

УТВЕРЖДЕНО

Главный врач

ГАУЗ РПНС «Акбузат»



/Г.Д. Имаева/

« » 20 г.

Программа
**«Акбузат. Лето. Крылья.
Ты. Лето. Мы»**

г. Уфа

Пояснительная записка

О лагере.

Акбузат (светлый крылатый конь) — персонаж тюркского фольклора и мифологии, первопредок (тотемный предок) народа, конь-добродетель. Происхождение Акбузата связано, с широким распространением в среде тюркских народов тотемистических воззрений, а также культа коня, который играл важную роль в жизнедеятельности тюрков, а белый цвет символизировал благополучное рождение, счастливую жизнь, спокойную смерть и достойное погребение. В башкирском эпосе волшебный богатырский конь, родоначальник тулпаров, Конь Урала - Батыра, главного героя башкирского эпоса. Название программы лагеря в трёх словах: «Ты.Лето.Мы», по-другому связь между местом - действием - временем.

Санаторий «Акбузат» имеет три лечебные базы: в деревне Уптино Уфимского района, в Калининском районе г. Уфы и в д. Сабашево Мелеузовского района.

Лагерь проходит на основной базе недалеко от города Уфы, расположился детский санаторий «Акбузат». Точный адрес: 450571, Российская Федерация, Республика Башкортостан, Уфимский район, деревня Уптино, улица Медовая, здание 16. Его работа многократно отмечена различными дипломами Правительства РБ, а так же дипломом 1-й степени в конкурсе «Лучшая здравница Российской Федерации». Климат местности (Dfb) влажный континентальный с теплым летом. Годовая средняя температура, исходя из данных наблюдений, составляет 5.9°C. Наиболее тёплый месяц — июль со средней температурой 21.0 °C. Верхний предел температуры, устанавливается в июле. В рамках года: солнечных дней - 69. Почему Башкирию называют «солнечной» из-за самого большого количества солнечных дней на Урале.

Основная специализация санатория лечение детей с различной патологией опорно-двигательного аппарата, заболеваниями нервной системы, пограничными психическими расстройствами и расстройствами поведения в течение года здесь проходят лечение как детские группы без родителей, так и дети с родителями (опекунами).

В санатории есть комплексные услуги в соответствии со стандартами качества санаторной помощи. Реабилитация включает диагностические и лечебные процедуры: первичные и динамические осмотры врачей-специалистов (невролога, педиатра, ортопеда, офтальмолога, психиатра детского, психотерапевта, терапевта), медикаментозную терапию (церебропротекторы, симптоматическая терапия), коррекционные педагогические занятия со специалистами (логопедом, психологом, педагогами-воспитателями).

Адресность программы:

Целевая аудитория в летний период: это оздоровительно - образовательный лагерь для детей и подростков, чьи родители работают на предприятиях г. Уфы и г. Екатеринбурга

Возраст: от 7 до 17 лет

Предполагаемое количество по сменам:

1 смена – от 200 до 270 человек

2 смена - от 200 до 270 человек

3 смена - от 200 до 270 человек

4 смена - от 200 до 270 человек

От 6 до 9 детских групп (по три в каждом корпусе), младшие не больше 60 человек в одну смену, а остальные старшие - средние.

Гендер: мальчики/ девочки, приблизительно 50/50.

Увлечения: спорт, туризм, прикладные кружки, любители фэнтези, фантастики и игр, приключений, соц.сетей.

Качественные характеристики: учащиеся средних образовательных школ

Потребности участников:

- безопасном окружении;
- в ощущение принадлежности к общности и в принятии;
- в улучшение физической формы и профилактическом
- укреплении здоровья;
- потребность быть признанным
- потребность в социализации

Воспитательный потенциал лагеря «Акбузат» позволяет осуществлять воспитание через изменение, конструирование особой среды проживания в условиях временного детского коллектива.

Актуальность программы

2026 год объявлен Годом единства народов России. Тематика года отражает национальную политику России - сохранение уникальной самобытности каждого народа, проживающего на её территории. Укрепляя взаимное уважение и поддерживая культурное разнообразие, укреплении дружеских связей и взаимопонимания между различными этносами, живущими на территории нашего многонационального государства.

Проведение Года единства народов призвано содействовать достижению национального единства, мира и согласия между всеми гражданами страны.

