

Министерство социальной политики Нижегородской области

**Государственное учреждение «Комплексный центр
социального обслуживания населения Канавинского района
г. Нижнего Новгорода»**

**Программа
Профильной смены
Детского оздоровительного лагеря
«ДОМ ДРУЗЕЙ»**



**г. Нижний Новгород
2011 год**

ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ПРОГРАММЫ

Будущее любой страны, в том числе и России, во многом определяется демографической обстановкой в ней и, прежде всего, состоянием психического и физического здоровья наиболее динамичной части членов общества - детей.

Поддержание же хотя бы достаточного (не говоря уже о высоком) уровня их здоровья невозможно без грамотной социально-экономической политики государства, создания нравственного климата в обществе и эффективного здравоохранения.

К сожалению, следует констатировать, что сегодня в нашей стране ничего из перечисленного нет: факты свидетельствуют о том, что мы имеем самую большую среди стран детскую смертность, (например: в Японии - 4%, в США - 7%, а в России - 12%), высокий, не имеющий тенденции к снижению процент инвалидов детства, рост детского алкоголизма, наркомании и суицида. Не секрет, что именно на протяжении последних десятилетий здоровье детей катастрофически падает.

Здоровье - это богатство, а богатство не приходит само по себе. За него нужно бороться, его надо добывать и заботиться о его сохранении.

Вся деятельность данной программы делится на три основных блока тесно взаимосвязанных между собой и направленные на привитие навыков здорового образа жизни, профилактики потребления ПАВ, алкоголизма, табакокурения, наркомании, социально обусловленных заболеваний.



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель: Привитие навыков здорового образа жизни, профилактика потребления ПАВ, алкоголизма, табакокурения, насилия, наркомании, социально обусловленных заболеваний детям и подросткам, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Задачи:

1. Развитие у подростков первоначальной физической подготовки.
2. Привитие навыков здорового образа жизни.
3. Укрепление здоровья, закаливание организма детей.
4. Профилактика потребления ПАВ, алкоголизма, табакокурения, насилия, наркомании.
5. Формирование навыков общения в коллективе, развитие умения быть толерантными к людям других национальностей.
6. Развитие у детей творческих способностей, стремление активно участвовать в работе лагеря.
7. Воспитание законопослушного гражданина.
8. Воспитание любознательности и развитие кругозора.
9. Духовное воспитание подрастающего поколения.
10. Воспитание у подростков чувство ответственности за свою жизнь и жизнь своих близких.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Блок 1. В здоровом теле - здоровый дух.

В ряде исследований установлено, что у подростков, которые систематически занимаются физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определенный стереотип режима дня, повышается уверенность поведения, высокий жизненный тонус. Они в большей мере коммуникабельны, выражают готовность к сотрудничеству, радуются социальному признанию, меньше боятся критики. У них наблюдается более высокая эмоциональная устойчивость, выдержка, им в большей степени свойствен оптимизм, энергия, среди них больше настойчивых, решительных людей, умеющих повести за собой коллектив. У этих подростков в большей степени присущи чувства долга, добросовестность, собранность. Они успешно и свободнее вступают в контакты, более находчивы, среди них чаще встречаются лидеры, им легче удается самоконтроль.

В данном блоке дети ознакомятся с различными видами спорта, встретятся с заслуженными спортсменами, тренерами, посетят конноспортивную школу, бассейн, примут участие в спортивных играх, состязаниях.



Блок 2. Спорт – вместо наркотиков.

Дети и подростки склонны игнорировать и недооценивать долговременные последствия своего поведения. Их способность оценить опасность, которые несут наркотики, потребление ПАВ, алкоголизм, табакокурения, понять, что такое наркотическая зависимость как легко она появляется и насколько трудно с ней бороться, просто недостаточно развита.

В рамках этой программы проводятся мероприятия по профилактике наркомании, алкоголизма, потребления ПАВ, табакокурения у подростков с целью пропаганды здорового образа жизни. Будут оформлены стенды наглядности, проведены лекции, марафоны, организованы игры, викторины как отказаться от вредных привычек.



Блок 3. Окно в мир.

Основными проблемами в воспитании санитарно-гигиенической культуры у детей подросткового возраста в настоящее время являются медицинские и социальные проблемы, а так же существующие социальные условия. Несоблюдение элементарных правил личной гигиены может привести подростков к ряду социально обусловленных заболеваний.

В данном блоке предусматривается ознакомление подростков с мероприятиями по оказанию первой медицинской помощи при травмах, с личной гигиеной, правилами поведения на воде, во время игр в спортзале, на дорогах, лекции о значении закаливания как профилактики простудных заболеваний и направлений детской йоги.

Основные мероприятия будут проходить в виде лекций врачей, в виде игр, викторин и конкурсов рисунков.



ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

ДЕНЬ 1

1. Торжественная линейка;
2. «Давайте будем знать друг друга»(мероприятия, направленные на знакомство и взаимодействие в коллективе, ознакомление с программой лагеря);
3. Инструктажи по правилам поведения в лагере;
4. Прохождение медосмотра;
5. Игра «Расскажи мне о себе»;
6. Минутка здоровья;
7. Экскурсия в Нижегородский планетарий.

ДЕНЬ 2

1. Минутка здоровья (зарядка);
2. Беседа «Для чего нужна зарядка»;
3. Посещение бассейна. Спортивная игра «Сильный, ловкий, быстрый»;
4. Игры на свежем воздухе;
5. Работа по группам:
 - час психолога
 - массаж
 - лепка, аппликация, рисование.

