>Беседа «Чему мы научились». Презентация « Наш лагерь РАДУГА» Торжественное закрытие лагеря.</p>

**План мероприятий
по профилактике правонарушений и вредных привычек**

№	Мероприятия
1	Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни»
2	Беседа «Что такое хорошо и что такое плохо»
3	Акция против курения «Злой волшебник табак»
4	Круглый стол «Я и моя ответственность»

**План мероприятий
по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма**

№	Мероприятия
1	Выставка рисунков «У дорожных правил нет каникул»
2	Проведение минуток безопасности Причины дорожно-транспортных происшествий Безопасная дорога домой В городе знатоков ПДД Правила дорожные – правила надёжные Уважайте Светофор Чем опасна дорога для нас и мы для дороги Азбука твоей безопасности Будем осторожными на дороге! Главные правила велосипедиста Каникулы – безопасная территория
3	Конкурс рисунков на асфальте по ПДД «Дорога и я – верные друзья!» «Пешеходные фантазии»
4	Игровые программы «Веселый перекресток» «Волшебное колесо»
5	Познавательный турнир «Знатоки дорожных знаков»
6	Соревнование «Безопасное Колесо»

Дополнительное образование во время лагерной смены.

Занятия в кружках организуются ежедневно

Кружок по оригами

«Чудо из листка» - художественно-эстетическое направление.

Кружок по рисованию «Вдохновение» - художественно-эстетическое направление.

Кружок по шахматам

«Король и Королева» - интеллектуально-спортивное направление.

Режим дня.

8.30 - 8.50 Встреча детей **«Мы вам рады»;**

8.50 - 9.00 Линейка

9.00 - 9.10 Утренняя зарядка: **«Чтобы быть весь день в порядке, надо делать нам зарядку!»;**

9.10 - 9.30 Завтрак **«Нас столовая зовет, полезная каша и вкусный компот!»;**

9.30 - 10.00 Спортивно-оздоровительный час **«Лишь услышим зов игры, быстро на улицу выбежим мы, ждет нас здесь много забав интересных, соревнований, прогулок чудесных!»**

10.00-13.00 Экскурсии, походы, мероприятия в отрядах по направлениям лагеря.

13.00-13.30 Обед **«Время обеда настало, и вот отряд за отрядом к столовой идёт»**

13.30 -14.20 Художественно-творческая деятельность (конкурсы, творческие мероприятия, работа кружков) **«Вместе с отрядом сил не жалея, пой, танцуй, рисуй и клей!»**

14.20 -14.30 Операция «Уют» **«Надо в порядок все привести, в классе убрать и пол подмести!»**

14.30 Уход детей по домам **«До свидания! До новых встреч!».**

Законы и правила лагеря

«Радуга»

Закон хозяина

«Радуга» - наш дом, мы хозяева в нем. Чистота, порядок, уют и покой зависят, прежде всего, от нас.

Закон точности

Время дорого у нас, берегите каждый час. Каждое дело должно начинаться и заканчиваться вовремя.

Не заставляй ждать себя и не беспокой напрасно других.

Закон поднятых рук

Наверху увидел руки – в зале тишина, ни звука.

Каждый в ответе за то, что с ним происходит

Помни, что о тебе заботятся, хотят видеть в твоих поступках только хорошее. Сначала подумай, потом действуй. Не стесняйся спросить совета.

Верь в себя и свои силы

Найди занятие по душе. Продемонстрируй все свои таланты и способности.

Оценка эффективности программы проводится на основе диагностики продуктивной деятельности детей, настроения, состояния отношений в микрогруппах.

Диагностика

- вводная диагностика «Расскажи нам о себе»;
- ежедневная диагностика настроения;
- анкетирование в конце смены «Мое мнение»;
- итоговая диагностика «Согласен – не согласен».

В конце каждого дня ребята отмечают свое настроение.

Красный цвет – классный день!

Желтый – очень хороший день!

Зеленый – день как день.

голубой – скучный день.

ВХОДНАЯ ДИАГНОСТИКА (организационный период)

Анкетирование.

Имя, фамилия _____ Возраст _____

Бывал(а) ли ты в других лагерях, если да, то, что тебе в них понравилось, а что нет?

2. С каким настроением ты приехал(а) в лагерь

а) восторженное, активное

б) радостное, теплое

в) светлое, приятное

г) спокойное, ровное

д) грустное, печальное

е) тревожное, тоскливое

ж) состояние крайней неудовлетворенности

В каких мероприятиях лагеря ты хотел(а) бы участвовать?.

Какие у тебя интересы, увлечения, хобби?

Какие кружки ты хотел(а) бы посещать в лагере?

6. Что ты ждешь от лагеря? (отметить нужное, может быть несколько вариантов)

а) найти друзей

б) приобрести новые знания, умения

в) укрепить свое здоровье

г) лучше узнать и понять себя

д) просто отдохнуть, весело провести время

Схемы утренней зарядки в летнем оздоровительном лагере

Основные правила выполнения зарядки:

Утреннюю гимнастику лучше всего делать на улице (во дворе, парке, саду) или в хорошо проветренном помещении.

