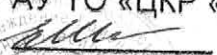


ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ  
Автономное учреждение Тюменской области  
«Центр комплексной реабилитации  
«Родник»

**РАССМОТРЕНО**

Протокол № 2 от «02» марта 2026 г.  
Педагогический совет  
АУ ТО «ЦКР «Родник»

**УТВЕРЖДЕНО**

Руководитель  
АУ ТО «ЦКР «Родник»  
 **Е.В. Шмакова**



Программа летней инклюзивной смены  
**«Мастерская добрых дел: создаем вместе»**  
Сроки реализации: август 2026 года

**Разработчики:**

**Варяев Данил Юрьевич,**  
зам. руководителя по социальной  
реабилитации  
**Варяева Мария Валерьевна,**  
методист отделения социальной  
реабилитации

Тюмень 2026

## Оглавление

Информационная карта программы .....	3
Пояснительная записка .....	5
Содержание программы .....	8
Концептуальная основа программы.....	9
Направление реализации программы .....	10
Содержание игрового сюжета программы.....	13
Ожидаемые результаты .....	16
Кадровое обеспечение .....	17
Нормативно-правовое обеспечение.....	18
Информационно-методическое обеспечение.....	18
Особенности материально-технического обеспечения .....	21
Список литературы .....	22
Приложения.....	23
Приложение 1. Календарный план воспитательной работы.....	23
Приложение 2. План-сетка смены «Мастерская добрых дел: создаем вместе».....	26
Приложение 3. Сквозная программа социального волонтерства и инклюзивного добровольчества «Команда добрых дел» .....	28
Приложение 4. Сквозная программа психолого-педагогического сопровождения «Фокус на важном» .....	31
Приложение 5. Сквозная программа развития высших психических функций «Когнитивная зарядка».....	34
Приложение 6. Сквозная программа творческого развития «Сделано вручную».....	38
Приложение 7. Сквозная программа коммуникативной культуры и инклюзивного этикета «Общий язык».....	41
Приложение 8. Сквозная программа физического развития «Сила в движении» .....	44
Приложение 9. Сквозная программа мозжечковой стимуляции и командного взаимодействия «Нейротренинг» .....	47
Приложение 10. Сквозная программа «Профилактические и лечебно-оздоровительные мероприятия» .....	50
Приложение 11. Сквозная программа «Здоровьесбережение: знаю, умею, делаю!».....	58
Приложение 12. Система обеспечения безопасности отдыхающих в ЦКР «Родник».....	62

### Информационная карта программы

<b>Полное название программы</b>	Программа летней инклюзивной смены «Мастерская добрых дел: создаем вместе»
<b>Основание для разработки</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ</li> <li>• Приказ Минпросвещения России от 17.03.2025 № 209 «Об утверждении федеральной программы воспитательной работы для организаций отдыха детей и их оздоровления»</li> <li>• Устав АУ ТО «ЦКР «Родник»</li> </ul>
<b>Цель программы</b>	Создание инклюзивной воспитывающей среды, обеспечивающей социальную реабилитацию, личностное развитие и укрепление здоровья детей через включение в коллективную созидательную и волонтерскую деятельность
<b>Задачи программы</b>	<p>1. Социально-педагогические: сформировать у участников навыки бесконфликтного взаимодействия, взаимопомощи и поддержки в разновозрастном инклюзивном коллективе; развить социальную ответственность через участие в «Команде добрых дел».</p> <p>2. Психолого-коррекционные: обеспечить психологическое сопровождение, направленное на снижение тревожности, преодоление барьеров общения, развитие эмоционального интеллекта и саморегуляции у детей с ОВЗ и их нормотипичных сверстников.</p> <p>3. Образовательные: расширить представления детей о созидательном труде, волонтерстве, традиционных ценностях; обучить конкретным практическим навыкам (ручной труд, проектная деятельность, коммуникация).</p> <p>4. Оздоровительные и валеологические: реализовать комплекс лечебно-профилактических и физкультурно-оздоровительных мероприятий; сформировать у детей устойчивые привычки здорового образа жизни, личной гигиены, безопасного поведения.</p>
<b>Целевая группа</b>	дети от 7 до 17 лет из Тюменской области, в том числе дети с ОВЗ и установленной инвалидностью
<b>Сроки реализации</b>	10.08.2026 – 23.08.2026 г.
<b>Авторы программы</b>	Варяев Д.Ю., зам.руководителя по социальной реабилитации Варяева М. В., методист отделения социальной реабилитации
<b>Направленность программы</b>	социально-гуманитарная
<b>Направление деятельности</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• воспитательное</li> <li>• социально-педагогическое</li> <li>• психолого-педагогическое</li> <li>• образовательное</li> <li>• оздоровительное</li> <li>• валеологическое</li> </ul>
<b>Краткое содержание программы</b>	Сюжетная линия – «Мастерская добрых дел», где каждый участник становится «подмастерьем», а затем – «Мастером добрых дел». Основной механизм – внутреннее социальное волонтерство: отрядная и общелагерная деятельность, направленная на помощь другим, благоустройство, заботу о природе и младших. В программу интегрированы: психолого-педагогическое сопровождение, лечебно-оздоровительный комплекс, творческие мастерские, спортивные и нейротренировочные занятия. Итоговое событие – «Ярмарка добра». Программа обеспечивает социальную реабилитацию, развитие эмоционального интеллекта, формирование навыков здорового образа жизни и коллективной созидательной

	деятельности
<b>Ожидаемый результат</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Улучшение психоэмоционального состояния и физического здоровья участников.</li> <li>• Сформированность навыков инклюзивного взаимодействия и взаимопомощи.</li> <li>• Приобретение опыта социально значимой волонтерской деятельности.</li> <li>• Повышение уровня культуры здорового образа жизни.</li> <li>• Положительная динамика адаптации и социализации детей с ОВЗ.</li> <li>• Удовлетворенность участников и родителей качеством отдыха и оздоровления</li> </ul>
<b>Название организации</b>	Автономное учреждение Тюменской области «Центр комплексной реабилитации «Родник»
<b>Почтовый адрес организации</b>	625043, Тюменская область г. Тюмень, 9 км Салаирского тракта, 8, строение 3
<b>Ф.И.О. руководителя организации</b>	Шмакова Елена Владиславовна
<b>Телефон, электронный адрес</b>	8 (3452) 77-20-64, 77-26-46 e-mail: zavppr@mail.ru
<b>Дата создания программы</b>	май 2026
<b>Финансовое обеспечение</b>	Источниками формирования финансовых ресурсов являются средства от продажи путевок

## **Пояснительная записка**

**Актуальность** программы летней инклюзивной смены «Мастерская добрых дел: созидаем вместе» обусловлена комплексом взаимосвязанных факторов: государственным заказом на воспитание подрастающего поколения, потребностью в реальной инклюзивной практике, необходимостью восстановительного отдыха детей после учебного года, а также вызовами современной социальной среды, требующими воспитания деятельного милосердия и социальной ответственности.

Программа полностью отвечает приоритетам, закреплённым в Федеральном законе «Об образовании в РФ», Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, а также в Федеральной программе воспитательной работы для организаций отдыха детей и их оздоровления (Приказ Минпросвещения России № 209 от 17.03.2025). В этих документах подчёркивается необходимость формирования у детей таких ценностей, как жизнь и достоинство личности, патриотизм, созидательный труд, гуманизм, милосердие, коллективизм, взаимопомощь. Программа «Мастерская добрых дел» через игровую модель и реальную волонтерскую деятельность напрямую транслирует эти ценности, превращая их из деклараций в личный опыт каждого ребёнка.

Кроме того, в Тюменской области, как и в России в целом, растёт число детей с инвалидностью и ОВЗ, которые нуждаются не только в медицинской реабилитации, но и в полноценном социальном опыте. Центр «Родник» является уникальной площадкой, где реализуется «обратная инклюзия»: нормотипичные дети приезжают в учреждение, где постоянно находятся дети с тяжёлыми нарушениями. Это создаёт естественную среду для воспитания толерантности, эмпатии и готовности помогать, что делает программу востребованной с точки зрения реальной социальной интеграции.

Анализ работы детских лагерей последних лет показывает, что развлекательные программы без смыслового ядра быстро исчерпывают себя: у детей возникает пресыщение, снижается мотивация, появляются конфликты. Напротив, программы, основанные на коллективной социально значимой деятельности (волонтерство, забота о младших и пожилых, благоустройство, помощь природе), дают глубокий воспитательный эффект. Смена строится вокруг «Команды добрых дел» – внутреннего волонтерского отряда, где каждый участник может проявить инициативу, получить признание и увидеть реальные результаты своего труда. Это особенно важно для подростков 14–17 лет, находящихся в периоде формирования мировоззрения и нуждающихся в примерах подлинно нравственного поведения. Таким образом, актуальность программы определяется её комплексностью, ценностной наполненностью, инклюзивной направленностью и ориентацией на реальный социальный результат, что в полной мере отвечает современным требованиям к организации отдыха и оздоровления детей.

**Новизна программы.** Новизна программы заключается в интеграции игрового сюжета «Мастерской добрых дел» с комплексной системой психолого-педагогического сопровождения и реальной социально-значимой деятельностью. В отличие от традиционных лагерных смен, акцент смещается с развлекательного досуга на проектную и волонтерскую деятельность как основу развития личности.

### **Понятийный аппарат**

**Инклюзивная смена** – форма летнего отдыха и оздоровления, предполагающая совместное пребывание и активное участие детей с разными стартовыми возможностями (включая детей с ОВЗ и инвалидностью) в единой образовательной, воспитательной и досуговой деятельности.

**Мастерская добрых дел** – игровая и смысловая модель смены, в рамках которой каждый отряд и каждый участник реализуют социально значимые мини-проекты, направленные на помощь другим, благоустройство среды или развитие

сообщества.

**Созидание** – процесс творческой, преобразующей деятельности, ориентированной на создание нового полезного продукта (материального или нематериального) на благо коллектива, учреждения или общества.

**Внутреннее социальное волонтерство** – добровольческая помощь, оказываемая детьми друг другу внутри лагеря (шефство, поддержка на мероприятиях, помощь в быту и творчестве).

#### **Краткая характеристика участников**

Дети от 7 до 17 лет, в том числе дети с ОВЗ и дети-инвалиды с заболеваниями нервной системы, костно-мышечной системы, с психическими заболеваниями, врожденными аномалиями и хромосомными нарушениями внутренних органов. Детский коллектив разделяется на 6 отрядов:

- 1-2 отряд: дети от 14 до 17 лет.
- 3-4 отряд: дети от 10 до 13 лет.
- 5-6 отряд: дети от 7 до 9 лет.

*Особенности детей-инвалидов с психическими заболеваниями.* Основные трудности во взаимодействии с детьми-инвалидами, имеющими психические заболевания, заключаются в особенностях поведения детей-инвалидов: выраженная психомоторная расторможенность, трудности выработки тормозных реакций и запретов, трудность организации поведения в различных ситуациях, инфантильные эмоциональные проявления, импульсивность поведения, вспыльчивость и др. Поэтому деятельность для «особых» детей данной нозологической группы в течение смены должна строиться на конкретном и простом содержании. Разнообразие видов деятельности служит источником интереса к выполнению различных заданий, защищая нервную систему ребенка от перегрузки.

*Особенности детей-инвалидов с нарушениями функций внутренних органов.* Взаимодействуя с детьми-инвалидами с врожденными аномалиями и хромосомными нарушениями внутренних органов необходимо контролировать их физическую нагрузку при различных активных видах деятельности. Акцентировать внимание и следить за процедурами гигиенического характера. В условиях загородного лагеря в первые дни пребывания сформировать и отработать навык обращения за помощью и коммуникативного взаимодействия при развитии неотложных состояний (гипо-, гипергликемических состояний и др.)

*Особенности детей-инвалидов с заболеваниями нервной системы.* Для детей с церебральным параличом характерны разнообразные эмоциональные и речевые расстройства. Эмоциональные расстройства проявляются в виде повышенной эмоциональной возбудимости, повышенной чувствительности к обычным раздражителям окружающей среды, склонности к колебаниям настроения. Повышенная эмоциональная лабильность сочетается с инертностью эмоциональных реакций. Все эти проявления усиливаются при утомлении, в новой для ребенка обстановке.

*Особенности детей-инвалидов с заболеваниями костно-мышечной системы.* Физический недостаток влияет на социальную позицию ребенка-инвалида, на его отношение к окружающему миру, образуются внутренние барьеры общения в реальной жизни. В первые дни пребывания в лагере, при знакомстве и в дальнейшие дни общения, необходимо приложить максимум усилий для освобождения от эмоциональной напряженности, скованности, стеснительности. Включая ребенка-инвалида в отрядные и общелагерные мероприятия, необходимо учитывать наличие нарушений общей моторики, функциональных движений, познавательной деятельности и своевременно оказывать физическую и психологическую помощь.

**Педагогическая идея** программы – воспитание через реальное доброе

дело. Временный детский коллектив рассматривается как сообщество созидателей, где каждый ребёнок, независимо от своих ограничений, может проявить заботу, навыки, творчество и стать значимым для других. Игровой сюжет смены («Мастерская») создаёт безопасное пространство для проб и ошибок, а система наставничества (вожатые, педагоги, старшие дети) обеспечивает индивидуальную траекторию включения каждого участника.

### **Цели и задачи**

*Цель* – создание инклюзивной воспитывающей среды, обеспечивающей социальную реабилитацию, личностное развитие и укрепление здоровья детей через включение в коллективную созидательную и волонтерскую деятельность.

#### *Задачи:*

1. Социально-педагогические: сформировать у участников навыки бесконфликтного взаимодействия, взаимопомощи и поддержки в разновозрастном инклюзивном коллективе; развить социальную ответственность через участие в «Команде добрых дел».

2. Психолого-коррекционные: обеспечить психологическое сопровождение, направленное на снижение тревожности, преодоление барьеров общения, развитие эмоционального интеллекта и саморегуляции у детей с ОВЗ и их нормотипичных сверстников.

3. Образовательные: расширить представления детей о созидательном труде, волонтерстве, традиционных ценностях; обучить конкретным практическим навыкам (ручной труд, проектная деятельность, коммуникация).

4. Оздоровительные и валеологические: реализовать комплекс лечебно-профилактических и физкультурно-оздоровительных мероприятий; сформировать у детей устойчивые привычки здорового образа жизни, личной гигиены, безопасного поведения.

## Содержание программы

Смена проводится в рамках игрового сюжета, где предполагается трансформация ключевых составляющих программы под тематику смены.

№	Период смены	Основные направления работы
1.	Подготовительный	<p>Разработка программы и сюжетно-игровой модели смены 2026 года. Знакомство педагогического коллектива с программой смены, составление распорядка дня, написание сценариев.</p> <p>Проведение зонирования территории, маршрутизации, обозначение отрядных зон на центральных площадях, столовой, территории, жилых корпусах и т.д.</p>
2.	Организационный (3 дня)	<p>Изучение списков, комплектование отрядов с учетом возраста, пожеланий детей и их родителей.</p> <p>Знакомство с условиями и правилами пребывания в центре, просветительская и профилактическая работа по общественной и личной гигиене, правилам мытья рук.</p> <p>Организация жизнедеятельности отряда. Постановка дисциплины. Формирование актива отряда. Создание положительного эмоционального настроения на смену. Работа над сплочением и развитием коллектива.</p>
3.	Основной (9 дней)	<p>Организация активного досуга детей. Полноценное включение детей в реализацию сюжетно-игровой модели смены. Поддержание условий для обеспечения безопасности участников смены, улучшения их физического и психического здоровья. Основные направления:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Воспитательное: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ календарный план воспитательной работы (Приложение 1)</li> </ul> </li> <li>• Социально-педагогическое: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ план-сетка мероприятий смены (Приложение 2)</li> <li>○ программа (внутреннего) социального волонтерства и инклюзивного добровольчества «Команда добрых дел» (Приложение 3)</li> </ul> </li> <li>• Психолого-педагогическое: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ программа психолого-педагогического сопровождения «Фокус на важном» (Приложение 4)</li> <li>○ программа развития высших психических функций «Когнитивная зарядка» (Приложение 5)</li> </ul> </li> <li>• Образовательное: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ программа творческого развития «Сделано вручную» (Приложение 6)</li> <li>○ программа коммуникативной культуры и инклюзивного этикета «Общий язык» (Приложение 7)</li> </ul> </li> <li>• Физкультурно-оздоровительное: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ программа физического развития «Сила в движении» (Приложение 8)</li> <li>○ программа мозжечковой стимуляции и командного взаимодействия «Неройтренинг» (Приложение 9)</li> </ul> </li> <li>• Оздоровительное: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ «Профилактические и лечебно-оздоровительные мероприятия» (Приложение 10)</li> </ul> </li> <li>• Валеологическое: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Сквозная программа «Здоровьесбережение: знаю, умею, делаю!» (Приложение 11)</li> </ul> </li> </ul>
4.	Заключительный (2 дня)	<p>Подведение итогов смены. Создание условий для благоприятного эмоционального расставания</p>
5.	Итоговый	<p>Анализ реализации программы. Анализ количественных и качественных изменений, произошедших с участниками смены (составление аналитического, статистического отчетов)</p>

### **Концептуальная основа программы**

Программа летней инклюзивной смены «Мастерская добрых дел: создаем вместе» базируется на интеграции нескольких взаимодополняющих теоретических подходов, что позволяет обеспечить целостность воспитательного, реабилитационного и оздоровительного процессов.

*Личностно-ориентированный подход.* Ребёнок рассматривается как активный субъект собственного развития. Программа создаёт условия для самореализации каждого участника с учётом его возрастных, психофизических и личностных особенностей. Выбор направленности доброго дела, темпа участия, роли в коллективном проекте предоставляет ребёнку право на индивидуальную траекторию.

*Деятельностный подход.* Развитие личности происходит через включение в социально значимую деятельность. Игровой сюжет «Мастерской добрых дел» превращает абстрактные ценности (милосердие, забота, взаимопомощь) в реальные поступки – от помощи в столовой до разработки социального проекта. Именно действие, а не созерцание, становится единицей воспитания.

*Инклюзивный подход.* Признание ценности разнообразия и права каждого ребёнка на полноценное участие в жизни сообщества. В «Роднике» реализуется модель «обратной инклюзии»: нормотипичные дети входят в среду, где постоянно находятся дети с тяжёлыми множественными нарушениями. Это не требует от последних адаптации к «норме», а от первых – развития эмпатии, терпения, умения оказывать поддержку.

*Средовый подход.* Воспитывающая смена рассматривается как совокупность пространственно-предметных, социальных и событийных условий. Территория центра зонирована на тематические беседки («Музыка ветра», «Шепот звёзд», «Краски природы»), жилые корпуса, лечебную базу, спортивные площадки. Событийный ряд (открытие, акции, Ярмарка добра) создаёт эмоционально насыщенный фон, а система самоуправления («Совет Мастеров») формирует коллективного субъекта деятельности.

## **Направление реализации программы**

Программа летней инклюзивной смены «Мастерская добрых дел: создаем вместе» имеет социально-гуманитарную направленность.

Вместе с тем программа интегрирует и другие направления деятельности, указанные в документе: воспитательное, социально-педагогическое, психолого-педагогическое, образовательное, оздоровительное, валеологическое.

### *Воспитательное направление*

Целью является сохранение и укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей (милосердие, созидательный труд, коллективизм, взаимопомощь) через деятельное участие детей в добрых делах.

Содержание строится на основе Календарного плана воспитательной работы (Приложение 1) и делится на три блока:

1. Блок «Россия»: Ежедневные церемонии подъёма/спуска Государственного флага РФ. Тематические дни, связанные с регионами и культурой народов России (мастер-классы по народным промыслам, национальные игры, экологические тропы, День городов-героев с акцией «Бессмертный полк»). Отличительная черта смены: все эти мероприятия вплетены в логику «добрых дел» – например, изготовление открыток для ветеранов, сбор гербария для оформления «Книги добрых дел», создание кормушек в рамках экологического десанта.

2. Блок «Мир»: Концерты ДШИ «Гармония», просмотр фильмов о волонтерстве, фольклорные праздники («Сибирские посиделки»). Тренинги, формирующие уважение к культурному разнообразию и созидательные ценности.

