Отдел образования муниципального района Сосновоборский район Пензенской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение основная
общеобразовательная школа рабочего поселка Сосновоборск
Сосновоборского района Пензенской области



Утверждено:
Директор школы
_____ Л.А. Абузярова

Программа летнего оздоровления обучающихся
МБОУ ООШ р.п. Сосновоборск
«Здоровейка»
Возраст обучающихся: 10-14 лет
Срок реализации: летний период

Автор-составитель:
Пивоваров Дмитрий Витальевич,
заместитель директора по воспитательной работе

р. п. Сосновоборск, 2026 г.

Введение

Летние отдых – это самый лучший и интересный период, когда дети могут «сделать свою жизнь» полной интересных знакомств, полезных увлечений и занятий, могут научиться петь, танцевать, играть, с пользой провести свободное время, то есть развивать свои творческие способности.

Организация летнего отдыха - один из важных аспектов образовательной деятельности, где гармонично должны сочетаться духовно-нравственные, рационально-познавательные начала, экологическое и патриотическое воспитание.

Каникулы – важный период в жизни ребенка. Для педагогов это время связано с особой ответственностью. Им необходимо решить непростой вопрос: как, с помощью каких форм и методов, организовать каникулярное время так, чтобы дети хорошо отдохнули, поправили здоровье, набрались сил, пополнили свои знания, научились чему-то новому, приобрели новых друзей и при этом находились под ненавязчивым, осторожным контролем взрослых. Важно и также, чтобы выбранные формы и методы занятости и отдыха детей были реалистичны с точки зрения имеющихся средств и сил (материальных, финансовых, творческих и т.д.). Исходя из этих требований, учитывая традиции и возможности школы, уровень подготовки педагогического коллектива, желания и интересы детей и родителей, была разработана программа «Здоровейка» в соответствии с нормативно- правовыми документами, в основе которых лежит **здоровый образ жизни**, так как среди множества проблем нашего общества проблема детского здоровья вызывает особую тревогу.

За годы обучения в школе возрастает число нарушений зрения, осанки заболеваний органов пищеварения, расстройства в деятельности центральной нервной системы детей с соответствующим ухудшением восприятия учебного материала.

Причины, вследствие которых наблюдается такая заболеваемость детей:

- интенсификация учебного процесса (например, учебная нагрузка возросла на 2-5 часов в неделю, учебный день школьника увеличился до 13-14 часов);
- недостаточная осведомлённость родителей в вопросах сбережения здоровья детей, включая вопросы полноценного питания;
- низкая двигательная активность школьников;
- непопулярность здоровьесберегающих стереотипов поведения;

Планируя работу по организации свободного времени учащихся, педагогический коллектив МБОУ ООШ р.п.Сосновоборск исходит из того, что дети должны получить возможность широкого общения и сотрудничества в детском коллективе, восстановить израсходованные во время учебного процесса силы и укрепить здоровье, развить индивидуальные способности, свой творческий потенциал, а также трудовые навыки в ходе посильной трудовой деятельности..

Психологи утверждают, что практически все дети обладают творческим потенциалом, который эффективно развивается при систематических занятиях. И в дальнейшем, приобретенные в течение летнего отдыха творческие способности, навыки и умения дети эффективно перенесут на учебные предметы в школе, в повседневную жизнь, достигая значительно больших успехов, чем их менее творчески развитые сверстники.

Программа «Здоровейка» предполагает создание и поддержание новых условий для проведения целенаправленных культурно-досуговых, спортивных, познавательных, здоровьесберегающих мероприятий во время летнего отдыха детей и подростков, их физического развития, охраны и укрепления здоровья, формирование ценностей здорового образа жизни, направленных на выработку стойких положительных жизненных ориентиров, смены психологического состояния, расширение кругозора, выработке необходимых социальных умений и навыков, сохранения и укрепления здоровья детей.

Цель: создание благоприятных условий для жизнедеятельности в летний период для укрепления здоровья и организации досуга учащихся, для их роста, самоутверждения, развитие трудовых навыков.

Задачи:

- Проведение работы с детьми, сочетающее развитие и воспитание ребят с оздоровительным отдыхом.
- Привитие навыков здорового образа жизни.

- Максимальное использование природных здоровьесберегающих факторов: чистый воздух, спортивные игры.
- Просвещение учащихся по вопросам собственной безопасности.
- Укрепление здоровья, содействие полноценному физическому и психическому развитию.
- Самореализация личных возможностей детей и подростков через различные виды социально-педагогической и трудовой деятельности.
- Максимальный охват всех категорий учащихся, проявление особого внимания занятости детей, требующих особого педагогического внимания, детей из малообеспеченных семей, многодетных семей, опекаемых детей.
- Содействие процессам самопознания, самореализации личности ребенка.