Самая удобная спортивная одежда для зарядки – трусы и майка или спортивный костюм по сезону при занятиях на свежем воздухе.

Включай в зарядку 8-9 упражнений и повторяй каждое упражнение 6-10 раз. Меньшее число повторений не принесет пользы.

Наклоны делай в правую и левую сторону, выпады и махи левой и правой ногой.

Не забывай о правильном дыхании. Дыши свободно, через нос(при разведении, подъеме, разгибании рук делай вдох, при наклонах и приседаниях – выдох).

Упражнения выполняй без предметов и с предметами.

Хорошо делать зарядку под бодрую, ритмичную, но негромкую музыку.

После зарядки полезно принять душ, облиться теплой водой или обтереться влажным полотенцем, а затем растереться сухим.

Подвижные игры

Голова дракона

Играющие цепляются друг за друга как паровозик. По команде ведущего голова дракона – первый человек – пытается поймать хвост – последнего человека. Тот в свою очередь должен увернуться. Когда последний пойман, он переходит в начало цепочки.

Удочка

Участники встают в круг. Ведущий встаёт в центр с «удочкой» - скакалкой или верёвкой, на конце которой привязан мешочек с песком. Ведущий крутит удочку по кругу, а участники должны подпрыгивать, стараясь её не задеть.

Золотые ворота (планеты)

Из участников образуются планеты (по 3-4 человека), которые, взявшись за руки, становятся в круг. Остальные образуют змейку, где каждый держится за талию другого. Под музыку (или участники-планеты все вместе говорят: «Золотые ворота пропускают не всегда. Первый раз прощается, второй раз запрещается, а на третий раз не пропустим вас! В это время опускаются руки планет) змейка пробегает под руками «планет». При остановке музыки «планеты» захватывают тех, кто не успел пробежать под руками. Т. о. Планеты растут и так до последнего участника – самого шустрого.

Цвета

Игроки становятся в круг. Ведущий командует; «Коснитесь жёлтого, раз, два, три!» Игроки как можно быстрее стараются взяться за вещь (предмет, одежду, часть тела) остальных участников в круге. Кто не успел – выбывает из игры. Ведущий снова повторяет команду, но уже с новым цветом. Побеждает оставшийся последним.

На обломках корабля

Игра для 4х и более участников любого возраста, проводится на улице – там, где есть предметы, на которых участники могут взобраться, чтобы не стоять на земле. Дети младшего возраста могут играть в помещении, прыгая на разбросанные по полу подушки или покрывала. Словом подойдёт любая территория с достаточным количеством «обломков корабля» - безопасных мест укрытия. Остальное пространство считается морем. Один из участников играет роль пирата, который преследует других. Их повсюду окружает море, и спастись можно только на обломках корабля. Осаленный игрок, у которого хотя бы одна нога осталась в море, сам становится пиратом. Пирату не разрешено долго бегать за одним игроком, т. к. никто не должен долго оставаться на

месте. На безопасных участках можно находиться не дольше 10 сек. Два игрока не могут одновременно занимать одно и тоже место. Победитель не определяется – игра продолжается до тех пор пока участники не устанут.

Три жизни

Каждому участнику даётся три «жизни». Мяч лежит на земле, а игроки стоят на площадке в произвольных местах. Ближайший к мячу игрок берёт его и бросает, пытаясь попасть им в другого игрока. Тот, в кого попадает мяч, теряет одну «жизнь». Но игра продолжается, и участник, который подобрал мяч, целиться в другого игрока. Пока мяч находится в воздухе, можно двигаться. Как только кто-то ловит мяч, все застывают на месте, пока мяч не попадёт в одного из игроков или не пролетит мимо. Участники, которые теряют все три «жизни», выбывают из игры. Победитель – оставшийся последним участник.

Стульчик из рук

Две команды. Старт, финиш и дистанция. Формируются команды по три человека. Два члена команды скрещивают руки, образуя стульчик, а третий садится на него. Игрока несут к финишной линии и обратно, стараясь сделать это как можно быстрее. Затем игроки меняются – и так до тех пор, пока каждый член команды не посидит на стульчике. Можно проводить игру в мелком бассейне, в глубоком – тащить члена команды, плывя по воде. Победитель – команда, которая первой перенесёт всех своих игроков на стульчике.

Коснись тени

Игра для любого количества участников. Поводится на открытом воздухе при солнечной погоде. В основе лежит игра в пятнашки, но в данном случае цель водящего – осалить не самого игрока, а его тень, рукой или ногой. Осаленный игрок становится водящим. Единственный способ спасения – спрятаться в тень. В противном случае игрок должен постоянно находиться в движении. Пока два игрока бегают, остальные остаются на месте

Берег-река

Чертится линия, которая делит поле на две части: берег и реку. Водящий наугад называет «берег» или «река». Игроки в это время должны прыгать или на берег, или в реку. Если по команде «река» игрок и так стоит в «реке», то он просто подпрыгивает на месте.