3. Блок «Человек»: Формирование культуры здорового образа жизни (ЗОЖ), личной и общественной безопасности. Профилактика вредных привычек, «Школа здоровья». Ежедневная рефлексия («Свеча добра») – обязательный элемент, где дети отмечают, кому помогли и кто помог им, профилактика буллинга (травли). Инструктажи по безопасности (ПДД, пожарная, поведение при массовом скоплении людей), тренировочные эвакуации. Коллективное творческое дело «Цифровая безопасность» (профилактика вовлечения в деструктивные группы).

Инвариантные модули: спортивно-оздоровительная работа, культура, психолого-педагогическое сопровождение, самоуправление, инклюзивное пространство, профориентация, коллективная социально значимая деятельность в «Движении Первых». Вариативные модули: кружки и секции, предметно-эстетическая среда, социальное волонтерство.

Календарный план воспитательной работы представлен в Приложении 1.

### *Социально-педагогическое направление*

Целью является социальная адаптация и развитие личности в инклюзивной среде через реальное участие в волонтерских и созидательных проектах. Содержание строится на основе:

- План-сетки смены (Приложение 2) — игровой сюжет «Мастерской добрых дел»: отряды-«подмастерья» получают «Книгу добрых дел», ежедневно выполняют социально значимые задания (помощь в столовой, уборка территории, шефство над младшими, изготовление подарков, акция «Птичья столовая»). Внутренняя валюта – «Добрячки» (жетоны за добрые поступки). Итоговое событие – «Ярмарка добра» (обмен поделками, благотворительная акция).

- Социального волонтерства и инклюзивного добровольчества по программе «Команда добрых дел» (Приложение 3): Подготовка нормотипичных детей к взаимодействию с детьми с ОВЗ через игровые занятия. Формирование эмпатии, обучение корректным способам предложения помощи. Совместные социально значимые проекты (изготовление пособий, мастер-классы, видеоролики).

- Системы самоуправления: выборы в Совет Мастеров (по одному от отряда), который координирует добрые дела, ведёт общелагерную «Книгу добрых дел»,

принимает решения о награждении «Добрячками». Работа дежурного отряда, чередование поручений внутри отряда.

#### *Психолого-педагогическое направление*

Целью является сохранение психического здоровья, развитие эмоционально-волевой сферы, профилактика тревожности и конфликтности. Содержание строится на:

- Программе психолого-педагогического сопровождения «Фокус на важном» (Приложение 4).

- Диагностике: начальное/итоговое анкетирование, цветовой тест Люшера, шкала тревожности, ежедневный «Экран настроения».

- Обучение приемам саморегуляции: «дыхание квадратом», «стоп-сигнал», визуализация «Моё спокойное место».

- Тренинги активного слушания, «Я-сообщения», решение конфликтных ситуаций.

- Ежедневный психолого-педагогический патронаж (наблюдение, профилактика травли).

- Индивидуальное консультирование детей с трудностями адаптации (игровая и песочная терапия).

- Релаксация в сенсорной комнате для снятия психо-эмоционального напряжения.

#### *Образовательное направление*

Целью является расширение кругозора, развитие высших психических функций (ВПФ) и творческих способностей. Содержание:

Программа «Когнитивная зарядка» (Приложение 5): развитие внимания, памяти, мышления, межполушарного взаимодействия (кинезиологические упражнения), пространственного мышления (графические диктанты).

Программа «Сделано вручную» (Приложение 6): освоение народных промыслов (коллаж, макраме, квиллинг, кастомизация, вторичный дизайн).

Программа «Общий язык» (Приложение 7): инклюзивный этикет, правила общения с людьми с нарушениями слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, ментальными особенностями. Разбор кейсов, командный квиз.

#### *Физкультурно-оздоровительное направление*

Целью является физическое развитие, коррекция двигательных нарушений, формирование привычки к ежедневной активности. Содержание:

- Программа «Сила в движении» (Приложение 8): развитие координации, равновесия, силы, выносливости, гибкости. Круговая тренировка, эстафеты, подвижные игры. Адаптация упражнений для разных возрастных групп.

- Программа «Нейротренинг» (Приложение 9): мозжечковая стимуляция на балансирах (доски, полусферы, подушки). Упражнения на статическое/динамическое равновесие, перекрестные движения (правая рука — левая нога).

- Командные эстафеты на балансирах, парная работа («зеркало», «сцепка»).

- Ежедневная утренняя зарядка (вариативная, на свежем воздухе).

- Спортивные мероприятия: спортпраздники («Весёлые старты вместе», «Будь здоров!»), футбол, волейбол, занятия в бассейне; национальные виды спорта (лапта, городки, перетягивание каната, лезгинка).

- Лечебная физкультура (ЛФК) для детей с ОВЗ (по показаниям).

#### *Оздоровительное направление*

Целью является укрепление физического здоровья, коррекция функциональных отклонений, профилактика обострений хронических заболеваний. Содержание строится на программе «Профилактические и лечебно-оздоровительные мероприятия» (Приложение 10):

- Санитарно-противоэпидемические мероприятия: ежедневный медицинский фильтр (термометрия, осмотр), соблюдение масочного режима (персонал столовой), дезинфекция, проветривание, контроль гигиены рук, изоляция заболевших.

- Организация режима дня: 6-разовое питание, дневной сон (отдых) для младших, ночной сон не менее 10 часов, максимальное пребывание на свежем воздухе.

- Закаливание: воздушные и солнечные ванны, хождение по солевым дорожкам, контрастное обливание стоп, контрастный душ, купание в бассейне.

- Лечебно-профилактические процедуры (курс 8–10 процедур):

- Коррекция опорно-двигательного аппарата (ЛФК, массаж, магнитотерапия, стабиллоплатформа).
- Для ЦНС: водолечение, фитотерапия, спелеотерапия, транскраниальная магнитотерапия.
- Для органов дыхания: дыхательная гимнастика, кислородные коктейли, светотерапия («Биоптрон»).
- Для ЖКТ и почек: электрофорез, фитосборы, лечебные ванны.
- Для детей с ожирением или сахарным диабетом: диета (стол №8 или №9), корригирующая гимнастика, контроль гликемии.
- Специальные мероприятия для детей с хроническими заболеваниями (эпилепсия, бронхиальная астма, артериальная гипертензия, ювенильный ревматоидный артрит) — медицинский отвод от соревнований, ограничение физических нагрузок.

#### *Валеологическое направление*

Целью является формирование осознанного отношения к здоровью, санитарной грамотности и приверженности здоровому образу жизни. Строится на соедражании программы «Здоровьесбережение: знаю, умею, делаю!» (Приложение 11):

- Медико-гигиенические технологии: круглосуточное меднаблюдение, рациональное питание, закаливание.

- Экологические здоровьесберегающие технологии: тематические беседки: «Музыка ветра» (дыхательная гимнастика, логоритмика), «Шепот звезд» (релаксация, психогимнастика), «Краски природы» (арт-терапия из природных материалов).

- Образовательные здоровьесберегающие технологии: Цикл бесед врача-педиатра: «Что такое здоровое питание», «Типичные недостатки питания школьников», «Мифы о здоровом питании».

- Мастер-класс «Составляем свой дневной рацион».

- «Школа здоровья» (гигиена, первая помощь, профилактика заболеваний).

## Содержание игрового сюжета программы

### Легенда смены

«Далеко-далеко, в самом сердце Сибири, есть удивительное место – Центр «Родник». Но не только родники с чистой водой бьют здесь из-под земли. Здесь пробуждаются источники доброты, заботы и взаимопомощи. Каждое лето в «Роднике» открывается Мастерская добрых дел – волшебная мастерская, где из простых поступков, как из деталей конструктора, собираются настоящие чудеса. В этой мастерской каждый может стать подмастерьем, а затем и мастером. Чтобы стать настоящим Мастером, нужно пройти три ступени: «Вижу добро», «Умею делать добро», «Созидаю добро вместе с другими». В конце смены самые активные подмастерья получают звание «Мастер добрых дел» и право передать эстафету следующим сменам».

### Игровой сюжет

Смена делится на три этапа:

*Организационный этап (дни 1–3):* Открытие смены, посвящение в подмастерья. Каждый отряд получает «Книгу добрых дел». Формирование «Команды добрых дел» – внутреннего волонтерского отряда. Знакомство с правилами, техникой безопасности, зонированием территории. Старт личных и коллективных копилочек добрых поступков.

*Основной этап (дни 4–12):* Ежедневная рубрика «Доброе утро» – мотивационная линейка. Проведение отрядных и общелагерных добрых дел: помощь в благоустройстве территории; изготовление подарков для пожилых людей и малышей; забота о птицах и растениях; шефство над младшими отрядами. Работа творческих мастерских («Сделано вручную»). Спортивные и нейротренинговые занятия. Вечерние «Свечи добра» – рефлексия, награждение «Добрячками» (жетонами). Проведение социального проекта (например, «Сад добрых дел» или «Книга сказок для малышей»).

*Заключительный этап (дни 13–14):* Подведение итогов: презентация лучших отрядных и личных проектов. «Ярмарка добра» – обмен поделками, благотворительная акция. Закрытие смены: награждение Мастеров добрых дел. Торжественная церемония спуска флага.

### Словарь смены

Мастерская добрых дел – игровое пространство смены, где каждый поступок имеет ценность, а добрые дела становятся главной валютой и смыслом.

Подмастерье – участник смены (ребёнок), который только начинает свой путь в Мастерской и учится совершать добрые дела.

Мастер добрых дел – высшее звание смены, которое получает ребёнок, набравший максимальное количество «Добрячков» и реализовавший личный или коллективный проект.

Книга добрых дел – отрядный маршрутный лист (не индивидуальный), в котором фиксируются выполненные задания, количество «Добрячков» и результаты отрядных проектов.

Добрячок – внутренняя игровая валюта/жетон, который выдаётся за каждое доброе дело (помощь, инициативу, участие в акции).

Команда добрых дел – волонтерская группа из детей и вожатых, которая координирует социальные акции, собирает информацию о добрых делах и ведёт «Книгу добрых дел».

Свеча добра – вечерний рефлексивный круг, где участники делятся своими впечатлениями, благодарят друг друга и обсуждают прожитый день.

Ярмарка добра – итоговое событие смены, на котором отряды представляют свои проекты, обмениваются поделками и проводят благотворительную акцию.

Добрый патруль – сюрпризная форма поощрения, когда педагоги или вожатые незаметно наблюдают и неожиданно награждают ребёнка за спонтанно сделанное добро.

Совет Мастеров – орган самоуправления, состоящий из представителей отрядов, который принимает решения о наградах, корректирует план смены и организует «Ярмарку добра».

### **Экономическая модель смены**

Внутренняя валюта – «Добрячки» (жетоны).

Способы заработать «Добрячки»:

- Совершение доброго дела (помощь, инициатива).
- Участие в отрядных и общелагерных акциях.
- Победа в конкурсах и соревнованиях.
- Лидерство в «Команде добрых дел».

Что можно потратить «Добрячки»:

- Участие в дополнительных мастер-классах.
- Право первым выбрать творческую мастерскую на следующий день.
- Дополнительное свободное время или внеочередное купание в бассейне.

Коллективное накопление:

- Отряд копит «Добрячки» в общей «Книге добрых дел».
- На финальной «Ярмарке добра» отряд может обменять общую копилку на подарок.

### **Система мотивации и стимулирования участников**

Личная мотивация: звание «Мастер добрых дел» (три степени – бронзовый, серебряный, золотой мастер), наклейки в отрядную «Книгу добрых дел» (индивидуальная отметка), грамоты, подарки.

Коллективная мотивация: переходящий кубок «Самый добрый отряд», дополнительное время на дискотеке.

Сюрпризные моменты: «Добрый патруль» (неожиданное поощрение за спонтанно сделанное добро), «Тайный друг» (недельная игра).

Публичное признание: «Доска добрых дел» на общелагерном стенде, объявления по радио, фотоотчёт.

Заключительная церемония: вручение сертификатов «Мастер добрых дел» на линейке закрытия.

### **Содержательные и организационные особенности деятельности детских объединений**

Отряды 1-2 (14-17 лет): Выступают в роли наставников для младших отрядов. Разрабатывают и проводят собственные социальные проекты (волонтёрские акции, мастер-классы). Участвуют в дебатах, проектных сессиях, ролевых играх. Ведут «Школу добрых дел» – обучают навыкам волонтёрства. Организуют вечерние «огоньки» и рефлексивные круги. Отвечают за работу «Совета Мастеров» и координируют «Команду добрых дел».

Отряды 3-4 (10-13 лет): Активно участвуют в творческих мастер-классах и конкурсах. Выполняют коллективные добрые дела по инструкции (помощь в столовой, уборка территории, забота о растениях). Проходят игровые квесты, экологические акции, спортивные эстафеты. Ведут отрядную «Книгу добрых дел» (фиксируют задания и количество «Добрячков»). Участвуют в «Свечах добра» – учатся рефлексии и благодарности. Готовят номера для общелагерных мероприятий.

Отряды 5-6 (7-9 лет): Выполняют простые поручения (полить цветы, протереть столы, собрать игрушки). Много играют (подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, кукольный театр). Рисуют, лепят, делают простые поделки для

«Ярмарки добра». Обязателен дневной сон или тихий час. Каждый день – небольшое «доброе задание» от вожакого (например, «помоги соседу застегнуть куртку»).

*Дети с ОВЗ и инвалидностью:*

- С ментальными нарушениями (РАС, умственная отсталость): упрощённые инструкции, визуальные опоры (пиктограммы), короткие задания, работа в паре с волонтером.

- С нарушениями опорно-двигательного аппарата: адаптация физических активностей (замена бега на ходьбу, использование пандусов), помощь при перемещении.

- С соматическими заболеваниями (диабет, астма): контроль нагрузки, режим приёма лекарств, доступность питьевой воды и ингалятора.

### **Система самоуправления**

Совет Мастеров – высший орган самоуправления смены. Состав: по одному представителю от каждого отряда (выбирается на отрядном круге). Принимает решения о наградах («Мастер добрых дел»), корректирует план смены, организует «Ярмарку добра», решает спорные вопросы. Заседания: ежедневно (15–20 минут).

Команда добрых дел – волонтерский актив из детей (по желанию). Собирает информацию о добрых делах отрядов. Ведёт общелагерную «Книгу добрых дел» (сводный учёт «Добрячков»). Оформляет «Доску добрых дел» (стенд с фотографиями и благодарностями).

Дежурный отряд (сменный, по графику). Отвечает за порядок в столовой (помощь в раздаче воды, уборке посуды). Помогает на линейках и массовых мероприятиях. Контролирует чистоту на закреплённой территории.

## Ожидаемые результаты

### Критерии и методы оценки качества реализации программы

Оценка качества программы носит комплексный характер и направлена на выявление степени достижения поставленных образовательных, воспитательных и организационных целей. Мониторинг проводится на протяжении всей смены и по её итогам. Критериям относятся:

1. Психоэмоциональное состояние
2. Сформированность навыков инклюзивного взаимодействия
3. Приобретение опыта волонтерской деятельности
4. Уровень адаптации детей с ОВЗ
5. Удовлетворённость участников и родителей

### Методы и инструменты оценки

Критерий	Метод оценки	Инструмент (форма проведения)	Сроки проведения
Психоэмоциональное состояние	Психодиагностика	Тест «Детский опросник тревожности» (Амен, Рено), цветовой тест Люшера	1-й и 14-й день смены
Сформированность навыков инклюзивного взаимодействия	Педагогическое наблюдение, социометрия	Карта наблюдения за межличностными отношениями в отряде, социометрический опрос	Ежедневно (наблюдение), 7-й и 14-й день (социометрия)
Приобретение опыта волонтерской деятельности	Анализ портфолио добрых дел, экспертный лист	«Книга добрых дел» (отрядный маршрутный лист), отзывы участников «Команды добрых дел»	В течение смены, итоговая презентация 13-й день
Уровень адаптации детей с ОВЗ	Экспертная оценка педагога-психолога	Индивидуальная карта динамики (шкала адаптации, уровень тревожности, социальная активность)	3-й, 7-й, 14-й день
Удовлетворённость участников и родителей	Анкетирование, опрос	Анкета обратной связи «Моя смена», отзывы в родительских чатах	13–14-й день смены

## Кадровое обеспечение

### Педагогический состав

Должность	Кол-во	Функциональные обязанности
Руководитель	1	Осуществляет общее руководство деятельностью центра, контроль и координацию служб
Заместитель руководителя по социальной реабилитации	1	Отвечает за организацию воспитательной и образовательной деятельности
Заместитель руководителя по жизнеобеспечению – главный инженер	1	Отвечает за организацию мероприятий по жизнедеятельности центра
Ведущие специалисты по социально-психологической и социально-педагогической реабилитации	2	Отвечают за реализацию оздоровительно-образовательной программы
Ведущий специалист по социокультурной реабилитации	1	Отвечает за организацию работы творческих мастерских центра, физкультурно-оздоровительную деятельность
Старший тренер-преподаватель по АФК	1	Осуществляет комплекс мероприятий, направленных на физическое развитие и оздоровление ребенка. Руководитель смены.
Заведующая сектором организационно-методической работы	1	Отвечает за подготовку и организацию смены, за оказание методической помощи специалистам центра
Педагог-организатор	2	Содействует развитию личности, талантов и способностей, формированию общей культуры детей
Педагог-психолог	3	Осуществляет профессиональную деятельность, направленную на сохранение психического, соматического и социального благополучия детей и подростков, на психическое развитие и становление, реализацию возрастных и индивидуальных возможностей, личностного роста
Социальный педагог	12	Обучение детей и подростков трудовым навыкам по своему направлению. Воспитатели
Вожатый	6	Сопровождение деятельности временного детского коллектива, оказание организационной поддержки детям в создании, развитии и деятельности детского коллектива

### Медицинский состав

Должность	Кол-во	Функциональные обязанности
Заместитель руководителя по ЛОР	1	Отвечает за организацию лечебно-оздоровительной деятельности центра
Врач-педиатр	1	Составление программы медицинской реабилитации на период его пребывания в центре, контроль выполнения этой программы, динамическое наблюдение и лечение курируемых детей
Главная медицинская сестра	1	Обеспечение рациональной работы среднего медицинского персонала, организация и контроль соблюдения санитарно-эпидемиологического режима
Врач ЛФК	1	Обеспечение процесса медицинской реабилитации детей методами лечебной физкультуры
Врач-физиотерапевт	1	Назначение и контроль физиолечения пациентам центра
Медицинская сестра	2	Оказание доврачебной помощи детям, выполнение

		сестринских манипуляций
Медсестра по физиотерапии	3	Осуществление процесса медицинской реабилитации путем проведения физиопроцедур
Инструктор ЛФК	1	Осуществление процесса медицинской реабилитации методами лечебной физкультуры

### **Нормативно-правовое обеспечение**

#### *Перечень федеральных документов:*

1. Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ (ред. от 28.11.2025) «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации»
2. Закон РФ от 07.02.1992 № 2300-1 (ред. от 28.12.2025) «О защите прав потребителей»
3. Глава 4 Федерального закона от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
4. Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ (ред. от 24.06.2025) «О персональных данных»
5. Постановление Правительства РФ от 01.11.2012 № 1119 «Об утверждении требований к защите персональных данных при их обработке в информационных системах персональных данных»
6. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 23.07.2025) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
7. Федеральный закон от 22.12.2014 № 429-ФЗ (ред. от 30.01.2024) «О внесении изменений в Федеральный закон "Об обращении лекарственных средств"»
8. Федеральный закон от 24.11.1995 № 181-ФЗ (ред. от 29.12.2025) «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»
9. Федеральный закон от 28.12.2013 № 442-ФЗ (ред. от 26.12.2024) «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»
10. Постановление Правительства РФ от 12.10.2019 № 2406-р (ред. от 15.01.2025) «Об утверждении перечня жизненно необходимых и важнейших лекарственных препаратов...»
11. Постановление Правительства РФ о Программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на текущий год
12. Приказ Минпросвещения России от 17.03.2025 № 209 «Об утверждении федеральной программы воспитательной работы для организаций отдыха детей и их оздоровления»

#### *Перечень региональных документов:*

1. Постановление Администрации г. Тюмени от 28.04.2014 № 65-пк «О Порядке формирования независимой системы оценки качества работы организаций, оказывающих социальные услуги»
2. План Департамента социального развития Тюменской области на текущий период
3. Постановление Правительства Тюменской области от 29.09.2009 № 279-п «О реабилитации отдельных категорий граждан в специализированных реабилитационных центрах в Тюменской области»
4. Постановление Правительства Тюменской области о Территориальной программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи в Тюменской области на текущий год

### **Информационно-методическое обеспечение**

Реализация программы строится на комплексе взаимодополняющих педагогических, психологических и оздоровительных технологий, обеспечивающих

целостность воспитательного процесса, учёт индивидуальных особенностей детей и достижение поставленных целей. Каждая технология имеет своё методическое наполнение, которое конкретизирует формы, приёмы и способы её практической реализации.