Программа основана на следующих принципах:

1. ***Принцип гуманизации отношений*** – построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к ребёнку, родителям, сотрудникам школы необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.
2. ***Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям учащихся и типу ведущей деятельности*** – результатом деятельности воспитательного характера работы является сотрудничество ребёнка и взрослого, которое позволяет ребенку почувствовать себя творческой личностью.
3. ***Принцип демократичности*** – участие всех детей и подростков в программе развития творческих способностей.
4. ***Принцип дифференциации воспитания*** – дифференциация в рамках летнего оздоровительного отдыха предполагает:
   - Отбор содержания, форм и методов воспитания в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями детей;
   - Создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках дня;
   - Взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;
   - Активное участие детей во всех видах деятельности.
5. ***Принцип творческой индивидуальности*** – творческая индивидуальность – это характеристика личности, которая в самой полной мере реализует, развивает свой творческий потенциал.

Основные направления деятельности:

- *«Оздоровительное»* - включает мероприятия по организации профилактического и оздоровительного режима работы школы, реабилитации здоровья детей.

- *«Социально-профилактическое»* - улучшение здоровья детей из малообеспеченных семей, неблагополучных семей, путем представления бесплатных путевок различные учреждения, профилактика безнадзорности и правонарушений среди детей и подростков через привлечение детей, требующих особого педагогического внимания к участию в работе объединений по интересам, трудовых бригадах.
- *«Интеллектуально-нравственное»* - формирование социально активной, духовно богатой личности, умеющей правильно и адекватно вести себя в обществе, через создание системы образовательно-культурных и культурно-досуговых мероприятий...
- *«Художественно-эстетическое»* воспитание эстетического отношения к жизни, труду, общественной деятельности, личному поведению, искусству.
- *«Спортивное»* - сохранение и развитие психофизиологического здоровья детей.
- *«Трудовое »* - воспитание культуры труда, самообслуживания, навыков организованного труда.

Срок реализации программы:

Середина мая - конец августа текущего года.

Механизм реализации программы:

К участию в реализации Программы привлекается педагогический коллектив школы.
Исполнение Программы осуществляется на основе приказа директора школы.

Подготовительный этап

-Разработка и принятие нормативно-правовых актов, направленных на реализацию летней оздоровительной кампании (изучение нормативно-правовых документов всех уровней).
- Формирование педагогических кадров.
- Подготовка к летнему отдыху помещений, инвентаря.
- Проведение родительских собраний, педсовета на тему: «Летний отдых детей».
- Работа по сбору заявлений в летний пришкольный лагерь.
- Составления графика работы на пришкольном участке.
- Прогнозирование комплекса мероприятий по организации отдыха, оздоровления и занятости школьников.

Основной этап - практический (июнь, июль, август)

- Реализация комплекса мероприятий по организации отдыха, оздоровления и занятости детей.

Итоговый этап – аналитический (сентябрь)

Выработка перспектив деятельности организации;
- Анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесёнными по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем.
-Обобщение и оценка результатов летнего оздоровления детей, подведение итогов.

Ожидаемые результаты реализации:

- Создание благоприятных условий для оздоровления и организации досуга учащихся школы;
- Увеличение к концу реализации Программы числа детей, охваченных организованным отдыхом;

Улучшение социально-психологического климата в школе;
- Формирование здорового образа жизни несовершеннолетних;
- Совершенствование материально-технической базы;
- Снижение темпа роста негативных социальных явлений в детской и подростковой среде.

№	Мероприятия программы по направлениям	Исполнители	Сроки исполнения
1	Составление плана-прогноза по организации летнего отдыха и оздоровления учащихся школы.	Заместитель директора по ВР	Апрель-май
2	Создание сферы досуга для учащихся школы в летний период на базе школы.	Администрация школы	Май-июнь
3	Вовлечение подростков в социально-полезную деятельность.	Заместитель директора по ВР Советник директора по воспитанию	Май-август
4	Оздоровление учащихся в рамках программы	Администрация школы совместно с отделом образования	Июнь-август
5	Приоритетное развитие массового участия детей: -в спортивных мероприятиях; -в экологическом движении.	Администрация школы	Май-август

6	Создание методической копилки для накопления и обобщения опыта организации летнего отдыха учащихся школы.	Заместитель директора по ВР	В течение года
7	Подготовка методических рекомендаций по организации летнего отдыха.	Заместитель директора по ВР	Май
8	Организация медицинских осмотров детей, выявление и учет детей, нуждающихся в медицинской помощи.	Администрация школы	В течение года
9	Организация работы с детьми и подростками, связанной с предупреждением вредных привычек.	Заместитель директора по ВР	В течение года
10	Проведение лечебно-профилактической работы с детьми.		В течение года
11	Санитарно-просветительская работа с детьми.		В течение года
12	Проведение мероприятий, направленных на профилактику заболеваний.	Администрация школы	В течение года

Участники программы:

- администрация школы
- учащиеся
- воспитатели
- учитель физической культуры
- советник директора по воспитанию
- медицинская сестра
- родители.