Разведчики и часовой

Выбирается часовой. Вокруг него расставляются флажки (5-7 штук) на расстоянии 15-25 шагов. Все остальные – разведчики. Они удаляются на такое расстояние, чтобы часовой их не видел. Задача разведчиков – выкрасть флаг. Часовой может передвигаться

только по периметру, ограниченному флажками. Если часовой, заметив разведчика, назовёт его по имени, разведчик выбывает из игры. Если часовой увидел разведчика, убегающего с флагом, и успел назвать его по имени, флаг возвращается на место, а разведчик снова прячется. Игра заканчивается либо когда останется 1 флаг, либо если 1 разведчик.

(Разведчики могут не выбывать из игры, а попадать в плен, т.е. вставать в ограниченное пространство часового. При этом его могут освободить другие разведчики, дотронувшись до него. Если часовой не успеет назвать имя освободителя, пленённый свободен. При таком варианте игра может длиться бесконечно долго).

Освобождение

Играющие делятся на две команды: охрана и шпионы. Чертится круг, по периметру которого становится охрана с завязанными глазами. В центре – заложник. Его должны освободить шпионы, незаметно проникнув между охраной и вывести его из круга. Охрана стоит примерно на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Если до шпиона дотронется охрана, он становится ещё одним заложником. По прошествии определённого промежутка времени охрана и шпионы меняются местами.

Поезда

Играют 7 и более человек. Инвентарь: свисток.

Каждый игрок строит себе депо: очерчивает небольшой круг. В середине площадки стоит водящий -паровоз. У него нет своего депо. Водящий идёт от одного вагона к другому. К кому он подходит, тот следует за ним. Так собираются все вагоны. Паровоз неожиданно свистит, и все бегут к депо, паровоз тоже. Игрок, оставшийся без места, становится водящим - паровозом.

Игровая.

Дети встают в круг, берутся за руки. В центре находится ведущий. Играющие ходят по кругу и говорят нараспев слова:

У дядюшки Трифона
Было семеро детей,
Семеро сыновей:
Они не пили, не ели,
Друг на друга смотрели.
Разом делали, как я!

При последних словах все начинают повторять его жесты. Тот, кто повторил движения лучше всех, становится ведущим. Правила игры. При повторении игры дети, стоящие в кругу, идут в противоположную сторону.

Мороз-Красный нос

На противоположных сторонах площадки обозначают два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки встает водящий — Мороз-Красный нос. Он говорит:

Я Мороз-Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься? .

Играющие отвечают:

Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз.

После этого дети перебегают через площадку в другой дом. Мороз догоняет их и старается заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят до окончания перебежки. После нескольких перебежек выбирают другого водящего.

Погоня

Разбившись на две команды, игроки образуют два круга. Каждый игрок, стоящий во внутреннем круге, запоминает стоящего впереди его игрока противоположной команды. Затем по сигналу ведущего игроки, стоящие в кругах, начинают двигаться приставными шагами в разные стороны. По второму сигналу игроки внешнего круга разбегаются, а игроки внутреннего круга их преследуют. Преследовать надо только того игрока который стоял напротив. Ведущий считает до тридцати, потом говорит: "Стой!" - и подсчитывает осаленных. Затем команды меняются ролями.

Туннель

Играющие делятся на две команды и строятся в колонны по два, взявшись за руки, одна колонна параллельно другой. По сигналу ведущего дети, стоящие в колоннах последними, бегут вперед под поднятыми руками играющих и встают впереди своей колонны, подняв руки вверх. Последнее является сигналом для оказавшихся задними, и они выполняют то же, что и предыдущая пара. Выигрывает команда, игроки которой первыми закончат пробежку.

Невод

Двое или трое играющих берутся за руки, образуя "невод". Их задача - поймать как можно больше "плавающих рыб". Если "рыбку" поймали, то она присоединяется к водящим и становится частью "невода".

Лабиринт

Дети встают в несколько шеренг. 2 водящих (заяц, волк). Дети стоят на расстоянии вытянутой руки (боковые не поднимают руки) Заяц бегаёт по лабиринту не пробегая под руками. По команде воспитателя "направо" дети поворачиваются и заяц уже бегаёт по другому лабиринту. Волк догоняет зайца, если догонит - меняются.

Мячик в руке

Игроки выстраиваются в шеренгу. Вытянутые руки с раскрытыми ладонями держат за спиной. Один из игроков стоит за их спинами. У него в руке мячик или камешек. Идя вдоль шеренги, он делает вид, будто хочет опустить шарик в чью-нибудь ладонь. Игроки не должны оглядываться. Наконец он опускает шарик в чью-то руку. Игрок, получивший шарик, неожиданно вырывается из шеренги. Соседи справа и слева должны схватить его (или осалить) прежде, чем он двинется с места. Но при этом они не имеют права сходить с линии. Если им не удастся его схватить, он может вернуться на место, и игра продолжается. Если его схватят, он меняется местами с ведущим.

Список использованной литературы

1. Ковалько В.И. «В помощь школьному учителю. Поурочные разработки по физкультуре», 2005 г.
2. Садовнича З.Ф. «Содержание, организация и методика работы в ГПД», 1988 г.
3. Шевердина Н.А. «Оздоровительная работа в начальной школе», 2008 г.