1. *Игровые технологии* выступают системообразующим элементом всей смены, превращая воспитательные и оздоровительные задачи в увлекательное приключение. В основе лежит сквозная легенда «Мастерской добрых дел» – волшебного места, где каждый ребёнок становится подмастерьем, а затем, пройдя три ступени («Вижу добро», «Умею делать добро», «Создаю добро вместе с другими»), получает звание Мастера. Вводится ролевая иерархия: подмастерье, мастер, Совет Мастеров. Игровая валюта – «Добрячки» (жетоны), которые выдаются за добрые дела, инициативу, помощь и победы. Игровые артефакты: «Книга добрых дел» (отрядный маршрутный лист), «Доска добрых дел» (общелагерный стенд), «Свеча добра» (вечерний рефлексивный круг). Используются такие формы, как квесты, станционные игры, сюжетно-ролевые игры, игры-драматизации, «Добрый патруль» (сюрпризное поощрение) и «Тайный друг». Игровая экономика позволяет тратить «Добрячки» на дополнительные мастер-классы, право выбора активности или внеочередное купание в бассейне. Благодаря игровым технологиям абстрактные ценности (милосердие, забота) обретают осязаемую форму и становятся личным опытом каждого ребёнка.

2. *Технологии инклюзивного взаимодействия.* В центре «Родник» реализуется модель «обратной инклюзии»: нормотипичные дети попадают в среду, где постоянно находятся дети с тяжёлыми множественными нарушениями. Для успешного взаимодействия используются визуальные опоры (пиктограммы, расписания в картинках), адаптированные инструкции (короткие фразы, пошаговое объяснение), работа в парах «равный – равному» и «ребёнок – волонтер». Проводятся специальные занятия по программе «Общий язык», где дети осваивают инклюзивный этикет, учатся понимать невербальные сигналы, оказывать помощь без излишней опеки. Педагоги и вожатые используют технику «социальных историй» для объяснения сложных ситуаций, а также «круги дружбы» для профилактики отвержения. В спортивных и творческих мероприятиях предусмотрена вариативность ролей: ребёнок с нарушением опорно-двигательного аппарата может быть судьёй, ведущим, художником, а не только пассивным участником. Поощряется взаимопомощь, но без принуждения: каждый сам решает, готов ли он помочь. Благодаря этим технологиям у всех детей формируется эмпатия, снижается тревожность, преодолеваются барьеры общения.

3. *Здоровьесберегающие технологии.* В рамках смены строго соблюдается режим дня с обязательным дневным сном (для младших) или тихим часом, полноценным ночным сном (не менее 9–10 часов), регулярным шестиразовым питанием по меню, согласованному с Роспотребнадзором. Ежедневно проводятся утренняя вариативная зарядка, динамические паузы, физкультурные минутки во время творческих занятий. Реализуются закаливающие процедуры: воздушные и солнечные ванны, хождение босиком по траве, контрастное обливание стоп, купание в бассейне. В тематической беседке «Музыка ветра» проводятся занятия дыхательной гимнастикой и логоритмикой, в беседке «Шепот звезд» – релаксационные упражнения и психогимнастика. Медицинские работники ежедневно осуществляют утренний и вечерний фильтр, контролируют самочувствие детей. Проводятся беседы «Школа здоровья» (личная гигиена, профилактика вредных привычек, режим дня). Все помещения регулярно проветриваются, используется бактерицидное облучение. Благодаря этим технологиям у детей формируются устойчивые привычки здорового образа жизни, снижается заболеваемость, улучшается адаптация к физическим нагрузкам.

4. *Технологии коллективной творческой деятельности (КТД)*. В смене используются различные виды КТД: трудовые (экологический десант «Чистый лес», благоустройство территории), творческие (концерт для младших отрядов, театр-экспромт), социально-значимые (акция «Птичья столовая», изготовление подарков для пожилых людей), спортивные («Весёлые старты»), интеллектуальные (квест «Секреты дружбы»). Особенность КТД в инклюзивной смене – вариативное участие: ребёнок может выполнять посильное задание (нарисовать афишу, принести реквизит, сыграть роль без слов). После каждого КТД проводится «Свеча добра» – рефлексия, где каждый высказывается о своём вкладе и благодарит других. Технология КТД развивает коллективизм, ответственность, творческую инициативу и даёт каждому ребёнку опыт совместного созидания.

5. *Технологии психолого-педагогического сопровождения*. На старте смены педагог-психолог проводит психодиагностику (уровень тревожности, социометрический статус, эмоциональное состояние) с помощью адаптированных методик (цветовой тест Люшера, детский опросник тревожности, наблюдение). В течение смены организуются ежедневные психологические «пятиминутки» в отрядах, тренинги по программе «Фокус на важном» (развитие эмоционального интеллекта, саморегуляции, навыков разрешения конфликтов). Для детей с ОВЗ проводятся индивидуальные коррекционные занятия по развитию высших психических функций («Когнитивная зарядка»). Педагог-психолог осуществляет ежедневный патронаж: наблюдает за эмоциональным климатом в отряде, выявляет признаки буллинга, тревожности, переутомления. В случае необходимости проводится психологическое консультирование ребёнка и его родителей. Для педагогического персонала организуются супервизии и тренинги по профилактике эмоционального выгорания. Важный элемент – ежедневная рефлексия участников (в дневниках, на круге), которая помогает осознавать свои чувства и поступки. Благодаря этим технологиям создаётся психологически безопасная среда, снижается уровень стресса, повышается адаптивность детей.

6. *Технологии самоуправления и самоорганизации*. Высший орган самоуправления – Совет Мастеров, в который входит по одному представителю от каждого отряда (выбирается на отрядном круге). Совет Мастеров собирается ежедневно на 15–20 минут, принимает решения о награждении «Добрячками», корректирует план смены, организует «Ярмарку добра», решает спорные вопросы. Другой орган – «Команда добрых дел» – волонтерский актив из желающих детей, который ведёт общелагерную «Книгу добрых дел», оформляет «Доску добрых дел», помогает в проведении акций. Вводится система дежурного отряда (сменный график): отряд отвечает за порядок в столовой, помогает на линейках и массовых мероприятиях, контролирует чистоту на закреплённой территории. В отрядах действуют чередующиеся поручения (ответственный за спортивный инвентарь, за уголок природы, за фотоотчёт). Все решения, касающиеся жизни отряда, принимаются на общем круге методом открытого голосования. Технологии самоуправления позволяют детям почувствовать себя хозяевами своей жизни в лагере, развивают инициативу и готовность отвечать за результаты.

7. *Технологии развивающего обучения (познавательные)*. Ежедневно проводятся «Когнитивные зарядки» – короткие (10–15 минут) упражнения на развитие памяти, внимания, логического мышления, пространственного воображения. В творческих мастерских «Сделано вручную» дети осваивают конкретные ремёсла (лепка, оригами, работа с природными материалами, простой ремонт книг), причём каждое занятие сопровождается познавательной информацией (например, история глиняной игрушки или свойства дерева). В рамках программы «Общий язык» проводятся занятия по инклюзивному этикету и коммуникативной культуре, где в игровой форме изучаются правила вежливости,

невербального общения, способы разрешения конфликтов. Для детей с ОВЗ задания адаптируются: используются карточки с картинками, задания на сортировку, парные упражнения. Интеллектуальные игры (викторины, «Что? Где? Когда?», брейн-ринги) посвящены темам волонтерства, экологии, истории добрых дел. Важная форма – проектная деятельность: отряды готовят мини-проекты (например, «Сад добрых дел», «Книга сказок для малышей»), что требует сбора информации, планирования и презентации. Все развивающие занятия строятся на принципе «учение с увлечением» и не дублируют школьную программу, а дополняют её практико-ориентированным содержанием.

### **Особенности материально-технического обеспечения**

Спальный корпус рассчитан на 100 мест. Проживание в 2 и 3-местных номерах. Санузел рассчитан на 2 комнаты. Душевые расположены на этажах. Для реализации культурно-досуговых и физкультурно-оздоровительных мероприятий имеются: концертный зал, спортивно-игровой зал (мягкий городок, теннисный стол), библиотека, сенсорная комната, чайная, игровые комнаты, холлы, мастерские декоративно-прикладного творчества. На первом этаже располагаются кабинеты узких специалистов: логопеда, психолога, социального педагога. Корпус оборудован пандусами, лифтом. Функционирует круглосуточный медицинский пост, где в любое время суток окажут неотложную помощь.

Лечебный корпус - два этажа занимает лечебное отделение, на третьем этаже – гостиничные номера и танцевальный зал. На первом этаже расположены спелеокамера, ванное отделение, кабинет ПДМ, лечебные души, кабинет грязелечения и парафинолечения. На втором этаже – кабинет электросветолечения, зал лечебной физкультуры, три кабинета массажа, ингаляций, кабинет врача-физиотерапевта, врача ЛФК, невролога, кабинет заведующей отделением и главной медсестры. Для отдыха имеется просторный холл с мягкой мебелью, телевизором, фонтаном.

Спортивно-оздоровительный комплекс - большой спортивный зал (площадь – 557,3 кв. м), тренажерный и спортивно-игровой залы, медицинский кабинет, буфет, душевые комнаты и раздевалки.

Столовая рассчитана на 150 посадочных мест. Площадь – 700 кв. м. Питание в центре шестиразовое, включающее в себя завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, сонник. Имеется витаминный стол. Меню разработано в соответствии с СанПиНом 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и согласовано с территориальным управлением Роспотребнадзора по Тюменской области.

Административный корпус. Прачечный комплекс. Котельная. На территории учреждения находится детская площадка, на которой установлены качели, песочница, также имеется спортивный городок, футбольное поле, волейбольная площадка.

В учреждении создана среда, отвечающая требованиям физической безбарьерности: пандусы, лифты, специально оборудованные туалеты, широкие дверные проемы, аппарели - телескопический пандус для инвалидной коляски, спецподъемник – ступенькоход, информационное табло – бегущая строка, контрастная маркировка для слабовидящих – яркая полоса на крайних ступенях лестниц, круги на дверях.

## Список литературы

1. Алехина, С.В. Инклюзивное образование: от политики к практике / С.В. Алехина // Психологическая наука и образование. – 2016. – Т. 21. – № 1. – С. 136–145.
2. Байбородова, Л.В. Воспитательная работа в детском загородном лагере : учебно-методическое пособие / Л.В. Байбородова, М.И. Рожков. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2017. – 224 с.
3. Волонтерство в инклюзивной практике : методическое пособие для организаторов добровольческой деятельности / под ред. Т.Н. Владимировой. – М. : РГСУ, 2020. – 158 с.
4. Григорьев, Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор : пособие для учителя / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. : Просвещение, 2011. – 223 с.
5. Иванов, И.П. Энциклопедия коллективных творческих дел / И.П. Иванов. – М. : Педагогика, 2015. – 208 с.
6. Лечебная физкультура и массаж в реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / под ред. Е.П. Ламановой. – Тюмень : АУ ТО «ЦКР «Родник», 2023. – 112 с.
7. Маллаев, Д.М. Игровые технологии в социализации детей с ограниченными возможностями здоровья / Д.М. Маллаев, С.Н. Тагирова. – Махачкала : ДГПУ, 2019. – 186 с.
8. Митросенко, С.В. Психолого-педагогическое сопровождение детей в условиях летнего оздоровительного лагеря : методические рекомендации / С.В. Митросенко. – Красноярск : КГПУ, 2018. – 92 с.
9. Организация инклюзивной среды в детском оздоровительном лагере : сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции / под ред. О.А. Суховой. – Екатеринбург : УрГПУ, 2021. – 204 с.
10. Рожков, М.И. Развитие самоуправления в детском коллективе : учебно-методическое пособие / М.И. Рожков. – М. : ВЛАДОС, 2014. – 192 с.
11. Формирование здорового образа жизни у детей и подростков в условиях летнего лагеря : методическое пособие / под ред. В.Н. Исаевой. – СПб. : ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2020. – 144 с.
12. Холостова, Е.И. Социальное волонтерство: теория и практика / Е.И. Холостова, Л.И. Кононова. – М. : Дашков и К°, 2019. – 256 с.
13. Шипицына, Л.М. Психолого-педагогическое сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья / Л.М. Шипицына. – СПб. : Речь, 2017. – 336 с.
14. Ясвин, В.А. Школьная среда как предмет измерения: экспертиза, проектирование, управление / В.А. Ясвин. – М. : Народное образование, 2019. – 448 с.

## Приложения

### Приложение 1. Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия	Уровень				
		общелагерный	межотрядный	групповой	отрядный	индив-ный
<b>Организационный период смены</b>						
<i>Блок Россия</i>						
1.	Торжественная церемония подъема Государственного флага Российской Федерации в день открытия смены	+				
2.	Экскурсия по территории учреждения		+			
3.	Вечернее мероприятие «Веревочный курс «Мы – команда»»	+				
<i>Блок Человек</i>						
4.	Проведение инструктажей, знакомящих с правилами безопасного поведения на дорогах и в транспорте, правилами пожарной безопасности, правилами безопасности при занятиях спортом, правилами поведения в общественных местах, правилами поведения при массовом скоплении людей			+		
<i>Модуль «Спортивно-оздоровительная работа»</i>						
5.	Мониторинг здоровья детей					+
6.	Спортивно-игровая программа «Будь здоров!»			+		
<i>Модуль «Психолого-педагогическое сопровождение»</i>						
7.	Психодиагностическое обследование психоэмоционального состояния участников смены					+
8.	Вечерний огонек				+	
9.	Психолого-педагогический патронаж				+	
10.	Психологическое сопровождение педагогического персонала по адаптации участников смены					+
11.	Рефлексия участников смены по окончанию дня					+
<i>Модуль «Предметно-эстетическая среда»</i>						
12.	Квест-игра «Найди сокровища Мастерской»			+		
<i>Модуль «Культура»</i>						
13.	Занятия по программе «Сделано руками»			+		
<b>Основной период смены</b>						
<i>Блок Россия</i>						
14.	Беседа «Города-герои. Уроки мужества»				+	
15.	Фотовыставка «Моя Россия – моя доброта»			+		
16.	Торжественная линейка с поднятием флага. Беседа о городах-героях и трудовой доблести				+	
<i>Блок Человек</i>						
17.	Проведение тренировочной эвакуации при пожаре или обнаружении взрывчатых веществ	+				
18.	Викторина «Правила безопасности – наши лучшие друзья»		+			
<i>Блок Мир</i>						
19.	Конкурс инсценированной песни «О добром и вечном»	+				
<i>Модуль «Спортивно-оздоровительная работа»</i>						
20.	Утренняя вариативная зарядка	+				

21.	«Веселые старты» с участием детей с ОВЗ с реабилитации				+	
22.	Мониторинг здоровья детей					+
23.	Беседы, направленные на профилактику вредных привычек и привлечение интереса детей к здоровому образу жизни «Школа здоровья»			+		
<i>Модуль «Культура»</i>						
24.	Концерт детской школы искусств «Гармония»	+				
25.	Просмотр фильма «Доброе сердце» (обсуждение)				+	
26.	Фольклорный праздник «Сибирские посиделки»	+				
<i>Модуль «Психолого-педагогическое сопровождение»</i>						
27.	Ежедневный психолого-педагогический патронаж, для физической и психологической безопасности ребенка в условиях организации отдыха детей и их оздоровления, профилактика травли в детской и подростковой среде				+	
28.	Психологическое консультирование участников, имеющих проблемы в поведении и/или испытывающие трудности в адаптации					+
29.	Психологические тренинги по программе «Фокус на важном»				+	
30.	Психологическое сопровождение педагогического персонала, для создания эффективной профилактической среды и обеспечение безопасности жизнедеятельности					+
31.	Ежедневная рефлексия участников смены					+
<i>Модуль «Самоуправление»</i>						
32.	Заседание Совета Мастеров				+	
<i>Модуль «Инклюзивное пространство»</i>						
33.	Просветительские занятия по формированию инклюзивной культуры «Общий язык»			+		
<i>Модуль «Профориентация»</i>						
34.	Встреча с представителем волонтерского центра «Мы вместе»		+			
<i>Модуль «Коллективная социально значимая деятельность в Движении Первых»</i>						
35.	Вступление участников лагерной смены в Отделение РДДМ «ЦКР «Родник»					+
36.	Мастерская добрых дел. Проектная сессия	+				
<i>Модуль «Кружки и секции»</i>						
37.	Групповые занятия по программе дополнительного образования «Сделано руками»			+		
38.	Групповые спортивные игры по адаптированной дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности			+		
39.	Физкультурно-оздоровительные, спортивные занятия по программе «Сила в движении»			+		

40.	Групповые занятия по программе мозжечковой стимуляции и командного взаимодействия «Нейротренинг»			+		
41.	Программа развития высших психических функций «Когнитивная зарядка»				+	
<i>Модуль «Социальное волонтерство и инклюзивное добровольчество»</i>						
42.	Организация социального проекта для детей с ограниченными возможностями здоровья волонтерским коллективом «Команда добрых дел»			+		
43.	Акция «Милосердие»			+		
<b>Заключительный период смены</b>						
<i>Блок Россия</i>						
44.	Торжественная церемония спуска Государственного флага Российской Федерации в день закрытия смены	+				
<i>Модуль «Спортивно-оздоровительная работа»</i>						
45.	Мониторинг здоровья детей					+
<i>Модуль «Психолого-педагогическое сопровождение»</i>						
46.	Психодиагностическое обследование психоэмоционального состояния участников смены					+
47.	Психолого-педагогический патронаж				+	
48.	Психологическое сопровождение педагогического персонала					+
49.	Рефлексия участников смены по итогам проведения смены					+
50.	Итоговая рефлексия «Мои добрые дела» (круг благодарностей)				+	

*Приложение 2. План-сетка смены «Мастерская добрых дел: создаем вместе»*

<b>День</b>	<b>Название дня</b>	<b>Цель</b>	<b>Содержание дня (Деятельность)</b>	<b>Легенда и сюжетный ход</b>
1	«Добро пожаловать в Мастерскую!»	Знакомство с территорией, правилами, игровым сюжетом. Формирование отрядов.	Заезд, размещение, медосмотр. Игровая программа «Знакомство без границ». Торжественная линейка открытия. Огонёк «Давайте знакомиться».	Открытие Мастерской добрых дел. Посвящение в подмастерья. Вручение «Книг добрых дел» отрядам. Появление первого задания от Совета Мастеров.
2	«Секрет доброго сердца»	Диагностика психоэмоционального состояния, формирование отрядных традиций.	Утренняя зарядка «Бодрое утро». Психологический тренинг «Фокус на важном». Отрядное КТД «Наша эмблема и девиз». Вечерняя «Свеча добра».	Каждый отряд получает конверт с секретом: добро начинается с улыбки. Задание – придумать название и символ отряда. Первые «Добрячки» за помощь соседу.
3	«Мастерская внутри нас»	Запуск творческих мастерских, обучение простым делам помощи.	Мастер-классы «Сделано вручную» (поделки для младших). Когнитивная зарядка. Спортивная эстафета «Сила в движении». Встреча с «Командой добрых дел».	Открытие трёх цехов: «Рукоделы», «Заботливые», «Чистюли». Каждый выбирает направление. Появление «Доброго патруля».
4	«Дорогою добра»	Развитие эмпатии, знакомство с детьми с ОВЗ (постоянными получателями услуг).	Экскурсия по центру «Родник» (лечебные корпуса, сенсорная комната). Совместное занятие «Общий язык» (инклюзивный этикет). Акция «Открытка другу».	Подмастерья узнают, что в «Роднике» живут особенные ребята. Задание: сделать открытку своими руками и подарить. Первое шефство – помощь в столовой.
5	«Добро в движении»	Физическое развитие, командный дух, мозжечковая стимуляция.	Нейротренинг на свежем воздухе. Спортивный праздник «Весёлые старты вместе». Танцевальный флешмоб. Беседа «Школа здоровья» (гигиена).	Спортивный вызов от Совета Мастеров: отряд, набравший больше «Добрячков» за активность, получит приз.
6	«Экологическая тропа»	Формирование бережного отношения к природе, забота об общем доме.	Экологический десант «Чистый лес» (уборка территории). Мастер-класс из природных материалов «Краски природы». Конкурс плакатов «Сохраним планету».	Задание – навести порядок в Мастерской (территории). За каждые 5 собранных пакетов – бонусные «Добрячки».
7	«День наоборот»	Развитие толерантности, смена ролей (дети помогают взрослым).	День самоуправления: старшие отряды проводят игры для младших. Квест «Секреты дружбы». Просмотр фильма о волонтерах. Рефлексия «Мой вклад».	Все роли меняются. Вожатые становятся подмастерьями, а дети – мастерами. Самые активные получают знак «Мастер-наставник».