Основные направления работы:

1. Организация работы на пришкольном участке
2. Детская спортивно-игровая площадка.

1.Подпрограмма
«Организация работы на пришкольном участке»

Система мероприятий подпрограммы.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Инструктивное совещание «Организация работы на пришкольном участке»	Ежегодно, май	Руководитель работ
2.	Выращивание рассады цветов.	июнь	Руководитель работ

3.	Посев семян цветочных культур. Высадка рассады в открытый грунт. Полив и прополка клумб. Подкормка цветочных культур.	июнь	Руководитель работ
4	Борьба с сорняками. Полив клумб. Рыхление почвы. Борьба с вредителями.	июль	Руководитель работ
5	Борьба с сорняками. Полив клумб. Борьба с вредителями. Сбор семян.	август	Руководитель работ
6	Уборка территории школы от мусора	Июнь-август	Руководитель работ

Программа «Пришкольный участок» как средство реализации поставленных целей и задач включает в себя следующие направления:

1. **Экологическое воспитание.**

Задачи: 1. Пробуждение интереса к окружающему нас миру, природе.

2.Формирование у учащихся правильного общения с природой, готовности защищать ее.

3.Создание вокруг школы экологически благоприятной, «зеленой» зоны.

2. Трудовое.

Задачи: 1.Формирование у учащихся навыка ухода за растениями, насаждениями.

2.Формирование бережного отношения к школьному имуществу.

3. Патриотическое.

Задачи: 1.Воспитание любви к родному краю, Родине.

2.Формирование у учащихся интереса к историческому прошлому страны.

4. Эстетическое.

Задачи: 1. Формирование эстетического вкуса учащихся.

2.Создание около школы цветника, радующего окружающих своим разнообразием.

Ежегодно высаживается в школьный цветник до 20 различных растений. Учащиеся 5-7 классов в течение всего лета ухаживают за растениями, поливают, рыхлят, выпалывают сорняки, убирают мусор на территории школы. Время работы на пришкольном участке- 10 дней согласно графику, возможен перенос по договоренности.

Время отработки (июль-август) – 15.00-16.00 ч.

Утверждаю
Директор МБОУ ООШ
р.п. Сосновоборск
_____Г.А. Абузярова

График

РАБОТЫ СПОРТИВНОЙ ПЛОЩАДКИ

Понедельник спортивная площадка на площади им. Ленина с 16.00 до 18.00

Вторник-пятница спортивная площадка с 16.00до 18.00 территория школы

Класс, ответственные	**Сроки**				
	22.06-3.07	6.07-17.07	20.07-31.07	3.08-14.08	17.08.-28.08
5	**16 человек**				
5		**16 человек**			
6			**15 человек**		
6				**15 человек**	
7					**26 человек**
Ответственные	**Куликова О.Ю. Ряхимова А.Р.**	**Ашурова Р.Х.**	**Малышева Н.И. Купцова Н.П.**	**Рыбакова Н.Г. Хохлова О.М.**	**Данилина С.В. Крылова Н.В.**

Ожидаемые результаты работы на пришкольном участке.
- укрепление здоровья детей;
- формирование первоначальных трудовых навыков;
- создание цветника около школы;
- благоустройство школьной территории;
- развитие у школьников интереса к многообразию растительного мира;
- получение урожая семян;

- укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов.

2.Подпрограмма
«Детская спортивно-игровая площадка»

Цели и задачи подпрограммы:
- обеспечение условий для отдыха и физического развития детей;
- приобщение детей к здоровому образу жизни;
- организация досуга детей, профилактика детской преступности.

Реализация подпрограммы позволит:
- увеличить число детей, занимающихся физической культурой и спортом;
- укрепить здоровье детей;
- снизить уровень детской заболеваемости;
- снизить уровень школьной преступности.