ДЕНЬ 3

1. Минутка здоровья (зарядка)
2. Посещение зоопарка «Лимпопо»
3. Работа по группам:
 - час психолога
 - массаж
 - лепка, аппликация, рисование;
4. спортивная игра мини-футбол под руководством тренера;
5. Конкурс рисунков «Любимая спортивная игра».

ДЕНЬ 4.

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *«Встреча со звездой» (беседа о спортивных достижениях нашего земляка);*
3. *Спортивно-туристическая эстафета в парке культуры и отдыха «Им. 1 Мая»;*
4. *Работа по группам:*
 - *час психолога*
 - *массаж*
 - *лепка, аппликация, рисование;*
5. *Викторина «Знаешь ли ты разные виды спорта?»*
6. *Беседа «Спорт в жизни человека».*

ДЕНЬ 5.

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Экскурсия на стадион «Локомотив»;*
3. *Изо час «А как я укрепляю своё здоровье?»;*
4. *Посещение кинотеатра «Канавинский». Обсуждение фильма;*
5. *Работа по группам:*
 - *час психолога*
 - *массаж*
 - *лепка, аппликация, рисование;*
6. *соревнования «Веселые старты» с участием родителей.*

ДЕНЬ 6.

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Час мечтаний «Если бы я стал волшебником...»;*
3. *Посещение Краеведческого музея;*
4. *Работа по группам:*
 - *час психолога*
 - *массаж*
 - *лепка, аппликация, рисование;*
5. *Игры на свежем воздухе;*
6. *Проведение конкурса стихов и рассказов о спорте.*

ДЕНЬ 7.

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Беседа «В здоровом теле – здоровый дух»;*

3. *Посещение Галереи «Им. А.Н. Юркова»;*
4. *Конкурс «Мы вместе»;*
5. *Работа по группам:*
 - *час психолога*
 - *массаж*
 - *лепка, аппликация, рисование;*

ДЕНЬ 8

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Час ИЗО «Антиреклама»;*
3. *Работа по группам:*
 - *час психолога;*
 - *массаж;*
 - *лепка, аппликация, рисование.*
4. *Экскурсия в библиотеку «Путевка в жизнь»;*
5. *Посещение бассейна.*

ДЕНЬ 9

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Беседа «Милицейская хроника района»;*
3. *Викторина «Как отказаться от вредных привычек»;*
4. *Работа по группам:*
 - *час психолога;*
 - *массаж;*
 - *лепка, аппликация, рисование.*
5. *Посещение музея «Русский век».*

ДЕНЬ 10

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Беседа «Узнал сам – расскажи другому»;*
3. *Работа по группам:*
 - *час психолога;*
 - *массаж;*
 - *лепка, аппликация, рисование.*
4. *Марафон «Скажем наркотикам НЕТ!»;*
5. *Посещение кукольного театра.*

ДЕНЬ 11

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Игры на свежем воздухе;*
3. *Работа по группам:*

- час психолога;
 - массаж;
 - лепка, аппликация, рисование.
4. Беседа врача об укреплении здоровья;
 5. Экскурсия в конноспортивную школу.

ДЕНЬ 12

1. Минутка здоровья (зарядка);
2. Спортивная эстафета «Территория здоровья»;
3. Работа по группам:
 - час психолога;
 - массаж;
 - лепка, аппликация, рисование.
4. Конкурс рисунков на асфальте «Мир – глазами ребенка»;
5. Посещение театра «Вера».

ДЕНЬ 13

1. Минутка здоровья (зарядка);
2. Беседа врача «Оказание первой медицинской помощи при травмах»;
3. Работа по группам:
 - час психолога;
 - массаж;
 - лепка, аппликация, рисование.
4. Игры на свежем воздухе;
5. Прогулка в парк «Им. 1 Мая»;
6. Лекция врача «Психология человека».

ДЕНЬ 14

1. Минутка здоровья (зарядка);
2. Беседа «Ознакомление подростков с личной гигиеной»;
3. Работа по группам:
 - час психолога;
 - массаж;
 - лепка, аппликация, рисование.
4. Час ИЗО «Каким ты себя видишь в будущем»;
5. Посещение Нижегородского цирка;
6. Беседа «Клещ – это опасно!».

ДЕНЬ 15

1. Минутка здоровья (зарядка);
2. Лекция врача о нетрадиционной медицине;
3. Работа по группам:

- час психолога;
 - массаж;
 - лепка, аппликация, рисование.
4. *Посещение бассейна;*
 5. *Викторина «Что? Где? Когда?»;*
 6. *Лекция врача «О физиологии человека».*

ДЕНЬ 16

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Беседа «Правила поведения на дорогах»;*
3. *Работа по группам:*
 - час психолога;
 - массаж;
 - лепка, аппликация, рисование.
4. *Экскурсия в библиотеку;*
5. *Игра «Физкультуру не любить – под собою суку рубить»;*
6. *Беседа «Лекарство у нас под ногами».*

ДЕНЬ 17

1. *Минутка здоровья (зарядка);*
2. *Беседа «Правила поведения у воды, в воде»;*
3. *Работа по группам:*
 - час психолога;
 - массаж;
 - лепка, аппликация, рисование.
4. *Прогулка по реке;*
5. *Конкурс рисунков «Самый красивый корабль».*

ДЕНЬ 18

1. *Подведение итогов работы лагеря;*
2. *Детский концерт;*
3. *Награждение детей по номинациям.*