8	«Праздник добрых слов»	Развитие коммуникативных навыков, культуры речи.	Логоритмика «Звучи красиво» в беседке «Музыка ветра». Игра «Комплимент по кругу». Театр-экспромт «Сказка о вежливости».	В Мастерскую прилетает фея Речи. Задание: говорить добрые слова, не ругаться. Отряд, где больше всего комплиментов, получает «Добрячков».
9	«Мастер-класс для всех»	Передача опыта, обучение конкретным навыкам.	Старшие отряды проводят мастер-классы для младших (лепка, оригами, простой ремонт книг). Работа «Команды добрых дел» – подготовка к Ярмарке.	Открытие Школы добрых дел. Каждый может научить других тому, что умеет. «Добрячки» за обучение.
10	«Сила единства»	Сплочение разновозрастного инклюзивного коллектива.	Командная игра «Большая гонка» (смешанные команды из разных отрядов и детей с ОВЗ). Психологический тренинг «Мы вместе». Песенный вечер у костра.	Тёмный лес сомнений – нужно пройти этапы вместе, держась за руки. Только объединившись, можно получить ключ от сундука с «Добрячками».
11	«День заботы»	Реализация социального проекта, шефская помощь.	Посещение младших групп (изготовленные поделки, концерт). Акция «Птичья столовая» (кормушки). Подготовка номеров к закрытию.	Завершение главного проекта смены – «Сад добрых дел» (посадка цветов на клумбе) или «Книга сказок для малышей».
12	«Ярмарка добра» (предфинал)	Презентация проектов, обмен результатами, благотворительность.	Выставка-ярмарка поделок (внутренняя валюта – «Добрячки»). Танцевальный марафон.	Открытие главной торговой площади. Каждый отряд продаёт свои изделия за «Добрячки».
13	«Звёздный час Мастеров»	Подведение итогов, награждение, рефлексия.	Торжественная линейка с подведением итогов «Книги добрых дел». Церемония присвоения званий «Мастер добрых дел» (бронза, серебро, золото). Прощальный концерт.	Вручение переходящего кубка «Самый добрый отряд». Совет Мастеров зачитывает указ о передаче эстафеты следующей смене. Зажжение «Свечи добра».
14	«До новых добрых дел!»	Безопасное завершение смены, отъезд.	Утренняя рефлексия «Круг благодарностей». Сдача инвентаря, упаковка вещей. Прощальная линейка (спуск флага). Отъезд детей.	Мастерская закрывается до следующего года, но добрые дела остаются в сердце каждого. Обмен контактами, обещание писать письма.

*Приложение 3. Сквозная программа социального волонтерства и инклюзивного добровольчества «Команда добрых дел»*

**Направленность программы** — социально-гуманитарная.

**Актуальность.** В детской и подростковой среде сохраняются стереотипы, страх и непонимание в отношении людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Лагерная смена с наличием среды обратной инклюзии создаёт уникальные возможности для реального знакомства и совместной деятельности нормотипичных детей и детей с особыми потребностями. Однако без предварительной подготовки такие контакты могут быть неэффективны. Программа «Команда добрых дел» решает эту проблему через игровую, пошаговую подготовку детей к волонтерской и инклюзивной деятельности.

**Отличительные особенности:** игровая форма каждого занятия (отсутствие лекций), опора на среду обратной инклюзии для итогового дела, краткосрочность (6 занятий), что позволяет встроить программу в лагерную смену.

**Адресат программы:** Дети 7–17 лет (нормотипичные и с ОВЗ). В группе допускается разновозрастной состав с делением на подгруппы 7–10 лет и 11–17 лет при выполнении некоторых упражнений.

**Объём и срок освоения:** 6 часов, где академический час равен 45 минутам.

**Форма обучения:** очная, групповая (до 20 человек).

**Цель:** Создание условий для освоения учащимися базовых моделей социального волонтерства и уважительного инклюзивного взаимодействия через систему игровых занятий и практических дел.

**Обучающие задачи:**

- Познакомить с понятиями «волонтер», «помощь», «инклюзия», «особые потребности» (в доступной игровой форме).
- Обучить 3–4 конкретным способам предложения помощи (вербальным и невербальным).

**Развивающие задачи:**

- Развить эмпатию, сенсорную чувствительность, наблюдательность через игры с ограничением сенсорных каналов.
- Сформировать навык совместного планирования и группового принятия решений.

**Воспитательные задачи:**

- Снизить стереотипные страхи и барьеры перед общением с людьми с ОВЗ.
- Воспитать ответственное отношение к своим словам и действиям в ситуации помощи.

**Учебно-тематический план**

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		Теория	Практика	
1	Знакомство. Кто такие волонтеры?	0,1	0,9	Наблюдение, плакат правил
2	Разные возможности	0,1	0,9	Игровые пробы
3	Как мы общаемся?	0,1	0,9	Рольевые ситуации
4	Наши идеи	0,1	0,9	Групповое голосование
5	Мастерская	0,1	0,9	Продукт деятельности
6	Наши дела	0,1	0,9	Дело, рефлексия
	Итого:	0,6	5,4	

**Содержание учебно-тематического плана**

**Тема 1. «Знакомство. Кто такие волонтеры?» (1 ч.) Теория.** Краткое введение о волонтерстве (примеры из жизни). **Практика.** Игры «Имя + движение», «Волонтер — это...» (облако слов), «Помощь без слов» (передвижение стула в

парах без речи). Создание плаката «Правила команды». Рефлексия.

**Тема 2. «Разные возможности» (1 ч.)** *Теория.* Люди по-разному видят, слышат, двигаются — это не плохо и не хорошо. *Практика.* Игра «Угадай, что звучит» (за ширмой), «Рисунок на спине» (передача фигуры), «Поводырь» (ходьба с завязанными глазами). Просмотр короткого мультфильма об инклюзии. Рефлексия.

**Тема 3. «Как мы общаемся?» (1 ч.)** *Теория.* Разные способы общения (жесты, картинки, записки). Демонстрация жестов «привет», «спасибо», «помоги». *Практика.* Станции: «Говорящие руки», «Альбом для общения» (карточки-рисунки), «Предложи помощь» (отработка фраз), «Опиши не видя». Рефлексия.

**Тема 4. «Наши идеи» (1 ч.)** *Теория.* Волонтерство — это умение предлагать свои идеи. *Практика.* Игра «Корзина идей», создание «Древа дел» (ствол — умения, ветви — кому помогаем, листья — дела). Голосование стикерами за 1–2 дела для реализации. Первичное планирование.

**Тема 5. «Мастерская» (1 ч.)** *Теория.* Постановка задачи — сделать продукт, который поможет другим. *Практика.* Разминка «Передай действие». Работа в мини-группах: изготовление пособий (коммуникативные карточки, настольные игры с крупными деталями и др.) / подготовка мастер-класса / съёмка видеоролика. Промежуточная презентация. Рефлексия.

**Тема 6. «Наши дела» (1 ч.)** *Теория.* Настрой на встречу с благополучателями. *Практика.* Игра-настрой «Зеркало». Реализация доброго дела в среде обратной инклюзии ЦКР «Родник» (мастер-класс, вручение пособий, показ видео). Круг итогов (что получилось, что было неожиданно). Вручение значков «Команда добрых дел». Ритуал завершения.

#### Планируемые результаты

##### Предметные:

- Учащийся называет 2–3 признака волонтерской деятельности.
- Демонстрирует 3 способа предложения помощи (вербальный, жест, карточка/записка).
- Приводит примеры корректного и некорректного общения с человеком с ОВЗ.

##### Метапредметные:

- Умеет договариваться в паре и малой группе при выполнении игрового задания.
- Способен предложить и обосновать свою идею доброго дела.
- Осуществляет рефлекссию собственных действий и эмоций.

##### Личностные:

- Проявляет снижение тревожности и стереотипов при контакте с людьми с ОВЗ (по наблюдению).
- Иницирует помощь в ситуациях, требующих поддержки (в рамках возраста).
- Участвует в итоговом инклюзивном событии без принуждения.

#### Формы контроля

Форма контроля	Сроки	Оцениваемые параметры
Педагогическое наблюдение	Каждое занятие	Активность, соблюдение правил, умение слушать
Игровые пробы	Занятие 3	Корректность предложения помощи
Анализ продукта деятельности	Занятие 5	Завершённость, применимость пособия/сценария
Фиксация участия в итоговом деле	Занятие 6	Факт участия в реальном действии
Рефлексивные круги	Занятия 1–6	Способность выразить своё состояние



*Приложение 4. Сквозная программа психолого-педагогического сопровождения «Фокус на важном»*

**Направленность программы** — социально-гуманитарная (психолого-педагогическая).

**Актуальность.** В условиях лагерной смены дети и подростки испытывают повышенные эмоциональные нагрузки: смена привычного окружения, необходимость выстраивать новые отношения, высокая конкуренция за внимание, страх быть непринятым в группе. У многих детей недостаточно развиты навыки саморегуляции, распознавания своих эмоций и конструктивного выхода из конфликтных ситуаций. Программа «Фокус на важном» направлена на создание безопасного пространства, где участники через игровые упражнения и рефлекссию осваивают способы управления своим состоянием, эффективной коммуникации и укрепления самооценки.

**Отличительные особенности:** Игровая и метафорическая форма (без «лекций по психологии»). Краткосрочность (6 занятий), позволяет встроить программу в лагерную смену. Опора на групповую динамику: каждое занятие строится как «круг доверия». Акцент не на диагностике проблем, а на формировании ресурсных состояний.

**Адресат программы:** дети 7–17 лет (нормотипичные и с лёгкими формами ОВЗ, не требующими индивидуального сопровождения). В группе допускается разновозрастной состав с делением на подгруппы 7–10 лет и 11–17 лет при выполнении некоторых упражнений.

**Объём и срок освоения:** 6 часов, где академический час равен 45 минутам.

**Форма обучения:** очная, групповая (до 20 человек).

**Цель:** Создание условий для развития эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков и позитивной самооценки у детей и подростков через систему игровых занятий и групповых рефлексий.

**Обучающие задачи:**

- Познакомить с базовыми эмоциями (радость, гнев, страх, печаль) и способами их распознавания.
- Обучить 2–3 приёмам саморегуляции в стрессовой ситуации (дыхание, переключение внимания, «стоп-сигнал»).

**Развивающие задачи:**

- Развить эмпатию и умение слушать другого через ролевые игры.
- Сформировать навыки конструктивного поведения в конфликте.
- Развить умение давать и принимать обратную связь без обесценивания.

**Воспитательные задачи:**

- Снизить уровень тревожности и агрессивности в групповом взаимодействии.
- Воспитать уважение к чувствам и границам другого человека.
- Укрепить чувство принадлежности к группе и ответственность за общий климат.

**Учебно-тематический план**

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		Теория	Практика	
1	Знакомство. Наши правила. Что я жду от смены	0,1	0,9	Наблюдение, плакат правил
2	Мир эмоций. Как понять себя и другого	0,1	0,9	Игровые пробы, «Эмоциональный кубик»
3	Когда мне трудно: справляемся со стрессом	0,1	0,9	Демонстрация приёмов саморегуляции

4	Говорим и слышим друг друга	0,1	0,9	Ролевые ситуации, анализ конфликтов
5	Моя ценность. Уверенность и поддержка	0,1	0,9	Продукт («Копилка успехов», «Ладощка»)
6	Итоги. Что я возьму с собой	0,1	0,9	Рефлексивный круг, обратная связь
	Итого	0,6	5,4	

### Содержание учебно-тематического плана

**Тема 1. «Знакомство. Наши правила. Что я жду от смены» (1 ч.) Теория.** Краткое введение: зачем мы собираемся, как будут проходить занятия (без оценок, всё, что происходит в круге, остаётся в круге). *Практика.* Игра «Снежный ком» (имя + любимое занятие). Упражнение «Мои ожидания» (стикеры на плакате). Создание правил группы (например: «Я-высказывания», «Не перебивать», «Можно ошибаться»). Игра «Путаница» (распутывание живого круга). Рефлексия «Что было легко/сложно».

**Тема 2. «Мир эмоций. Как понять себя и другого» (1 ч.) Теория.** Эмоции — это сигналы. Четыре базовые эмоции (радость, гнев, страх, печаль). Как они выглядят и ощущаются в теле. *Практика.* Игра «Пантомима эмоций» (изобразить без слов). Упражнение «Эмоциональный кубик» (на гранях эмоции — участник рассказывает ситуацию, где её испытывал). Игра «Передай чувство по кругу» (мимикой, без звука). Просмотр короткого мультфильма «Головоломка» (фрагмент) и обсуждение. Рефлексия «Какая эмоция была у меня сегодня на занятии?».

**Тема 3. «Когда мне трудно: справляемся со стрессом» (1 ч.) Теория.** Что такое стресс и тревога. Почему они возникают. Простые способы успокоиться (дыхание, «якорь», переключение внимания). *Практика.* Упражнение «Дыхание квадратом» (вдох-пауза-выдох-пауза). Игра «Найди и назови 5 предметов» (переключение внимания). Упражнение «Моё спокойное место» (визуализация с закрытыми глазами). Рисование «Мой антистресс-предмет». Игра «Стоп-сигнал» (остановка в момент напряжения). Рефлексия «Какой способ я запомнил(а) лучше всего?».

**Тема 4. «Говорим и слышим друг друга» (1 ч.) Теория.** Почему возникают ссоры. «Я-сообщение» и «Ты-сообщение». Правила активного слушания. *Практика.* Упражнение «Испорченный телефон» (с усложнением — передача фразы с эмоцией). Ролевая игра «Конфликт в отряде» (разбор двух вариантов: обвинение и «Я-сообщение»). Игра «Слушаем и повторяем» (один рассказывает короткую историю, второй пересказывает, третий проверяет точность). Создание памятки «Как не поссориться» (в рисунках). Рефлексия «Что для меня самое важное в разговоре?».

**Тема 5. «Моя ценность. Уверенность и поддержка» (1 ч.) Теория.** Что такое самооценка. Отличие уверенности от самоуверенности и неуверенности. Почему важно поддерживать других. *Практика.* Упражнение «Мои сильные стороны» (каждый называет 2 своих качества, группа добавляет ещё по одному). Игра «Комплимент по кругу» (без «но»). Упражнение «Ладощка» (обвести ладонь, в каждом пальце написать «Я умею...», «Я могу...» и т.д.). Создание «Копилки успехов» (общая коробка, куда складывают записки о своих маленьких победах за смену). Рефлексия «Что я сегодня узнал(а) о себе?».

**Тема 6. «Итоги. Что я возьму с собой» (1 ч.) Теория.** Напоминание о пройденном: что было на прошлых занятиях. *Практика.* Упражнение «Чемодан в дорогу» (каждый пишет на стикере одно умение/качество, которое он забирает после программы). Игра «Атомы-молекулы» (для сплочения). Общий рисунок «Фокус на важном» (ватман, фломастеры). Круг итогов: «Что мне помогло?», «Что я могу посоветовать другим?». Вручение наклеек/бланков «Я справился(лась)». Ритуал завершения («Спасибо соседу за...»).

## Планируемые результаты

### Предметные:

- Учащийся называет 4 базовые эмоции и описывает их телесные проявления.
- Демонстрирует 2–3 приёма саморегуляции (дыхание, переключение внимания, «стоп-сигнал»).
- Приводит примеры «Я-сообщений» и отличает их от «Ты-сообщений».

### Метапредметные:

- Умеет слушать другого, не перебивая, и повторять услышанное.
- Способен предложить конструктивный выход из смоделированной конфликтной ситуации.
- Осуществляет рефлекссию своих эмоций и поведения.

### Личностные:

- Проявляет снижение тревожности в групповых взаимодействиях (по наблюдению).
- Способен дать поддержку другому участнику (вербально или невербально).
- Фиксирует свои успехи и сильные стороны без приуменьшения.

### Формы контроля

Форма контроля	Сроки	Оцениваемые параметры
Педагогическое наблюдение	Каждое занятие	Активность, соблюдение правил, умение слушать
Игровые пробы	Занятие 2, 4	Распознавание эмоций, использование «Я-сообщений»
Анализ продукта деятельности	Занятие 5	Содержание «Копилки успехов», рисунков
Фиксация участия в итоговом круге	Занятие 6	Факт участия, качество рефлексии (без отметок)
Рефлексивные круги	Занятия 1–6	Способность выразить своё состояние, услышать других

*Приложение 5. Сквозная программа развития высших психических функций «Когнитивная зарядка»*

**Направленность программы** — социально-гуманитарная (психолого-педагогическая).

**Актуальность.** В условиях лагерной смены дети ежедневно сталкиваются с большим объёмом новой информации, сменой видов деятельности, эмоциональными нагрузками. Это требует активного внимания, памяти, мышления и самоконтроля. Короткие ежедневные упражнения («когнитивная зарядка») позволяют в игровой форме активизировать высшие психические функции, повысить учебную и игровую работоспособность, снизить утомляемость. Программа не требует отдельного времени — она встраивается в режим дня (утром или после тихого часа).

**Отличительные особенности:** Ежедневный формат (14 дней). Микро-длительность (10 минут), что исключает переутомление. Игровая форма без отметок. Упражнения различаются по дням, охватывая разные ВПФ: внимание, память, мышление, пространственные представления, саморегуляцию.

**Адресат программы:** дети 7–17 лет (нормотипичные и с лёгкими формами ОВЗ). Разновозрастной состав допускается, упражнения имеют вариативную сложность.

**Объём и срок освоения:** 14 занятий по 10 минут. Академический час не используется; программа идёт в режиме «микро-занятий».

**Форма обучения:** очная, групповая.

**Цель:** Активизация и развитие высших психических функций (внимания, памяти, мышления, зрительно-моторной координации, саморегуляции) у детей через систему коротких ежедневных игровых упражнений.

**Обучающие задачи:**

- Познакомить с 5–6 видами когнитивных упражнений (на переключение внимания, запоминание, логику, пространственное мышление).
- Обучить приёмам быстрой концентрации («фокус-стоп», «сledi за пальцем»).

**Развивающие задачи:**

- Развить объём и переключение внимания.
- Развить кратковременную слуховую и зрительную память.
- Развить наглядно-образное и логическое мышление.
- Развить мелкую моторику и межполушарное взаимодействие.

**Воспитательные задачи:**

- Сформировать привычку к короткой умственной разминке как способу настройки на деятельность.
- Воспитать умение действовать по инструкции и в заданном темпе.