Время работы спортивно-игровой площадки: с 16.00-18.00

График работы спортивной площадки

Куликова О.Ю	**22.06-26.06**
Ряхимова А.Р.	**29.06-03.07**
Ашурова Р.Х	**06.07-17.07**
Малышева Н.И.	**20.07-24.07**
Купцова Н.П.	**27.07-31.07**
Рыбакова Н.Г.	**03.08-07.08**
Хохлова О.М.	**10.08-14.08**
Данилина С.В.	**17.08-21.08**
Крылова Н.В.	**24.08-28.08**

«Утверждаю»
Директор школы_____
Г.А. Абузярова

План мероприятий
на спортивно-игровой площадке
МБОУ ООШ р.п.Сосновоборск на летние месяцы 2026г.
Июнь

№	Мероприятия	Дата проведения	Ответственный
1	Общий инструктаж «Правила поведения на площадке». Спортивно-развлекательная программа «Раз, два, три, четыре, пять – летом некогда скучать»	22.06.2025	Куликова О.Ю
2	Игры «Волейбол» и «Футбол»	23.06.2026	Куликова О.Ю
3	Игровая программа по оказанию первой медицинской помощи	24.06.2026	Куликова О.Ю
4	Квест-игра по ПДД «Дорога безопасности»	25.06.2026	Куликова О.Ю
5	Соревнования «Волейбольная страна»	26.06.2026	Куликова О.Ю
6	Фестиваль рисунков на асфальте «Мой разноцветный мир» Игры «Волейбол» и «Футбол»	29.06.2026	Ряхимова А.Р.

Работа спортивной площадки с 16.00-18.00 ч.

«Утверждаю»
Директор школы_____
Г.А. Абузярова

Июль

№	Мероприятия	Дата проведения	Ответственный
1	Игры «Волейбол» и «Футбол»	30.06.2026	Ряхимова А.Р.
2	Игровая программа по оказанию первой медицинской помощи	01.07. 2026	Ряхимова А.Р.
3	Квест-игра по ПДД «Дорога безопасности»	02.07.2026	Ряхимова А.Р.
4	Соревнования «Волейбольная страна»	03.07.2025	Ряхимова А.Р.
5	Общий инструктаж «Правила поведения на площадке» Фестиваль рисунков на асфальте «Мой разноцветный мир» Игры «Волейбол» и «Футбол»	06.07.2026	Ашурова Р.Х
6	День семьи, любви и верности Викторина «Семейные традиции»	07.07.2026	Ашурова Р.Х
7	Подвижные игры с мячом	08.07.2026	Ашурова Р.Х
8	Квест-игра «Мы дети России»	9.07.2026	Ашурова Р.Х
9	Веселые старты: «Спорт-здоровье, ловкость, сила, красота»	10.07.2026	Ашурова Р.Х
10	Игры «Волейбол» и «Футбол»	13.07.2026	Ашурова Р.Х
11	Танцевально-конкурсная программа «танцор диско»	14.07.2026	Ашурова Р.Х
12	Игровая программа по оказанию первой медицинской помощи	15.07.2026	Ашурова Р.Х
13	Квест-игра по ПДД «Дорога безопасности»	167.07.2026	Ашурова Р.Х
14	Соревнования «Волейбольная страна»	17.07.2026	Ашурова Р.Х
15	Общий инструктаж «Правила поведения на площадке» Фестиваль рисунков на асфальте «Мой разноцветный мир»	20.07.2026	Малышева Н.И.
16	Спортивно-развлекательная программа «Раз, два, три, четыре, пять – летом некогда скучать»	21.07.2026	Малышева Н.И.
17	Танцевально-конкурсная программа «танцор диско»	22.07.2026	Малышева Н.И.
18	Игры «Волейбол» и «Футбол»	23.07.2026	Малышева Н.И.
19	День молодежи Развлекательная программа «Мы танцуем и поем – вместе весело живем»	24.07.2026	Малышева Н.И.
20	Мини-футбол	27.07.2026	Купцова Н.П.
21	Подвижные игры с мячом	28.07.2026	Купцова Н.П.
22	Квест-игра «Мы дети России»	29.07.2026	Купцова Н.П.

23	Веселые старты: «Спорт-здоровье, ловкость, сила, красота»	30.07.2026	Купцова Н.П.
24	Игры «Волейбол» и «Футбол»	31.07.2026	Купцова Н.П.

Работа спортивной площадки с 16.00-18.00 ч.