**Учебно-тематический план**

День	Тема	Основные упражнения	Форма контроля
1	Внимание: переключение	«Класс-черт», «Запрещённое движение»	Наблюдение
2	Память: зрительная	«Что изменилось?», «Фотоаппарат»	Игровая проба
3	Мышление: классификация	«Третий лишний», «Что общего?»	Игровая проба
4	Пространство и моторика	«Лезгинка», «Ухо-нос» (кинезиология)	Наблюдение
5	Внимание: концентрация	«Корректирующая проба» (упрощ.), «Хлопни на слово»	Выполнение действия
6	Память: слуховая	«Снежный ком», «Запомни цепочку»	Игровая проба

7	Мышление: логика	«Что сначала, что потом», «Найди закономерность»	Игровая проба
8	Межполушарное взаимодействие	«Колечко», «Кулак-ребро-ладонь»	Наблюдение
9	Внимание: распределение	«Одновременно двумя руками», «Считаем и хлопаем»	Игровая проба
10	Память: ассоциативная	«Пары картинок», «Запомни по ассоциации»	Игровая проба
11	Мышление: пространственное	«Графический диктант» (на листе), «Фигуры из счётных палочек»	Продукт (рисунок)
12	Скорость реакции	«День-ночь», «Съедобное-несъедобное»	Наблюдение
13	Комплексная когнитивная разминка	3 упражнения на внимание, память, мышление	Игровая проба
14	Итоговая игра-эстафета	«Когнитивный тир» (станции по 1,5–2 мин)	Выполнение на станциях

### Содержание учебно-тематического плана

**День 1. «Внимание: переключение» (10 мин)** Теория (1 мин). Объяснение правил игры. Практика (9 мин). Игра «Класс-черт»: ведущий говорит «Класс» — дети хлопают, «Черт» — топают. Потом меняет значения. Игра «Запрещённое движение» (нельзя делать, например, приседать). Кто ошибся — выбывает на 1 круг. Рефлексия (короткая): «Было легко переключаться?»

**День 2. «Память: зрительная» (10 мин)** Теория (1 мин). «Сейчас проверим, насколько у нас острая память». Практика (9 мин). «Что изменилось?»: ведущий раскладывает 5 предметов, дети запоминают, затем с закрытыми глазами, один предмет меняется/убирается. «Фотоаппарат»: ведущий показывает картинку с 6–8 деталями на 5 секунд, дети перечисляют, что запомнили.

**День 3. «Мышление: классификация» (10 мин)** Теория (1 мин). Объяснение понятий «группа», «лишний». Практика (9 мин). «Третий лишний» (на слух: «яблоко, апельсин, молоток» — кто лишний?). «Что общего?» (ведущий называет 2 предмета: «ложка и вилка» — дети говорят, что общее: посуда, металл, едят). Работа в кругу.

**День 4. «Пространство и моторика» (10 мин)** Теория (1 мин). «Сейчас будем тренировать мозг через движения рук». Практика (9 мин). Кинезиологическое упражнение «Лезгинка» (левая рука — кулак, правая — ладонь, и наоборот, постепенно ускоряя). «Ухо-нос» (левой рукой взяться за кончик носа, правой — за левое ухо, затем хлопок и смена рук).

**День 5. «Внимание: концентрация» (10 мин)** Теория (1 мин). «Сейчас нужно быть очень внимательным». Практика (9 мин). Упрощённая корректурная проба: на листе бумаги ряд букв или символов, нужно зачеркнуть все «А» за 2 минуты. «Хлопни на слово»: ведущий читает короткий текст, дети хлопают, когда слышат слово «и» или «но».

**День 6. «Память: слуховая» (10 мин)** Теория (1 мин). «Как запоминать цепочки слов». Практика (9 мин). «Снежный ком»: первый говорит слово, второй повторяет его и добавляет своё, и т.д. «Запомни цепочку»: ведущий называет 5–7 слов, дети воспроизводят в том же порядке (можно записать шепотом на листочке).

**День 7. «Мышление: логика» (10 мин)** Теория (1 мин). «Бывают последовательности, которые нужно продолжить». Практика (9 мин). «Что сначала, что потом»: раздать картинки (яйцо, цыплёнок, курица) — разложить по порядку. «Найди закономерность»: числовая или геометрическая последовательность (2, 4,

6, ?; круг, квадрат, круг, ?).

**День 8. «Межполушарное взаимодействие» (10 мин)** Теория (1 мин). «Сейчас будем выполнять движения одновременно двумя руками». Практика (9 мин). «Колечко»: поочередно соединять большой палец с каждым пальцем на одной руке, затем на другой, затем одновременно. «Кулак-ребро-ладонь» (последовательность на столе, сначала правой рукой, потом левой, потом двумя).

**День 9. «Внимание: распределение» (10 мин)** Теория (1 мин). «Учимся делать два дела сразу». Практика (9 мин). «Одновременно двумя руками»: правой рисовать круги, левой — квадраты (на листе или в воздухе). «Считаем и хлопаем»: дети считают вслух от 1 до 20, но на каждое число, кратное 3, вместо числа хлопают.

**День 10. «Память: ассоциативная» (10 мин)** Теория (1 мин). «Как запомнить предмет, связав его с чем-то знакомым». Практика (9 мин). «Пары картинок» (показать 6 пар: «кошка-молоко», «птица-гнездо»; затем предъявить первую картинку — дети называют вторую). «Запомни по ассоциации»: ведущий называет 5 абстрактных слов, дети придумывают к каждому образ (например, «свобода» — птица).

**День 11. «Мышление: пространственное» (10 мин)** Теория (1 мин). «Учимся понимать, где право, где лево, и рисовать по клеточкам». Практика (9 мин). «Графический диктант» (на листе в клетку: 2 клетки вправо, 1 вниз и т.д.) — получается фигура. «Фигуры из счётных палочек» (ведущий показывает фигуру на 5 секунд, дети выкладывают по памяти).

**День 12. «Скорость реакции» (10 мин)** Теория (1 мин). «Нужно быстро реагировать на сигнал». Практика (9 мин). «День-ночь»: при слове «день» — дети двигаются, «ночь» — замирают. «Съедобное-несъедобное»: ведущий бросает мяч и называет предмет; если съедобное — ловить, нет — отбивать.

**День 13. «Комплексная когнитивная разминка» (10 мин)** Теория (1 мин). «Сегодня — смесь всего, что мы тренировали». Практика (9 мин). Упражнение на внимание: «Найди отличия» (две похожие картинки, 30 сек). Упражнение на память: вспомнить 5 слов с предыдущего дня. Упражнение на мышление: «Закончи пословицу» (например, «Семь раз отмерь — ...»).

**День 14. «Итоговая игра-эстафета "Когнитивный тир"» (10 мин)** Теория (1 мин). Инструкция к станциям. Практика (9 мин). Группа делится на 3–4 подгруппы. Каждая подгруппа проходит 3–4 станции по 1,5–2 минуты: Станция внимания (найти все буквы «О» в тексте). Станция памяти (повторить цепочку из 4 движений). Станция мышления (решить 2 логические загадки). Станция моторики (выполнить «Лезгинку» 3 раза без ошибок). Финал — общий круг и похвала.

#### **Планируемые результаты**

##### *Предметные:*

- Учащийся выполняет 3 из 4 кинезиологических упражнений («Колечко», «Лезгинка», «Ухо-нос», «Кулак-ребро-ладонь»).
- Удерживает в памяти 5–7 слов после однократного предъявления (в возрастной норме).
- Находит закономерность в простых числовых и графических рядах.

##### *Метапредметные:*

- Переключает внимание с одного задания на другое без длительной паузы.
- Работает по устной инструкции из 3–4 последовательных действий.
- Даёт простейшую рефлексию: «было легко/трудно».

##### *Личностные:*

- Проявляет интерес к коротким когнитивным играм.

- Способен сдерживать импульсивные ответы (на играх с правилами).
- Участвует в групповых упражнениях без негативизма.

#### Формы контроля

Форма контроля	Сроки	Оцениваемые параметры
Педагогическое наблюдение	Каждый день	Включённость, правильность выполнения, темп
Игровые пробы	Дни 2, 3, 6, 7, 10	Объём запоминания, правильность классификации, логика
Выполнение действия	Дни 5, 11, 14	Точность корректуры, графического диктанта, станций
Продукт деятельности	День 11	Рисунок по графическому диктанту (без оценки качества — за факт)
Итоговая эстафета	День 14	Участие на всех станциях (не скорость, а старание)

Приложение 6. Сквозная программа творческого развития «Сделано вручную»

**Направленность программы** — социально-гуманитарная (художественная).

**Актуальность.** В лагерной смене у детей и подростков разный уровень моторных навыков и творческих предпочтений. Младшие любят яркие аппликации и простые поделки, подростки ценят функциональность, современный дизайн, возможность самовыражения (кастомизация, аксессуары, декор). Программа «Сделано вручную» предлагает универсальные темы, в рамках которых каждый участник выбирает уровень сложности и тип изделия под свой возраст и интерес. Короткий формат (30 минут) позволяет завершать работу за одно занятие, что даёт быстрый видимый результат — важный фактор мотивации для всех возрастов.

**Отличительные особенности:**

*Вариативность в каждой теме* ведущий предлагает 2–3 варианта задания (для 7–10 лет и для 11–17 лет).

*Актуальные техники:* макраме (узлы), фенечки из мулине, скрапбукинг, кастомизация (роспись ткани/бумаги), квиллинг (упрощённый), декупаж на картоне, работа с эпоксидной смолой (безопасный вариант — заливка в формах, под контролем).

*Результат:* каждое занятие даёт готовое изделие, которое можно носить (браслет, значок), использовать (закладка, органайзер) или подарить.

*Минимум сложных материалов:* всё доступно в рамках лагеря (бумага, картон, нитки, бисер, клей, природные материалы, безопасные втулки и коробки).

**Адресат программы:** дети 7–17 лет (в группе возможно разновозрастное выполнение разных вариантов одного задания). Допускаются дети с лёгкими моторными трудностями — с поддержкой.

**Объём и срок освоения:** 6 занятий по 30 минут.

**Форма обучения:** очная, групповая (до 15 человек).

**Цель:** Создание условий для творческой самореализации и развития мелкой моторики у детей и подростков через систему коротких универсальных мастер-классов с выбором уровня сложности.

**Обучающие задачи:**

- Познакомить с 6 техниками ручного творчества, актуальными для разных возрастов (аппликация-коллаж, узелковое плетение, скрапбукинг, кастомизация, квиллинг/бумагокручение, вторичный дизайн).
- Обучить базовым приёмам (плетение простых узлов, вырезание по контуру, нанесение клея без излишков, работа с трафаретом).

**Развивающие задачи:**

- Развить мелкую моторику, точность движений, глазомер.
- Развить чувство композиции, цветового сочетания, стиля.
- Развить способность планировать свою работу в условиях ограниченного времени.

**Воспитательные задачи:**

- Воспитать аккуратность, терпение, уважение к труду других.
- Сформировать умение делать полезные и красивые вещи своими руками.
- Поддержать интерес к ручному труду как способу отдыха и самовыражения.

**Учебно-тематический план**

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		Теория	Практика	
1	Коллаж настроения	0,1	0,9	Готовое панно/плакат

2	Нить и узел	0,1	0,9	Готовый браслет/закладка
3	Бумажное кружево	0,1	0,9	Готовая открытка/панно
4	Кастомизация	0,1	0,9	Расписанный предмет
5	Вторая жизнь	0,1	0,9	Функциональная поделка
6	Подарок другу	0,1	0,9	Изделие
	Итого	0,6	5,4	

### Содержание учебно-тематического плана

**Тема 1. «Коллаж настроения» (1 ч.)** Теория. Что такое коллаж. Как сочетать цвета и формы. Практика:

Для 7–10 лет: даны готовые вырезанные фигуры (круги, квадраты, сердечки) и вырезки из журналов. Дети наклеивают на лист А4 в любом порядке.

Для 11–17 лет: работа с журналами (вырезают изображения и слова, отражающие их состояние или мечту), создают композицию с осмысленным центром. Можно добавить элементы скрапбукинга (кракелюр, штампы).

**Тема 2. «Нить и узел» (1 ч.)** Теория. Демонстрация разных видов ниток (мулине, шпагат, шерсть). Основные узлы. Практика:

Для 7–10 лет: закладка-кисточка: на картонную полоску наматывают нитки, затем перевязывают, разрезают снизу.

Для 11–17 лет: плетение фенечки из мулине (узел «вперёд» или косичка из 4 прядей) или простой браслет макраме (плоский узел).

**Тема 3. «Бумажное кружево» (1 ч.)** Теория. Симметрия, складывание бумаги, техника квиллинга. Практика:

Для 7–10 лет: вырезание симметричных фигур (снежинка, бабочка) или объёмная аппликация из полосок.

Для 11–17 лет: квиллинг: скручивание узких полосок в роллы, формирование капель, глаз, создание цветка или узора на открытке. Ведущий показывает базовые формы квиллинга. У подростков получается более сложный орнамент.

**Тема 4. «Кастомизация» (1 ч.)** Теория. Что значит «кастомизировать». Техника безопасности с красками. Практика:

Для 7–10 лет: раскрашивание гипсовых фигурок или бумажных масок (акварель/гуашь).

Для 11–17 лет: роспись тканевого шопера (можно взять дешёвые белые сумки или наволочки) акриловыми красками по ткани с использованием трафаретов или свободной кисти. Альтернатива: роспись деревянных значков.

**Тема 5. «Вторая жизнь» (1 ч.)** Теория. Экологичный подход: как превратить мусор в полезную вещь. Практика:

Для 7–10 лет: поделка из картонной втулки (животное, робот, ракета) с использованием цветной бумаги и клея.

Для 11–17 лет: создание органайзера для канцелярии из коробки (оклеить тканью или бумагой, разделить перегородками) или декупаж на стеклянной/пластиковой бутылке (салфетки, клей ПВА).

**Тема 6. «Подарок другу» (1 ч.)** Теория. Обсуждение: что приятно дарить, как упаковать. Практика:

Для 7–10 лет: изготавливают любое изделие из пройденных техник (коллаж, закладку, поделку из втулки) и дарят соседу.

Для 11–17 лет: комбинированное изделие (например, браслет + открытка в технике квиллинг + простой конверт). Или кастомизированная вещь с посланием

### Планируемые результаты

#### Предметные:

- Учащийся называет 3 техники ручного творчества, пройденных на занятиях.

- Выполняет базовые элементы: вырезание по контуру, плетение простого узла, скручивание бумажной полоски.
- Создаёт 6 готовых изделий (как минимум 4 – самостоятельно или с минимальной помощью).

*Метапредметные:*

- Планирует последовательность действий в течение 30 минут.
- Исправляет ошибки по ходу работы (прилишний клей, неровный край) без потери мотивации.
- Адекватно оценивает свой результат («получилось / не получилось, но я старался»).

*Личностные:*

- Проявляет интерес к ручному труду независимо от возраста.
- Аккуратен при работе с материалами.
- Радуетя результату своему и чужому, способен сделать подарок без ожидания награды.

**Формы контроля**

<b>Форма контроля</b>	<b>Сроки</b>	<b>Оцениваемые параметры</b>
Педагогическое наблюдение	Каждое занятие	Аккуратность, следование инструкции, самостоятельность
Анализ готового изделия	Занятия 1–5	Завершённость, применимость (не художественная оценка)
Итоговое дарение	Занятие 6	Факт вручения изделия другому участнику
Рефлексивный (короткий) круг	Каждое занятие	Способность сказать «у меня получилось» или «я хочу научиться лучше»

*Приложение 7. Сквозная программа коммуникативной культуры и инклюзивного этикета «Общий язык»*

**Направленность программы** — социально-гуманитарная.

**Актуальность.** Для успешного взаимодействия нормотипичных детей и детей с ОВЗ недостаточно только добрых намерений. Необходимы конкретные знания о том, как корректно обратиться, предложить помощь, избежать стигматизирующих выражений и случайно не обидеть. Программа «Общий язык» формирует базовую инклюзивную культуру: дети осваивают правила коммуникации с людьми с разными видами инвалидности (слух, зрение, опорно-двигательный аппарат, ментальные особенности), учатся избегать дискриминирующих формулировок и чувствовать себя уверенно в ситуациях инклюзивного общения. Программа предшествует или параллельна программе социального волонтерства «Команда добрых дел».

**Отличительные особенности:** Игровая и диалоговая форма (без лекций). Акцент на речевые конструкции и невербальные правила. Использование кейсов и ролевых игр. Краткосрочность (6 занятий), легко встраивается в лагерную смену.

**Адресат программы:** дети 7–17 лет (нормотипичные и с лёгкими формами ОВЗ, если они могут участвовать в общей беседе). Разновозрастной состав с делением на подгруппы 7–10 и 11–17 лет при выполнении некоторых упражнений.

**Объём и срок освоения:** 6 часов, где академический час равен 45 минутам.

**Форма обучения:** очная, групповая (до 20 человек).

**Цель:** Формирование у детей базовых знаний и навыков инклюзивного этикета и уважительной коммуникации с людьми с разными особенностями здоровья.

**Обучающие задачи:**

- Познакомить с понятиями «инклюзивный этикет», «стигма», «корректная лексика».
- Обучить 5–6 конкретным правилам общения с людьми с нарушениями слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, ментальными особенностями.

**Развивающие задачи:**

- Развить умение подбирать корректные слова в сложных коммуникативных ситуациях.
- Сформировать навык активного слушания и невербальной эмпатии.

**Воспитательные задачи:**

- Снизить страх перед «неправильным словом» и воспитать смелость уточнять.
- Воспитать уважение к достоинству и границам каждого человека.

**Учебно-тематический план**

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		Теория	Практика	
1	Что такое инклюзивный этикет?	0,2	0,8	Наблюдение, плакат правил
2	Человек с нарушением слуха: как говорить, чтобы поняли	0,1	0,9	Ролевая игра, проба жестов
3	Человек с нарушением зрения: этикет сопровождения и описания	0,1	0,9	Игровые пробы (поводырь)
4	Человек на коляске или с трудом движения: пространство и помощь	0,1	0,9	Ролевые ситуации
5	Человек с ментальными особенностями (РАС, синдром Дауна): просто и ясно	0,1	0,9	Анализ кейсов, видеопримеры

6	Общий язык: квиз и кейс-чемпионат	0,1	0,9	Командное решение ситуаций
	Итого	0,7	5,3	

### Содержание учебно-тематического плана

**Тема 1. «Что такое инклюзивный этикет?» (1 ч.)** Теория. Инклюзия — это не жалость, а уважение. Почему важны слова. Правило «человек прежде всего»: не «инвалид», а «человек с инвалидностью». Практика. Игра «Слова-ловушки»: ведущий называет фразы («больной ДЦП», «нормальные люди»), дети хлопают, если фраза некорректна, и объясняют почему. Упражнение «Как спросить разрешения»: отработка фраз «Могу я вам помочь?», «Как вам удобнее?». Создание плаката «Правила общего языка» (3–4 главных правила). Рефлексия: «Одна фраза, которую я больше не буду использовать».

**Тема 2. «Человек с нарушением слуха: как говорить, чтобы поняли» (1 ч.)** Теория. Особенности коммуникации: смотреть в лицо, говорить не слишком громко и не шептать, использовать записки или жесты. Практика. Дактильная азбука (буквы на пальцах) — 3–4 буквы и фраза «Привет, как дела?». Игра «Глухой телефон» с карточками: один показывает слово жестом или картинкой, другой угадывает. Ролевая ситуация: «Ты хочешь спросить дорогу у человека с нарушением слуха». Отработка: написать на телефоне, показать на карте. Рефлексия: «Что было самым сложным в общении без звука?»

**Тема 3. «Человек с нарушением зрения: этикет сопровождения и описания» (1 ч.)** Теория. Как предложить помощь (не хватать за руку, а спросить). Правила сопровождения: человек держится за локоть, а не ведут его. Описывать пространство: «вперед ступенька вниз», а не «туда». Практика. Упражнение «Поводырь» (с повязкой на глазах) — пройти маршрут с препятствиями, следуя словесным инструкциям. Игра «Опиши предмет»: один с закрытыми глазами, другой описывает (цвет, форма, текстура). Ролевая ситуация: «Помочь сесть на стул» — правильный алгоритм. Рефлексия: «Какие слова помогают, а какие путают?»

**Тема 4. «Человек на коляске или с трудом движения: пространство и помощь» (1 ч.)** Теория. Коляска — часть личного пространства. Нельзя опираться, катать без спроса. Важность доступной среды (пандусы, широкие проходы). Практика. Упражнение «Открой дверь»: один садится на стул с колёсиками (имитация коляски), другой должен открыть дверь и пропустить, не задевая. Ролевая игра «Помощь в магазине»: человек на коляске не дотягивается до верхней полки — правильные слова и действия. Обсуждение ситуаций из мультфильмов/видео: что сделано правильно, а что нет. Рефлексия: «Что нового я узнал(а) о пространстве для человека на коляске?»

**Тема 5. «Человек с ментальными особенностями (РАС, синдром Дауна): просто и ясно» (1 ч.)** Теория. Люди с аутизмом могут не смотреть в глаза, раскачиваться — это не странность, а особенность. Правила: говорить конкретно, без сарказма, давать время на ответ. Практика. Анализ короткого видео (например, «Это не страшно» о детях с РАС). Игра «Перефразируй»: ведущий даёт сложную или ироничную фразу («Ну ты даёшь!»), дети предлагают прямой вариант («Мне нужно подумать над твоим ответом»). Ролевая ситуация: «Ты играешь в настольную игру с ребёнком, который не говорит. Как понять, хочет ли он продолжать?» (карточки, паузы). Рефлексия: «Почему важно говорить прямо и не торопить?»

**Тема 6. «Общий язык: квиз и кейс-чемпионат» (1 ч.)** Теория. Повторение основных правил 5 занятий. Практика. Командный квиз: 10 вопросов на знание инклюзивного этикета (например: «Как правильно спросить человека с нарушением зрения, нужна ли ему помощь?»). Кейс-чемпионат: команды получают карточки с

ситуациями («В столовой человек на коляске не может проехать между стульями», «Ребёнок с аутизмом закрывает уши и кричит на шумной перемене»). Нужно предложить корректные действия. Подведение итогов, вручение наклеек/сертификатов «Знаток общего языка». Рефлексия: «Какое правило я запомнил(а) лучше всего и почему?»

### **Планируемые результаты**

#### *Предметные:*

- Учащийся называет 3 корректные и 3 некорректные фразы по отношению к людям с инвалидностью.
- Демонстрирует 2 способа привлечения внимания человека с нарушением слуха.
- Описывает алгоритм сопровождения человека с нарушением зрения.

#### *Метапредметные:*

- Анализирует коммуникативную ситуацию и выбирает корректную стратегию.
- Умеет задать уточняющий вопрос («Я правильно понял(а)?», «Как вам удобнее?»).
- Работает в команде при решении кейсов.

#### *Личностные:*

- Проявляет снижение страха перед общением с людьми с ОВЗ (по наблюдению).
- Использует корректные формулировки в речи (на занятиях и в свободном общении).
- Готов поправить себя или другого, если прозвучала стигматизирующая фраза.

### **Формы контроля**

<b>Форма контроля</b>	<b>Сроки</b>	<b>Оцениваемые параметры</b>
Педагогическое наблюдение	Занятия 1–5	Использование корректных формулировок, соблюдение этикета
Игровые пробы	Занятия 2, 3, 4	Правильность действий в ролевых ситуациях
Анализ кейсов	Занятие 5, 6	Аргументированность и этичность предложенных решений
Командный квиз	Занятие 6	Количество правильных ответов (не менее 6 из 10)
Рефлексивные круги	Занятия 1–6	Осознанность выученных правил

## Приложение 8. Сквозная программа физического развития «Сила в движении»

**Направленность программы** — физкультурно-оздоровительная.

**Актуальность.** В лагерной смене дети и подростки проводят много времени в статичных позах (занятия в кругу, настольные игры, творчество). Недостаток разнообразной физической активности ведёт к снижению тонуса, ухудшению осанки, накоплению мышечных зажимов. Программа «Сила в движении» предлагает короткие, динамичные, игровые занятия, которые развивают координацию, силу, выносливость, гибкость и командный дух. Упражнения адаптированы для разного возраста и уровня подготовки, не требуют специального инвентаря и могут проводиться как в помещении, так и на улице.

**Отличительные особенности:** Игровая форма (эстафеты, полосы препятствий, подвижные игры). Вариативность нагрузки для 7–10 лет и 11–17 лет. Акцент на функциональные движения (приседания, отжимания от стены/пола, равновесие, растяжка). Краткосрочность (6 занятий), легко встраивается в режим дня.

**Адресат программы:** дети 7–17 лет (нормотипичные и с лёгкими ограничениями по здоровью — допуск врача). Разновозрастной состав с делением на подгруппы при выполнении силовых элементов.

**Объём и срок освоения:** 6 часов, где академический час равен 45 минутам.

**Форма обучения:** очная, групповая (до 20 человек).

**Цель:** Укрепление физического здоровья, развитие двигательных навыков и формирование привычки к ежедневной физической активности через систему игровых занятий.

### Обучающие задачи:

- Познакомить с базовыми видами движений (бег, прыжки, равновесие, метание, лазание).
- Обучить 3–4 упражнениям для развития основных мышечных групп (ноги, руки, пресс, спина).

### Развивающие задачи:

- Развить координацию, ловкость, быстроту реакции.
- Развить гибкость и подвижность суставов.
- Развить общую выносливость.

### Воспитательные задачи:

- Воспитать умение работать в команде, поддерживать друг друга.
- Сформировать ответственное отношение к своему телу и здоровью.
- Воспитать волю к преодолению трудностей (в разумных пределах).

### Учебно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		Теория	Практика	
1	Знакомство с телом. Правила безопасности	0,2	0,8	Наблюдение, разминка
2	Координация и равновесие	0,1	0,9	Игровые пробы
3	Сила и выносливость	0,1	0,9	Выполнение нормативов
4	Скорость и реакция	0,1	0,9	Эстафета
5	Гибкость и расслабление	0,1	0,9	Упражнения на растяжку
6	Командная игра-эстафета «Сила в движении»	0,1	0,9	Участие в полосе препятствий
	Итого	0,7	5,3	

### Содержание учебно-тематического плана

**Тема 1. «Знакомство с телом. Правила безопасности» (1 ч.)**  
*Теория.* Почему важна разминка. Как правильно дышать при нагрузке. Техника безопасности (не толкаться, слушать команды, сообщать о плохом самочувствии).

*Практика.* Общая разминка (ходьба, бег, вращения суставами, наклоны). Игра «Земля, вода, воздух, огонь» (быстрая смена движений). Упражнение «Моё тело — мой друг»: дети показывают, где у них мышцы ног, рук, пресса. Простые функциональные упражнения: приседания, подъёмы на носки, махи руками. Рефлексия: «Какая часть разминки была самой трудной?»

**Тема 2. «Координация и равновесие» (1 ч.)** *Теория.* Что такое координация. Как тренировать чувство равновесия. *Практика.* Ходьба по линии (верёвке) с различными положениями рук (в стороны, вверх, за голову). Игра «Стойкий оловянный солдатик»: стоять на одной ноге, закрыв глаза (счёт до 10–20). «Передай мяч без рук»: зажать мяч между коленями или подбородком и передать партнёру. Полоса препятствий на координацию: обойти кегли, пролезть под верёвкой, запрыгнуть на низкую скамейку. Для старших: добавить жонглирование (2 мяча) или ведение мяча ногой между предметами. Рефлексия: «Когда терять равновесие было проще всего?»

**Тема 3. «Сила и выносливость» (1 ч.)** *Теория.* Что такое сила и выносливость. Почему важно укреплять мышцы спины и пресса. *Практика.* Разминка (общая). Круговая тренировка (станции по 30–40 секунд, отдых 10 секунд): Приседания (для младших — полуприседания). Отжимания от стены (младшие) / от пола с колен (средние) / классические (старшие). Подъём ног лёжа на спине (пресс). «Планка» (упрощённая: на коленях или прямая) — 15–30 секунд. Прыжки на месте (выносливость). Игра «Перетягивание каната» (если позволяет инвентарь) или «Бой петухов» (стоя на одной ноге, плечом вытолкнуть соперника из круга). Рефлексия: «Какое упражнение далось тяжелее всего? Как ты себя чувствуешь?»

**Тема 4. «Скорость и реакция» (1 ч.)** *Теория.* От чего зависит быстрота реакции. Игры на внимание и скорость. *Практика.* Разминка с ускорениями (бег по кругу с ускорением по хлопку). Игра «Салки с домиками» (нужно добежать до домика-круга). Игра «Светофор» (зелёный — бег, жёлтый — шаг, красный — стоп; кто ошибся — выбывает). Эстафета «Быстрый мяч»: передача мяча над головой и между ног. Реакция на звук: бег на 10 метров после свистка (из разных положений: сидя, лёжа, спиной). Для старших: челночный бег 3×10 м. Рефлексия: «Что помогает быстрее реагировать?»

**Тема 5. «Гибкость и расслабление» (1 ч.)** *Теория.* Зачем нужна растяжка. Как правильно тянуться (без боли, на выдохе). *Практика.* Разминка. Комплекс статических растяжек: Наклоны к прямым ногам (сидя и стоя). «Бабочка» (стопы вместе, колени в стороны). Растяжка плеч (рука за голову, другая тянет локоть). Мостик (облегчённый: из положения лёжа подъём таза). Игра «Зеркало»: в парах один показывает растяжку, другой повторяет. Дыхательное упражнение «Воздушный шар» (медленный вдох-выдох) и полное расслабление лёжа на ковриках (2 минуты). Рефлексия: «Как чувствует себя тело после растяжки?»

**Тема 6. «Командная игра-эстафета "Сила в движении"» (1 ч.)** *Теория.* Объяснение правил полосы препятствий, деление на команды. *Практика.* Полоса препятствий (команды проходят одновременно или по очереди): Проползти под верёвкой (высота 50 см). Пройти по верёвке (координация). 5 приседаний. Попасть мячом в цель (ведро). Передача эстафетной палочки (или любого предмета). Командный финал: все держатся за руки и приседают 3 раза вместе. Подведение итогов (без проигравших: «сегодня победила дружба и движение»). Общая растяжка и круг рефлексии: «Что нового узнало моё тело?», «Какую пользу принесли занятия?».

### **Планируемые результаты**

#### *Предметные:*

- Учащийся выполняет разминку из 4–5 упражнений без напоминания.

- Демонстрирует 3 базовых движения (приседание, отжимание от стены/пола, наклон).

- Называет 2 правила безопасности при физических нагрузках.

*Метапредметные:*

- Умеет действовать по команде ведущего (старт, стоп, смена движения).

- Соблюдает очередность в эстафетах.

- Оценивает своё состояние («тяжело», «могу ещё») и сигнализирует о дискомфорте.

*Личностные:*

- Проявляет интерес к двигательной активности.

- Поддерживает участников команды (словами, хлопками).

- Не боится пробовать новые упражнения.

**Формы контроля**

<b>Форма контроля</b>	<b>Сроки</b>	<b>Оцениваемые параметры</b>
Педагогическое наблюдение	Каждое занятие	Участие, безопасное поведение, старание
Игровые пробы	Занятия 2, 4	Выполнение упражнений на координацию и скорость
Выполнение элементов	Занятия 3, 5	Факт выполнения (количество повторений не оценивается, только правильность усилия)
Командная эстафета	Занятие 6	Участие всех членов команды, позитивный настрой
Рефлексивный круг	Занятия 1–6	Умение сказать «сегодня было трудно, но я справился» или «мне понравилось бегать»

*Приложение 9. Сквозная программа мозжечковой стимуляции и командного взаимодействия «Нейротренинг»*

**Направленность программы** — физкультурно-оздоровительная.

**Актуальность.** Мозжечок отвечает за координацию движений, равновесие, регуляцию мышечного тонуса, а также участвует в процессах внимания, речи и эмоциональной регуляции. Стимуляция мозжечка через упражнения на балансирах улучшает когнитивные функции, снижает импульсивность, повышает способность к обучению. В лагерной смене дети испытывают дефицит целенаправленной нейромоторной активности. Программа «Нейротренинг» сочетает упражнения на балансирах с командными играми, развивая не только мозжечок, но и навыки взаимодействия.

**Отличительные особенности:** Использование специального оборудования: балансировочные доски, полусферы, подушки для равновесия. Упражнения на двустороннюю координацию (перекрёстные движения, синхронизация полушарий). Командные эстафеты на балансирах (удержание равновесия в паре, передача предметов). Вариативность сложности для 7–10 лет и 11–17 лет. Краткосрочность (6 занятий по 45 минут), встраивается в режим лагеря.

**Адресат программы:** дети 7–17 лет (нормотипичные и с лёгкими формами ОВЗ — СДВГ, ЗПР, диспраксия, при отсутствии медицинских противопоказаний). Группа до 12 человек (из-за количества балансиров).

**Объём и срок освоения:** 6 часов, где академический час равен 45 минутам.

**Форма обучения:** очная, групповая (до 12 человек).

**Цель:** Развитие координации, равновесия, межполушарного взаимодействия и командных навыков через систему упражнений на балансирах и нейроигр.

**Обучающие задачи:**

- Познакомить с правилами работы на балансирах (техника безопасности, исходные положения).
- Обучить 5–6 базовым упражнениям на балансировочной доске/полусфере (стойка, перенос веса, повороты, приседания).

**Развивающие задачи:**

- Развить статическое и динамическое равновесие.
- Улучшить зрительно-моторную координацию и пространственные представления.
- Развить способность синхронизировать движения с партнёром.

**Воспитательные задачи:**

- Воспитать взаимопомощь и терпение при выполнении сложных упражнений.
- Сформировать умение действовать по инструкции и соблюдать очерёдность.
- Снизить страх перед физическими упражнениями на нестабильной поверхности.

**Учебно-тематический план**

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		Теория	Практика	
1	Знакомство с балансирами. Техника безопасности	0,2	0,8	Наблюдение, проба стойки
2	Статическое равновесие: один на балансире	0,1	0,9	Игровые пробы
3	Динамическое равновесие: движения и перенос веса	0,1	0,9	Выполнение серии движений
4	Межполушарная координация:	0,1	0,9	Командные

	перекрёстные движения			упражнения
5	Командное взаимодействие на балансире в парах	0,1	0,9	Парные пробы
6	Нейроэстафета «Баланс-команда»	0,1	0,9	Командная эстафета
	Итого	0,7	5,3	

### Содержание учебно-тематического плана

#### Тема 1. «Знакомство с балансиром. Техника безопасности» (1 ч.)

*Теория.* Что такое мозжечок и зачем его тренировать. Устройство балансиров (доска, полусфера, подушка). Техника безопасности: заниматься без обуви (или в нескользящей обуви), страховать друг друга, не прыгать на балансир, не толкаться. *Практика.* Исходное положение: стоя на полу, затем на балансировочной подушке (удержание 10 секунд). Стойка на балансировочной доске (продольная, поперечная) с поддержкой ведущего или стеной. Игра «Море волнуется»: на балансире замереть в позе. Дыхательное упражнение на балансире (руки на поясе, глаза закрыты на 3 секунды). Рефлексия: «Что было страшнее всего? Что помогло удержаться?»

#### Тема 2. «Статическое равновесие: один на балансире» (1 ч.)

*Теория.* Центр тяжести, положение стоп. Ошибки: нельзя смотреть вниз, нужно выбрать точку впереди. *Практика.* Стойка на полусфере плоской стороной вверх (10–30 сек). Стойка на балансировочной доске с фиксацией (держаться за верёвку/стену, постепенно отпускать). Усложнение: стойка с закрытыми глазами (для старших) или с переключением мяча из руки в руку. Игра «Цапля»: стоя на одной ноге на подушке, вторая согнута. Кто дольше простоит. Для младших: стойка на балансире с поддержкой палкой. Рефлексия: «Что помогает не упасть?»

#### Тема 3. «Динамическое равновесие: движения и перенос веса» (1 ч.)

*Теория.* Как переносить вес тела, не падая. Амплитуда движений. *Практика (40 мин).* Наклоны вперёд и в стороны, стоя на балансировочной доске. Приседания на полусфере (неглубокие, руки вперёд). Повороты корпуса с мячом в руках (передача мяча соседу справа/слева). Перешагивание с одного балансира на другой (расставлены на полу на расстоянии 30–50 см). Игра «Тир»: стоя на балансире, попасть мягким мячом в цель (ведро). Рефлексия: «Какое движение было самым сложным?»

#### Тема 4. «Межполушарная координация: перекрёстные движения» (1 ч.)

*Теория.* Зачем нужны перекрёстные движения (связь полушарий). Примеры: правая рука — левая нога. *Практика.* Стоя на балансировочной подушке: одновременно поднимать правую руку и левую ногу, затем смена. «Перекрёстный шаг»: шаг левой ногой — взмах правой рукой (на месте и с продвижением). Катание мяча: на полусфере катать мяч правой рукой по левой ноге и наоборот. Рисование в воздухе двумя руками одновременно (круги, квадраты) стоя на балансире. Для старших: жонглирование двумя мячами на полусфере. Рефлексия: «Было ли непривычно делать разные движения руками и ногами?»

#### Тема 5. «Командное взаимодействие на балансире в парах» (1 ч.)

*Теория.* Как помогать партнёру, не нарушая его равновесие. Синхронизация дыхания и движений. *Практика.* Пара на двух балансире рядом: держась за одну гимнастическую палку, удержать равновесие. Передача мяча из рук в руки стоя на балансире (сначала с близкого расстояния, затем дальше). «Зеркало»: один выполняет простое движение на балансире, другой повторяет на своём. «Сцепка»: стоя на балансире лицом друг к другу, взяться за предплечья и одновременно присесть. Игра «Перетягивание» (осторожно!): сидя на полусферах, тянуть канат (мягкий) — удержать равновесие. Рефлексия: «Когда легче держать равновесие — одному или с партнёром?»

#### Тема 6. «Нейроэстафета "Баланс-команда"» (1 ч.)

*Теория.* Объяснение правил эстафеты. Разделение на 2–3 команды. *Практика.* Этапы эстафеты

(каждый участник проходит все этапы): Пройти по двум балансировочным доскам, положенным на пол (как «кочки»). Встать на полусферу, выполнить 3 приседания, затем слезть. Стоя на балансировочной подушке, переложить 3 мяча из одной корзины в другую (рядом). Проползти под низкой верёвкой (не задев), держа равновесие (можно без балансира). Передать эстафету касанием руки следующему. Финал: вся команда встаёт в круг на балансиры (по одному на каждого) и одновременно поднимает руки вверх. Подведение итогов (побеждает дружба и координация). Рефлексия: «Что изменилось в моём теле за 6 занятий?», «Что было самым весёлым?».

### **Планируемые результаты**

#### *Предметные:*

- Учащийся называет 2 правила безопасности при работе на балансирах.
- Выполняет стойку на балансировочной доске (или полусфере) не менее 10 секунд.
- Демонстрирует 3 перекрёстных движения (рука-нога) в статике или динамике.

#### *Метапредметные:*

- Удерживает равновесие при отвлекающих факторах (передача мяча, голосовая инструкция).
- Работает в паре, синхронизируя движения с партнёром.
- Соблюдает очерёдность в командной эстафете.

#### *Личностные:*

- Проявляет снижение страха перед нестабильной поверхностью (по наблюдению).
- Поддерживает других участников словами («не торопись», «у тебя получится»).
- Радуется своим и чужим успехам.

### **Формы контроля**

<b>Форма контроля</b>	<b>Сроки</b>	<b>Оцениваемые параметры</b>
Педагогическое наблюдение	Каждое занятие	Соблюдение техники безопасности, включённость
Игровые пробы	Занятия 2, 3, 5	Удержание равновесия в разных условиях
Выполнение движений	Занятие 4	Качество перекрёстной координации (без оценки — факт выполнения)
Командная эстафета	Занятие 6	Участие всех членов команды, взаимопомощь
Рефлексивный круг	Занятия 1–6	Осознание прогресса («раньше падал, теперь стою»)

## *Приложение 10. Сквозная программа «Профилактические и лечебно-оздоровительные мероприятия»*

*Авторы-составители: заместитель руководителя по лечебно-оздоровительной работе Е.П. Ламанова, врач-педиатр С.В. Винярских*

### **Пояснительная записка**

Вопросы охраны здоровья детей и подростков всегда были приоритетны для государства. В детском возрасте закладываются основы здорового долголетия, приверженность к здоровому образу, пищевые стереотипы, репродуктивное здоровье. Не секрет, что в настоящее время уровень детского здоровья не высок. Возросла численность детей с хронической патологией. Факторами, влияющими на здоровье современного школьника, является максимальная учебная загруженность, низкая двигательная активность, несбалансированное питание, зависимость от технологичных гаджетов. В связи с этим ребенок подвержен психологическому стрессу, страдает физическое развитие, формируется дисбаланс обменных процессов, связанных с дефицитом основных ингредиентов питания (белки, витамины, минеральные вещества, полиненасыщенные жирные кислоты). В результате чего наблюдается ослабление иммунитета, переутомление, истощение нервной системы, формирование функциональных нарушений и хронических заболеваний. По статистике более половины старшеклассников имеют хронические заболевания или серьезные отклонения в здоровье.