«Утверждаю»
Директор школы_____
Г.А. Абузярова

Август

№	Мероприятия	Дата проведения	Ответственный
1	Общий инструктаж «Правила поведения на площадке» Игровая программа по оказанию первой медицинской помощи	03.08.2026	Рыбакова Н.Г.
2	Игра «Клад»	04.08.2026	Рыбакова Н.Г.
3	Квест-игра по ПДД «Дорога безопасности»	05.08.2026	Рыбакова Н.Г.
4	Соревнования «Волейбольная страна»	06.08.2026	Рыбакова Н.Г.
5	Фестиваль рисунков на асфальте «Мой разноцветный мир» Игры «Волейбол» и «Футбол»	07.08.2026	Рыбакова Н.Г.
6	Подвижные игры с мячом	10.08.2026	Хохлова О.М.
7	Квест-игра «Мы дети России»	11.08.2026	Хохлова О.М.
8	Веселые старты: «Спорт-здоровье, ловкость, сила, красота»	12.08.2026	Хохлова О.М.
9	Игры «Волейбол» и «Футбол»	13.08.2026	Хохлова О.М.
10	Танцевально-конкурсная программа «танцор диско»	14.08.2026	Хохлова О.М.
11	Общий инструктаж «Правила поведения на площадке» Игровая программа по оказанию первой медицинской помощи	17.08.2026	Данилина С.В.
12	Квест-игра «Спасатели» (по пожарной безопасности)	18.08.2026	Данилина С.В.
13	Соревнования «Волейбольная страна»	19.08.2026	Данилина С.В.
14	Фестиваль рисунков на асфальте «Мой разноцветный мир»	20.08.2026	Данилина С.В.
15	День Государственного флага России Квест-игра «Мы дети России»	21.08.2026	Данилина С.В.
16	Познавательная беседа «Военной истории строки», посвященная Дню воинской славы России. Разгром советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве в 1943году. Спортивная эстафета «Подвигу народа-жить в веках»	24.08.2026	Крылова Н.В.
17	Игры «Волейбол» и «Футбол»	25.08.2026	Крылова Н.В.
18	День российского кино Конкурс «Веселая пантомима»	26.08.2026	Крылова Н.В.

19	Мини-футбол	27.08.2026	Крылова Н.В.
20	Подвижные игры с мячом	28.08.2026	Крылова Н.В.

Работа спортивной площадки с 16.00-18.00 ч.

Профилактика травматизма

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственные
1	Беседы по правилам дорожного движения (выступление сотрудников ГИБДД, викторины, конкурс рисунков, плакатов).	В течение лета	Заместитель директора по ВР Классные руководители
2	Беседы по профилактике травматизма в рамках курсов ОБЖ и «Человек и здоровье»	По плану	Учитель ОБЗР
3	Инструктаж сотрудников спортивной площадки и учащихся по правилам техники безопасности.	Июнь-август	.
4	Статистика и анализ случаев травматизма в летний период	Июнь-август	Медицинская сестра

Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственные
1	Беседы о пользе спорта. Спортсмены-олимпийцы. Детские игры моих родителей	В течение лета	Ответственные за спортивную площадку
2	Беседы с медицинской сестрой школы	По плану	Кузьмина В.А.
3	Спортивные игры, мини-футбол, спортивные эстафеты, конкурсы, викторины.	По плану	Ответственные за спортивную площадку.

Охват учащихся данной программой

Название программы	Численность учащихся
Организация работы на пришкольном участке	88 человек
Детская спортивно-игровая площадка.	88 человек
Лагерь дневного пребывания при МБОУ ООШ р.п.Сосновоборск	110 человек

Заключение

Данная программа рассчитана на 3 месяца и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива, родителей в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым участником значимости стоящих перед ним задач.

Учитывая опыт прошлого года, можно с уверенностью сказать, что программа летнего оздоровления учащихся дает положительные результаты. Ребята, посещавшие летний лагерь и спортивно-игровую площадку в прошлом году, стали более коммуникабельны, физически выносливы, раскрыли свои скрытые таланты, стали активнее в школьной жизни. В этом году предполагается, что Программа закрепит результаты прошлого года и даст толчок к развитию новых творческих способностей. Таким образом, летний отдых сегодня – это не только социальная защита, это еще и простор для творческого развития, что создает условия для социализации подрастающего поколения с учетом реалий современной жизни, возможность с пользой провести летний отдых.

Экран занятости

№	Программа/ Ответственный	Июнь	Июль	Август
1	Лагерь дневного пребывания при МБОУ ООШ р.п. Сосновоборск	110	-	-
2	Летняя трудовая практика (Классные руководители)	32	30	26
3	Спортивно-игровая площадка	32	30	26
4	Летние оздоровительные лагеря	ЛТО «Рассвет» 38 «Приморский» - 4 «Сосновый бор» - 3	«Надежда» - 1	-