Оздоровительная деятельность в период летних каникул имеет особое значение и предполагает создание условий для восстановления и укрепления здоровья, коррекции функциональных отклонений и предотвращения обострения хронических заболеваний. Строгое соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил, санитарно-эпидемиологического режима, направленного на недопущение и профилактику инфекционных заболеваний, в т.ч. коронавирусной инфекции за последнее время стало нормой жизни и важным оздоровительно-профилактическим фактором.

Приверженность к здоровому образу жизни закладывается в детстве. Связи с этим приоритетным в оздоровительной деятельности в период школьных каникул является соблюдение режима дня, рациональное сбалансированное питание, двигательная активность, просветительская деятельность с целью формирования навыков здорового образа жизни и санитарной грамотности.

**Цель:** внедрение комплекса индивидуальных, групповых и коллективных научно-обоснованных лечебно-оздоровительных и профилактических мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей и подростков в период летнего отдыха, формирование санитарной грамотности и навыков здорового образа жизни.

#### **Задачи:**

1. Использовать комплекс профилактических оздоровительных и лечебных мероприятий для улучшения показателей здоровья детей и подростков в период летнего отдыха.
2. Обеспечить индивидуальный подход к лечебно-оздоровительным и профилактическим мероприятиям с учетом заболеваний и функциональных нарушений, имеющих у детей и подростков.
3. Устранить последствия психологических перегрузок, гиподинамии, возникших в период школьных нагрузок.
4. Не допустить возникновения и распространение массовых инфекционных заболеваний среди детей и подростков в период летнего отдыха.
5. Сформировать приверженность к здоровому образу жизни.

### Основная часть

Комплекс медицинских мероприятий подразделяется на санитарно-противоэпидемические, оздоровительные, санитарно-просветительские и лечебно-профилактические. В организации участвуют врачи и медицинские сестры отделения медико-социальной реабилитации.

Проведение санитарно-противоэпидемических мероприятий необходимо для недопущения распространения инфекционных заболеваний, в т.ч. новой коронавирусной инфекции.

#### Санитарно-противоэпидемические мероприятия

Мероприятия	Содержание	Исполнители	Кратность
Медицинский контроль состояния сотрудников	Бесконтактное измерение температуры тела. Опрос и осмотр на наличие признаков ОРВИ	Медицинская сестра	Ежедневно перед началом работы
Медицинский контроль состояния детей, находящихся на смене (утренний и вечерний медицинский фильтр)	Бесконтактное измерение температуры тела. Опрос и осмотр на наличие признаков ОРВИ	Врач-педиатр Медицинская сестра	Ежедневно 09:00-10:00 18:00-19:00
Соблюдение масочного режима, сбора и утилизации масок и одноразовых перчаток	Ежедневный мониторинг ношения медицинским работниками и сотрудниками столовой медицинских масок и одноразовых перчаток. Обеспечение сбора использованных медицинских масок и перчаток	Главная медицинская сестра Медицинская сестра	В постоянном режиме
Изоляция и наблюдение заболевшего	При выявлении признаков инфекционного заболевания или повышения температуры тела выше 37,1 немедленная изоляция заболевшего. При появлении признаков, не исключаящих новую коронавирусную инфекцию или других инфекционных заболеваний, вызов бригады скорой медицинской помощи, организация наблюдения за контактными	Врач-педиатр	По мере необходимости
Соблюдение режима проветривания, уборки и дезинфекции помещений	Контроль соблюдения режима проветривания, уборки и дезинфекции помещений	Главная медицинская сестра Медицинская сестра	В постоянном режиме
Обеспечение доступности кожных антисептиков для обработки рук детей и сотрудников	Контроль наличия кожных антисептиков	Главная медицинская сестра Заведующая ОСБО	В постоянном режиме
Сбор и утилизация отходов класса Б, В в соответствии с инструкциями.	Сбор отходов класса Б и доставка в помещение временного хранения. Контроль доставки отходов класса Б до места забора отходов. Контроль сбора отходов класса В и транспортировки до места забора лицензированной компанией.	Главная медицинская сестра Медицинская сестра	По мере сбора отходов

Контроль соблюдения детьми санитарно-гигиенических норм и правил	Контроль мытья рук перед каждым приемом пищи. Контроль ежедневного гигиенического душа и других гигиенических процедур	Медицинская сестра	В постоянном режиме
--	---	--------------------	---------------------

Оздоровительные мероприятия включают организацию режима дня, здорового питания, достаточную двигательную активность, закаливание и отказ от вредных привычек. Они создают основу процесса оздоровления детского организма после школьных нагрузок в течение учебного года.

Соблюдение режима дня имеет колоссальное значение в сохранении и укреплении здоровья. С точки зрения хронобиологии, наш организм – это стройная система сложнейших органов, объединенных между собой сотнями функциональных связей. Для того чтобы этот уникальный механизм всегда работал слаженно, необходима четкая программа действий и точный распорядок работы. Роль этой универсальной программы жизнедеятельности организма человека выполняют биологические ритмы, которые являются высшим проявлением самоорганизации любой биологической системы. Биологические ритмы обеспечивают максимально эффективное функционирование всех его органов и наиболее экономное расходование ресурсов. Особое значение в режиме дня имеет ночной сон во временной промежуток не позднее 22 часов, т.к. с 22 до 01 часов вырабатывается гормон мелатонин, который способствует полноценному сну. Во сне идет активное восстановление всех клеток организма, ростовые процессы, синхронизация процессов торможения и возбуждения центральной нервной системы. Для детей младшего школьного возраста продолжительность ночного сна должна быть не менее 10 часов.

Здоровое питание обеспечивает организм строительным материалом, незаменимыми микро и макроэлементами, наполняет энергетическим ресурсом, что способствует поддержанию органов и систем в работоспособном состоянии и их физиологическому функционированию. Более половины неинфекционных заболеваний являются алиментарно зависимыми, т.е. зависят от питания. Правильно построенное питание имеет большое значение для нормального физического и нервно-психического развития детей, повышает трудоспособность и успеваемость, выносливость и устойчивость к неблагоприятным влияниям внешней среды, к инфекционным и другим заболеваниям. Существует несколько важных принципов, которых нужно придерживаться при планировании детского рациона. Первый, основополагающий – питание ребенка должно способствовать формированию правильного пищевого поведения. Организм должен получать все необходимые макро и микроэлементы. Второй – количество энергии, которую нам дает пища, должно соответствовать тратам организма. Третий – питание ребенка должно быть разнообразным, в рационе должны присутствовать все группы продуктов. Четвертый – важно придерживаться режима питания.

Регулярная двигательная активность необходима для нормального функционирования и восстановления всех органов и систем ребенка, развитию когнитивных функций, поддержанию иммунитета. К сожалению, современные школьники в большей своей части подвержены гиподинамии, что неизбежно приводит к развитию болезней. Каникулярный период необходимо максимально использовать для достаточной двигательной активности, особенно на свежем воздухе.

#### **Оздоровительные мероприятия**

Мероприятия	Содержание	Исполнители
-------------	------------	-------------

Рациональное питание	Питание детей по меню, разработанному с учетом принципов здорового питания (увеличено количество рыбы, овощей, сыра, уменьшено количество сахара). В меню соблюдены возрастные нормы питания. Режим дня предполагает регулярность питания (перерывы не более 4 часов) Контроль соблюдения норм питания. Санитарно-просветительная работа о принципах здорового питания (наглядные пособия, беседы, познавательные игры)	Заведующая столовой Сотрудники столовой  Врач-педиатр Врач-педиатр Медицинская сестра
Организация режима дня	Своевременный подъем и отбой, достаточная продолжительность ночного сна, дневной сон (отдых). Достаточное пребывание на свежем воздухе; Физкультурные и спортивные мероприятия; Досуговые мероприятия преимущественно на свежем воздухе; занятия кружковой деятельностью; оздоровительные процедуры; Свободное время	Врач-педиатр Специалисты по комплексной реабилитации, вожатые  Инструктор по адаптивной физкультуре Специалисты по комплексной реабилитации, вожатые.
Организация закаливания	Достаточное пребывание на свежем воздухе в одежде по погоде; воздушные и солнечные ванны; специальные закаливающие процедуры (хождение по соляным и песчаным дорожкам, контрастное обливание ступеней ног, контрастный душ). Купание в бассейне.	Специалисты по комплексной реабилитации Вожатые Инструкторы по адаптивной физкультуре Инструктор по ЛФК
Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм	Создание условий для гигиенических процедур; Соблюдение питьевого режима; Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима (мытьё рук с мылом перед едой, сменой деятельности и по мере загрязнения, обработка рук кожным антисептиком, использование бактерицидных облучателей, режим проветривания, обработка контактных поверхностей каждые 3 часа, текущая и генеральная уборка).	Врач-педиатр Медицинская сестра Заведующая ОБСО
Достаточная двигательная активность	Утренняя гимнастика; занятия физкультурой, в т.ч. лечебной; спортивные секции; спортивные часы, подвижные игры на свежем воздухе, соревнования).	Инструкторы по адаптивной физкультуре Инструкторы по ЛФК

### Санитарно-просветительная деятельность

В рамках национального проекта «Демография» и федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» с 2019 года реализуется проект «Здоровое питание». Питание является обязательным условием существования человека, основой физиологических процессов, протекающих в его организме, здоровья,

долголетия и работоспособности. Пища служит единственным источником энергии, белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и микроэлементов. Здоровое питание – ежедневный рацион, полностью обеспечивающий физиологические потребности человека в энергии, пищевых и биологически активных веществах. Когда речь идет о здоровом питании важно помнить о двух основных законах:

1. Для обеспечения энергетического равновесия потребление энергии с пищей должно соответствовать энергетическим тратам;
2. Химический состав рациона человека должен соответствовать его физиологическим потребностям в пищевых веществах.

Детям необходимо дать знания **о здоровом питании**, чтобы они осознанно делали свой выбор в его пользу. В период летнего отдыха, когда нет информационной перегруженности школьников, медицинские работники могут грамотно донести информацию о важности правильного питания и основных понятиях здорового питания.

**Курс «здорового питания» предполагает 4 занятия:**

Мероприятие	Основное содержание	Продолжительность	Ответственный
Беседа «Что такое здоровое питание»	Основные законы здорового питания, роль макро и микронутриентов, режим питания, правила здорового питания в школьном возрасте.	30 мин.	Врач-педиатр Медицинская сестра
Беседа «Типичные недостатки питания школьников»	Обсуждение типичных недостатков питания школьников и их последствия.	30 мин.	Врач-педиатр Медицинская сестра
Беседа «Мифы о здоровом питании»	Обсуждение ложных стереотипов о здоровом питании	30 мин.	Врач-педиатр Медицинская сестра
Мастер-класс «Составляем свой дневной рацион»	На основе полученных знаний с помощью медицинского работника дети определяют необходимый набор продуктов на день и распределяют их по приемам пищи	40 мин.	Врач-педиатр Медицинская сестра

Лечебно-профилактические мероприятия зависят от имеющей патологии у ребенка, возраста ребенка и преморбидного фона. При поступлении на летнюю оздоровительную смену всех детей осматривает врач-педиатр и врач-физиотерапевт и совместно осуществляют подбор процедур. Курс состоит из 3-4 процедур кратностью 8-10 раз каждая.

Ведущие нарушения здоровья у детей школьного возраста:

- Нарушения осанки и заболевания опорно-двигательного аппарата;
- Нарушения ЦНС и вегетативной нервной системы;
- Заболевания органов дыхания и частые респираторные заболевания;
- Заболевания органов пищеварения и почек;

- Нарушение обменных процессов и эндокринные заболевания (ожирение, сахарный диабет).

**Лечебно-профилактические мероприятия в зависимости от имеющегося заболевания или функционального отклонения**

<b>Направления оздоровительных мероприятий</b>	<b>Перечень лечебно-оздоровительных мероприятий</b>	<b>Исполнитель</b>	<b>Кратность</b>
Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата	Занятия ЛФК: корригирующая гимнастика, занятия в тренажерном зале, занятия на стабиллоплатформе и виброплатформе. Аппаратный массаж. Ручной массаж. Магнитотерапия вдоль позвоночника	Инструктор ЛФК Врач ЛФК	Ежедневно Курс 8-10 процедур
Коррекция нарушений ЦНС с учетом вегетативной конституции	Водолечение. Фитотерапия. Аппаратный массаж (акварелакс). Спелеотерапия. Транскраниальная магнитотерапия	Инструктор ЛФК Медицинская сестра	Ежедневно Курс 8-10 процедур
Оздоровление детей с заболеваниями органов дыхания, часто и длительно болеющих детей	Дыхательная гимнастика. Аппаратный массаж. Кислородные коктейли. Фитотерапия. Ручной массаж грудной клетки. Светотерапия от аппарата «Биоптрон». Спелеотерапия	Инструктор ЛФК Медицинская сестра	Ежедневно Курс 8-10 процедур
Профилактика рецидивов заболеваний органов пищеварения и почек	Занятия ЛФК: - специальные комплексы для детей с заболеваниями органов пищеварения и почек. Медикаментозное лечение в соответствии с назначениями врачей-специалистов (по показаниям). Фитосборы. Лечебные седативные ванны. Электрофорез с магнием на правое подреберье. Ванны с успокаивающим эффектом	Инструктор ЛФК Медицинская сестра	Ежедневно Курс 8-10 процедур
Коррекция избыточной массы тела и ожирения	Корригирующая гимнастика. Занятия на тренажерах. Аппаратный массаж. Фитосборы. Гидромассажные ванны. Занятия с психологом. Ручной массаж. Магнитотерапия вдоль позвоночника	Инструктор ЛФК Медицинская сестра Психолог	Ежедневно Курс 8-10 процедур
Оздоровление детей с сахарным диабетом и профилактика осложнений	Диета – стол № 9. Режим - щадяще-тренирующий. ЛФК: – корригирующая гимнастика с элементами дыхательной. Аппаратный массаж. Гидромассажные и минеральные ванны. Занятия с психологом. Ручной массаж. Магнитотерапия	Инструктор ЛФК Медицинская сестра Психолог Врач-физиотерапевт	Ежедневно Курс 8-10 процедур

Специальные мероприятия назначаются **детям**, имеющим хронические заболевания или инвалидность. Они направлены на коррекцию или профилактику осложнений основного заболевания, которые могут привести к ухудшению состояния.

### Специальные лечебные мероприятия в зависимости от имеющегося заболевания

Наименование заболевания	Лечебные мероприятия	Содержание деятельности медицинских работников
Сахарный диабет	Регулярная инсулинотерапия, в соответствии с назначениями эндокринолога; при возникновении острого заболевания, корректировка инсулинотерапии под контролем эндокринолога; при гликемии выше 11 ммоль/л или ниже 3,5 ммоль/л в течение двух дней, корректировка инсулинотерапии под контролем эндокринолога	-Контроль уровня гликемии перед едой, на ночь и перед физической нагрузкой. - Контроль кетонов мочи при гипергликемии, выше 11 ммоль/л. -Допуск к спортивным занятиям и купанию в бассейне при гликемии не ниже 5,5 и не выше 15 ммоль/л. -Контроль состояния ребенка во время спортивных мероприятий, занятий в бассейне; дискотек. -Ежедневная ревизия питания. -Медицинский отвод от соревнований. -Контроль соблюдения ежедневных гигиенических процедур
Ожирение	1. Оценка пищевого статуса и диагностики ожирения): -Антропометрия (масса тела, рост, ИМТ, SDS, окружность талии, характер распределения жировой ткани, измерение АД, глюкозы крови) -Оценка фактического питания (дневник питания и двигательной активности) 2. Наблюдение специалистов: эндокринолог, педиатр, врач по ЛФК, психолог 3. Прием препаратов по показаниям (инсулинорезистентность) 4. Питание-диета-стол № 8	-Контроль за оценкой пищевого статуса-контроль 1 раз в 7 дней. -Контроль за выполнением физических нагрузок. -Контроль за организацией и ревизией питания. -Контроль за приемом лекарственных препаратов. -Контроль соблюдения ежедневных гигиенических процедур
Аутизм или расстройства аутистического спектра	Прием препаратов, рекомендованных психиатром (в случаи их назначения)	-Контроль приема назначенных препаратов. -Контроль соблюдения щадяще-тренирующего режима
Эпилепсия	Регулярный прием антиконвульсантов в соответствии с назначениями epileптолога; корректировка дозы антиконвульсантов при возникновении острого заболевания.	-Контроль приема антиконвульсантов. -Медицинский отвод от соревнований, сауны, физиопроцедур, длительного пребывания на солнце при жаркой погоде. -Контроль состояния после массовых мероприятий, дискотек
Бронхиальная астма средней и тяжелой степени	Прием базисной терапии; элиминационная диета	-Контроль приема базисной терапии. -Контроль соблюдения элиминационной диеты. -Организация и контроль гипоаллергенного бытового окружения
Хронические заболевания почек с поражением клубочков почек	Регулярный прием базисной терапии	-Контроль приема препаратов базисной терапии. -Ежедневный контроль артериального давления.

		-Организация режима и лечебно-оздоровительных мероприятий, исключающих переохлаждение
Артериальная гипертензия, ВСД по гипертоническому типу	Прием гипотензивных лекарственных препаратов в соответствии с назначениями кардиолога	-Контроль приема гипотензивных лекарственных препаратов. -Ежедневный контроль артериального давления (утро, вечер). -Медицинский отвод от спортивных соревнований. -Контроль физической нагрузки
Кардиопатия без недостаточности кровообращения и недостаточностью кровообращения 1 ст.	Прием препаратов, рекомендованных кардиологом	-Контроль приема препаратов. -Контроль физических нагрузок. -Медицинский отвод от спортивных соревнований и посещения сауны
Ювенильный ревматоидный артрит	Прием базисной терапии, назначенной ревматологом	-Контроль приема базисной терапии. -Организация режима и лечебно-оздоровительных мероприятий, исключающих переохлаждение. -Медицинский отвод от спортивных соревнований и длительных физических нагрузок

#### Ожидаемые результаты

№ п/п	Ожидаемые результаты	Критерии оценки	Методы оценки
1.	Улучшение показателей здоровья детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отсутствие жалоб на состояние здоровья</li> <li>• Улучшение самочувствия, нормализация сна и аппетита.</li> <li>• Оценка функциональных показателей: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ЖЕЛ;</li> <li>• динамометрии;</li> <li>• оценка антропометрических данных;</li> <li>• масса тела;</li> <li>• рост</li> </ul> </li> </ul>	Осмотр педиатра первичный и в динамике; проведение спирометрии и динамометрии при поступлении и по окончании смены; измерение массы тела и роста при поступлении и по окончании смены
2.	Высокие показатели суммарной эффективности оздоровления по смене	Оценка оздоровительного эффекта: <ul style="list-style-type: none"> <li>• выраженный оздоровительный эффект;</li> <li>• слабый оздоровительный эффект;</li> <li>• отсутствие оздоровительного эффекта</li> </ul>	Балльная оценка функциональных показателей на каждого ребенка; общая оценка оздоровительного эффекта в процентном отношении
3.	Недопущение случаев инфекционной заболеваемости	Отсутствие случаев инфекционной заболеваемости	Отчет за смену
4.	Отказ от вредных привычек	Отказ от курения и др. вредных привычек	Данные анкетирования

*Приложение 11. Сквозная программа «Здоровьесбережение: знаю, умею, делаю!»*

*«Здоровье – не все, но все без здоровья – ничто», Сократ*

**Пояснительная записка**

Согласно Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это «состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов». Соответственно, здоровый образ жизни, по определению ВОЗ, представляет собой «оптимальное качество жизни, определяемое мотивированным поведением человека, направленным на сохранение и укрепление здоровья. Смирнов Н.К., кандидат медицинских наук, доктор психологических наук, пишет: «Школьник, о здоровье которого заботятся только другие люди (родители, учителя, врачи), но не несущий ответственности за собственное здоровье, не освоивший навыки его сохранения и укрепления, не будет здоровым ни вовремя обучения в школе, ни, тем более, после ее окончания!». В современных условиях жизни, насыщенных множеством факторов риска нарушения здоровья, обучение здоровьесбережению становится важнейшей задачей педагогического процесса, в том числе в каникулярный период. На летних сменах отдыха и досуга ребята будут учиться применять эффективные и доступные технологии для сохранения и укрепления своего здоровья. Игровой сюжет смены и ключевые мероприятия смены имеют здоровьесберегающую направленность.

Задачи здоровьесбережения в оздоровительном лагере предполагают формирование и закрепление навыков здорового образа жизни, культуры здоровья, которые должны стать основными принципами в жизни ребёнка. В процессе развития культуры здоровья необходимо формировать у него, прежде всего:

- научное понимание сущности здоровья и здорового образа жизни;
- отношение к здоровью, как к ценности;
- навыки управления здоровьем;
- навыки психологической самопомощи и помощи.

В сквозной программе «Здоровьесбережение: знаю, умею, делаю!» мы остановились на 4 направлениях обучения здоровьесбережению:

1. Медико-гигиенические технологии.
2. Физкультурно-оздоровительные технологии.
3. Экологические технологии.
4. Образовательные технологии.

**Принципы:**

- *Принцип природосообразности.* Учет состояния здоровья ребенка, его физического потенциала и отклонений, половой и возрастной дифференциации и окружающей его природной среды.

- *Принцип триединого представления о здоровье.* Подход к категории здоровья как к единству физического, психического и духовно-нравственного здоровья.

- *Принцип вариативности.* Оптимальное сочетание индивидуальных, групповых и массовых форм работы. Возможность изменения формы и содержания мероприятий с учетом педагогической ситуации и действия других факторов при сохранении общей направленности на решение задач смены.

- *Принцип личностного подхода.* Создание активной образовательно-воспитательной среды и учет своеобразия индивидуальности личности в развитии и саморазвитии.

- *Принцип динамического наблюдения и контроля.* Непрерывное наблюдение и выявление новой информации о потенциальных возможностях ребёнка на разных этапах работы, оценка уровня эффективности мероприятий.

- *Принцип «Не навреди!».* Все применяемые методы, приёмы,

используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью участникам программы и специалистам.

## **Содержание и средства реализации программы**

### **I. Медико-гигиенические технологии**

Цель: внедрение комплекса профилактических мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей и подростков в период летнего отдыха, а также на формирование санитарной грамотности и навыков здорового образа жизни.

Задачи:

1. Улучшить показатели здоровья детей и подростков в период летнего отдыха, используя комплекс профилактических оздоровительных и лечебных мероприятий.

2. Обеспечить индивидуальный подход к лечебно-оздоровительным и профилактическим мероприятиям с учетом заболеваний и функциональных нарушений, имеющих у детей.

3. Устранить последствия психологических перегрузок, гиподинамии, возникших в период ограничительных мер по недопущению новой коронавирусной инфекции и школьных нагрузок.

4. Не допустить возникновение и распространение массовых инфекционных заболеваний среди детей в период летнего отдыха, в том числе и коронавирусной инфекции COVID-19.

В ЦКР «Родник» созданы условия для восстановления и укрепления здоровья детей, коррекции функциональных отклонений и обострения хронических заболеваний, вызванных ограничительными мерами по недопущению распространения новой коронавирусной инфекции. Прежде всего, это строгое соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил, санитарно-эпидемиологического режима, направленного на недопущение новой коронавирусной инфекции и профилактику других инфекционных заболеваний. Для восстановления и укрепления здоровья детей в учреждении организованы следующие мероприятия медико-гигиенической направленности:

- Круглосуточное медицинское наблюдение.
- Организация рационального распорядка дня, обеспечивающего оптимальное количество физических нагрузок и максимально возможное пребывание на свежем воздухе в экологически благоприятной среде.
- Организация 6-ти разового сбалансированного питания.
- Закаливающие процедуры.
- Просветительская деятельность с целью повышения компетентности в вопросах здорового образа жизни и санитарной грамотности.

### **II. Физкультурно-оздоровительные технологии**

Цель: вовлечение детей в занятия физической культурой и спортом, формирование у них мотивации и устойчивого интереса к укреплению здоровья через организацию и проведение физкультурно-оздоровительных занятий.

Задачи:

1. Формировать двигательные навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения.

2. Способствовать обогащению двигательного опыта через физические упражнения и развитие физических способностей детей.

3. Сформировать представление о влиянии физических нагрузок на организм.

4. Сформировать мотивацию к здоровому образу жизни.

Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на физическое развитие участников программы: закаливание, тренировку силы, выносливости,

быстроты, гибкости.

Мероприятия физкультурно-оздоровительной здоровьесберегающей направленности организуются в соответствии со сквозной программой «Спортивный калейдоскоп».

### **III. Экологические здоровьесберегающие технологии**

Цель: Создать для участников смены природосообразные, экологически оптимальные условия деятельности, способствующие развитию гармоничных взаимоотношений с природой и укрепляющие духовно-нравственное здоровье.

Задачи:

1. Формировать представления о человеке как части природы.
2. Формировать представление о природе, как неисчерпаемом источнике пополнения внутренних ресурсов человека.
3. Формировать мотивы, привычки и потребности в экологическом поведении.
4. Повышать мотивацию обучающихся к культурным формам отдыха.

Для реализации экологического направления программы был разработан проект «В гармонии с природой». Локацией для реализации экологических здоровьесберегающих мероприятий станут тематические беседки, расположенные на территории ЦКР «Родник» и оформленные в соответствии с темами: «Музыка ветра», «Шепот звезд», «Краски природы».

#### **Тематическая беседа: «Музыка ветра»**

В тематической беседе «Музыка ветра» проводятся мероприятия, направленные на развитие дыхания.

Цель: обучить техникам развития дыхания для укрепления общего состояния здоровья, для профилактики болезней органов дыхания и формирования умения управлять собой.

Направления работы:

- Дыхательная гимнастика – обучение детей специальным упражнениям, способствующим укреплению дыхательной системы организма.
- «Песенные посиделки» – обучение детей певческим упражнениям, способствующим укреплению диафрагмы, улучшению общей циркуляции крови, укреплению иммунитета, а также развитию памяти и слуха.
- «ЛогоритМИКС» – занятия на формирование чувства музыкального темпа, артикуляции и дыхания.
- «Звучи красиво» – занятия по технике речи, способствующие развитию речевого дыхания, расширению диапазона голоса, а также тренирующие интонационную выразительность речи.

#### **Тематическая беседа: «Шепот звезд»**

В тематической беседе «Шепот звезд» проводятся мероприятия, направленные на релаксацию и психологическую разгрузку.

Цель: способствовать развитию навыков саморегуляции и релаксации, для формирования способности управлять своим эмоциональным состоянием.

Направления работы:

- Игротерапия – метод лечебного воздействия на детей и взрослых, страдающих эмоциональными нарушениями, страхами, неврозами и т.п.
- Психогимнастика – курс специальных занятий (этюдов, упражнений и игр), направленных на развития и коррекцию различных сторон психики ребенка.
- «Релакс-гостиная» – обучение методам релаксации, проведение занятий, направленных на снятие эмоционального напряжения.

#### **Тематическая беседа: «Краски природы»**

В тематической беседе «Краски природы» проводятся мероприятия художественной направленности и занятия по декоративно-прикладному

творчеству.

Цель: Развитие творческих способностей детей и формирование их ценностного отношения к природе, как к источнику красоты, в процессе изучения разных способов творческой деятельности.

Направления работы:

- «Хочу – творю!» – мастер-классы по декоративно-прикладному творчеству с использованием природных материалов.
- «Арт-мозаика» – занятия с использованием методов арт-терапии для коррекции эмоционального состояния.

#### **IV. Здоровьесберегающие образовательные технологии**

Здоровьесберегающие образовательные технологии характеризуются использованием психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем. В период летних смен отдыха и оздоровления проект будет переведен в реальный формат. Суть проекта в объединении образовательного содержания и двигательной (танцевальной) активности.

Цель: Способствовать предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний, обогащению двигательного опыта через танцевальные упражнения.

Направления работы:

- Танцевальное – обучение танцевальным упражнениям для поддержания оптимального двигательного режима и улучшения эмоционального состояния.
- Образовательное – занятия сопровождаются познавательной информацией на различные темы.

#### **Ожидаемые результаты**

<b>Ожидаемые результаты</b>	<b>Методы отслеживания</b>	<b>Критерии эффективности</b>
Формирование у детей целостного представления о здоровье	Педагогическое наблюдение	Высокий уровень активности и заинтересованности тематикой мероприятий. Высокий уровень качества выполнения заданий итоговых мероприятий
Расширение адаптивных возможностей детского организма	Отчет медицинских работников, педагогов-психологов. Педагогическое наблюдение	Повышение работоспособности в различных видах деятельности. Отсутствие заболеваний во время смены. Высокая физическая активность детей
Формирование и развитие способности к самосозиданию и психологической самокоррекции	Психолого-педагогическое наблюдение. Анкетирование (начальное и итоговое)	Успешная адаптация детей к условиям лагеря. Низкий уровень конфликтности в отрядах. Образование дружеских связей в отряде. Благоприятный психологический климат в отряде. Положительные отзывы о смене и отдыхе в лагере в целом

*Приложение 12. Система обеспечения безопасности отдыхающих в ЦКР «Родник»*

**1. Общие положения обеспечения безопасности**

- 1.1. Ограждение территории Центра (кирпичное ограждение – 100%).
- 1.2. Круглосуточная охрана территории: 2 сотрудника охранного предприятия «Дивизион».
- 1.3. Круглосуточное дежурство администраторов в 3 (трех) жилых корпусах.
- 1.4. Круглосуточное дежурство автотранспорта, водителя – 1 ед.
- 1.5. Круглосуточное дежурство оператора газовой котельной, слесаря по эксплуатации и обслуживанию газового оборудования.
- 1.6. Круглосуточное дежурство медицинского работника (1 врач и 2 медицинские сестры).
- 1.7. Обеспечение каждого жилого корпуса тревожной кнопкой, связанной с охранным предприятием «ЧОП ДИВИЗИОН».
- 1.8. Административное дежурство (руководитель, заместитель руководителя, руководители структурных подразделений).
- 1.9. Ночное дежурство педагогов в жилых корпусах.
- 1.10. Получение лицензии на виды деятельности.
- 1.11. Получение разрешения на открытие смены в Управлении Роспотребнадзора по Тюменской области.
- 1.12. Сертификация столовой.
- 1.13. Ежегодный осмотр мест пребывания детей (игровых и спортивных площадок, игрового и спортивного оборудования) с составлением актов осмотра.
- 1.14. Ежегодная противоклещевая обработка территории центра.

**2. Обеспечение противопожарной безопасности**

- 2.1. Оборудована автоматическая пожарная сигнализация – 100%.
- 2.2. Обеспеченность огнетушителями – 100%.
- 2.3. Оборудованы информационные стенды о соблюдении правил пожарной безопасности.
- 2.4. Укомплектованы пожарные щиты с полным набором противопожарных инструментов.
- 2.5. Обеспечен свободный доступ к запасным выходам.
- 2.6. Организовано проведение учебной пожарной эвакуации для детей и работников АУ ТО «ЦКР «Родник».
- 2.7. Помещения оборудованы пожарными кранами в соответствии с установленными требованиями.
- 2.8. Рабочие места оснащены первичными средствами пожаротушения и защиты органов дыхания.
- 2.9. Проведение инструктажа с работниками АУ ТО «ЦКР «Родник» по правилам пожарной безопасности: первичный, плановый (1 раз в полугодие), внеплановый.
- 2.10. Проведение инструктажа с детьми и их родителями при каждом заезде по правилам пожарной безопасности в ЦКР «Родник».

**3. Система страхования**

- 3.1. Страхование детей от несчастного случая во время заезда.
- 3.2. Страхование гражданской ответственности за причинение вреда жизни, здоровью или имуществу третьих лиц и окружающей среде в результате аварии или инцидента на опасном производственном объекте.

**4. Обеспечение безопасности детей во время купания в бассейне**

- 4.1. Оборудование бассейна средствами спасения.
- 4.2. Проведение инструктажа со специалистами по социальной

реабилитации о правилах безопасного поведения на воде.

4.3. Проведение с детьми и их родителями инструктажа о правилах безопасного поведения на воде перед каждым купанием.

4.4. Контроль за безопасным купанием осуществляют: 1 инструктор-методист по АФК и АС, имеющий допуск спасателя, 1 специалист по социальной реабилитации, 1 медицинский работник.

#### **5. Обеспечение безопасности при перевозках детей автомобильным транспортом**

5.1. Организация систематических технических осмотров транспортных средств в ГИБДД.

5.2. Оснащение всех транспортных средств АУ ТО «ЦКР «Родник», предназначенных для перевозки пассажиров, тревожной кнопкой ГЛОНАСС.

5.3. Оснащение всех транспортных средств АУ ТО «ЦКР «Родник» медицинскими аптечками первой помощи.

5.4. Проведение инструктажа с водителями, педагогами и специалистами по комплексной реабилитации АУ ТО «ЦКР «Родник» о правилах перевозки детей автомобильным транспортом.

#### **6. Система санитарно-эпидемиологической безопасности**

6.1. Разработана программа производственного контроля над соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мер, программа производственного контроля по надзору за медицинской деятельностью, в соответствии с которыми осуществляется:

- содержание территории Центра и прилегающей к нему территории на расстоянии 1 метра;
- сбор и утилизация отходов;
- проверка качества и своевременной уборки помещений, соблюдение режима дезинфекции, использования средств индивидуальной защиты, соблюдения правил личной гигиены;
- проверка наличия и использования дезинфицирующих и моющих средств для обработки инвентаря, посуды и правильности их использования;
- проверка технологического и холодильного оборудования;
- обеспечение питьевого режима;
- контроль за качеством приготовления пищи;
- контроль за соблюдением правил и условий хранения продуктов питания;
- проверка качества поступающих продуктов, наличие документации, условия транспортировки;
- организация лабораторного контроля (смывы с инвентаря и оборудования пищеблока, смывы с медицинского инструмента и инвентаря, предметов изолятора и ухода за детьми; лабораторные исследования пищи на калорийность, готовых пищевых продуктов, воды после прохождения системы водоочистки, воды на пищеблоке, в корпусах, воды из чаши бассейна);
- техническое содержание объектов жизнеобеспечения;
- организация санитарно-гигиенического обучения, прохождение медицинского осмотра, флюорографического обследования.

#### **7. Оказание медицинской помощи**

7.1. Круглосуточное дежурство медицинского работника (1 врач и 2 медицинские сестры).

7.2. Обеспеченность необходимыми медицинскими препаратами – 100%.

7.3. Наличие в медицинских пунктах укладок по оказанию неотложной медицинской помощи:

- при приступе бронхиальной астмы;
- при левожелудочковой недостаточности (отеке легких);
- при обмороке, коллапсе;
- при менингококковой инфекции;
- при гипертензивном синдроме;
- при анафилактическом шоке;
- при электроожогах;
- при электротравме;
- при гипертермическом синдроме;
- по оказанию первичной сердечно-легочной реанимации.

7.4. Оборудование всех мест нахождения детей и рабочих мест аптечками первой медицинской помощи.

7.5. При проведении крупных массовых мероприятий и спортивных соревнований организовано дежурство скорой помощи.

### **8. Информирование родителей**

- 8.1. Информация о контролирующих органах.
- 8.2. Информация об оказываемых услугах.
- 8.3. Информация о запрещенных к передаче продуктах.
- 8.4. Информация о порядке встречи с детьми.
- 8.5. Своевременное информирование родителей о заболевании ребенка.

### **9. Дополнительные меры безопасности**

9.1. Оснащение мест проведения занятий для детей инструкциями и правилами поведения.

9.2. Организация внутренней и городской телефонной связи.

9.3. Организация въездного и выездного анкетирования отдыхающих.

9.4. Определение часов приема руководителем родителей и детей.

9.5. Обеспечение телевидением на каждом этаже жилых корпусов АУ ТО «ЦКР «Родник».

### **10. Перечень документов**

<b>№п/п</b>	<b>Наименование документа</b>
<b>Общие положения обеспечения безопасности</b>	
1.	Приказ об организации безопасности детей
2.	Графики работ службы охраны
3.	Графики работ транспортной службы
4.	Графики работ службы главного инженера
5.	Графики работ медицинской службы
6.	Графики работ административного дежурства
7.	Лицензия на осуществление медицинской и педагогической деятельности
8.	Лицензия «Эксплуатация опасных производственных объектов»
9.	Разрешение на открытие загородного оздоровительного учреждения
10.	Сертификаты соответствия
11.	Акты о проверке безопасности и готовности объектов к осенне-зимнему и весенне-летнему оздоровительным сезонам
12.	Заключение о проведенных мероприятиях по профилактике клещевых инфекций
<b>Обеспечение противопожарной безопасности</b>	
13.	Договор с ООО «ГЛОНАТ» от 01.01.2022 года №26/2022 на техническое обслуживание системы охранно-пожарной сигнализации и системы оповещения людей о пожаре
14.	Приказ об ответственных лицах за противопожарную безопасность
15.	Приказ об ответственных лицах за учет, сохранность и ремонт пожарного оборудования
16.	Приказ о формировании боевых противопожарных расчетов

17.	Акты проверки пожарного оборудования
<b>Система страхования</b>	
18.	Договор с АО «СОГАЗ» о страховании гражданской ответственности организаций, эксплуатирующих опасные производственные объекты
<b>Обеспечение безопасности детей во время купания</b>	
19.	Приказ о безопасном пребывании детей в бассейне
20.	Допуски к работе спасателем
21.	Инструкция по технике безопасности во время купания детей в бассейне
22.	Акты технического освидетельствования водного объекта (бассейна) для массового купания (плавания) граждан
23.	Разрешение на право ввода в сезонную эксплуатацию бассейна
<b>Обеспечение безопасности при перевозках детей автомобильным транспортом</b>	
24.	Приказ о назначении ответственных лиц за обеспечение безопасности при перевозках детей на транспорте
<b>Система санитарно-эпидемиологической безопасности</b>	
25.	Программа производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-эпидемиологических мероприятий
26.	Программа организации и проведения производственного контроля над надзором за медицинской деятельностью
27.	Приказ о производственном контроле, план работы по осуществлению производственного контроля
28.	Договор с ООО «ЭкоБиоСервис» от 18.12.2020 года №2020.541655 по приему жидких бытовых отходов с содержанием хозяйственно-бытовой канализации
29.	Договор с ООО «ТЭО» от 01.02.2022 года №ТО02КО0101015608 по вывозу твердых бытовых отходов
30.	Договор с ООО «УТИЛИТСЕРВИС» от 01.01.2022 года №22К-28 о сборе и вывозе отходов класса «Б»
31.	Договор о поставке средств дезинфекционных с ООО «Альхон-Трейд» от 16.05.2022 года №39
32.	Договор поставки бытовой химии с ООО «Виктория» от 25.04.2022 года №206/2022
33.	Приказ об организации питьевого режима
34.	Приказ о дополнительных противозидемических мероприятиях
35.	Приказ о контроле за приготовлением пищи
36.	Договор технического обслуживания холодильного оборудования с ООО «Мастер ЗИП» от 01.01.2022 года №463/22
37.	Договор с ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии по Тюменской области» от 04.04.2022 года № 0066223 о проведении лабораторных и инструментальных исследований
38.	Акты проверки систем жизнеобеспечения учреждения
39.	Список сотрудников, прошедших медицинский осмотр
<b>Оказание медицинской помощи</b>	
40.	Приказ о медицинской деятельности
41.	Инструкция по оказанию первой доврачебной помощи при несчастных случаях
42.	Приказ о системе контроля качества медицинской помощи
43.	Приказ об укомплектованности медицинских аптек
44.	Акт проверки укомплектованности медицинских аптек
<b>Дополнительные меры безопасности</b>	
45.	Информация для родителей
46.	Приказ о рассмотрении обращений граждан
47.	Инструкции по охране труда