Первая смена «Тайны хижины чудес» - откроет тайны волшебного мира и поможет обрести верных друзей (по мотивам известного мультфильма «Гравити Фолз»), а также расскажет про Уральский регион, где есть место историческим событиям, сохраненными в памяти народов, поднимается тема разнообразие народов Урала, и их общая истории. Продолжение темы взаимодействия и разнообразия получают развитие в четвертой смене «Вокруг света за 21 день».

Вторая смена «Эко тур» и третья смена «Ветра времён» посвящены новым знаниям о мире и людях. Сведения по географии, истории, биологии - является важными качествами современного человека. Развития интереса к естественным наукам расширяют кругозор и помогают ориентироваться в переполненном информацией мире. Вторая смена «Эко тур» и третья смена «Ветра времён» посвящены проявления интереса, новым знаниям, мира, людей.

Программа «Ты.Лето.Мы» соответствует нормативно правовыми документами:

Конституцией Российской Федерации;

Конвенцией о правах ребенка;

Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральным законом от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

Федеральным законом от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Федеральным законом от 30 декабря 2020 года № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации»;

Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

Планом основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года, утвержденным распоряжением Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 года № 122-р;

Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642;

Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденным президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24 декабря 2018 года № 16.

Федеральному закону от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ

«Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» к организациям отдыха детей и их оздоровления.

Программа реализуется в лагере в течение смен по 21 дню. Ориентирами построения программы служат принципы добровольности, равенства прав участников смен, учета их индивидуальности, психологических и интеллектуальных, физических особенностей каждой возрастной группы, при открытом и доброжелательном контакте с родителями или опекунами.

Цель программы:

Естественная цель для каждого человека - новый опыт, который происходит в каждый момент жизни. Для того, чтобы он был успешным, необходимо обладать коммуникативными навыками эффективного общения, умениями самообслуживания, раскрытие потенциала своей личности, формирование знания о своих возможностях и потребностях своих и общества, четкой гражданской позиции. По мнению психологов и социологов именно эти навыки будут востребованы в XXI веке. Кроме психического здоровья, важно уметь следить и сохранять физическое здоровье. Развитие этого понимания, залог гармоничной жизни в будущем.

Задачи программы:

- изучение ценностей ориентации участников программы, корректировка ценностной сферы;
- актуализировать ценность собственного развития;
- обучение ребенка ставить цели и определять их способы достижения;
- развитие способности к познанию, научить пользоваться полученным опытом в различных областях жизненной деятельности;
- способствовать появлению у ребенка активной жизненной позиции, осознание себя творцом собственной жизни
- познакомить участников программы с опытом социального творчества – это проектирование процесса решения коллективным способом конкретных задач по достижению индивидуально - и коллективно-значимого результата;
- создание условия для добровольного выбора деятельности и самоопределения в предложенных видах деятельности;
- включение участников в игровые ситуации и события, которые позволят им освоить новые социальные роли, раскрыть творческий потенциал и реализовать интересы каждого из них.

Отличительная особенность программы, новизна

В программе представлена система взаимосвязанных между собой факторов: самостоятельная жизнь (без привычного окружения семьи и школы) по правилам лагеря, игровая- образовательная программа и индивидуальные подобранные санаторные процедуры для каждого участника смены.

Особенностью «Акбузата» является санаторные медицинские программы оздоровления и интенсивная социализация через игровые программы смен. Баланс составляет рациональное сочетание двигательной, игровой и познавательной деятельности. При этом максимально используется социоприродное окружение, причастность к общероссийским значимым событиям.

Сроки реализации программы:

Подготовительный этап с февраля по май.

Основной этап:

1 смена с 1 июня по 21 июня

2 смена с 24 июня по 14 июня

3 смена с 16 июня по 5 августа

4 смена с 8 августа по 28 августа

Заключительный период с августа по сентябрь

(см. приложение план - сетки смен)

Логика реализации программы

Подготовительный этап:

- согласование и утверждение концепции по программе и организации летнего сезона 2026;
- формирование пакета документов, разработка программы, подбор методического материала с учётом тематики смен по программе;
- создание условий для реализации программы, установление внешних связей с организациями и предприятиями г.Уфы и Свердловской области; распространение информации о программе и условия приобретения путевок;
- организация подбора и обучения кадров для работы в лагере;
- приобретение необходимого инвентаря, аппаратуры, материалов для работы кружков и оформления корпусов и событий;
- проведение инструктивных совещаний и оперативных совещаний по подготовке;
- санитарная обработка территории и корпусов.

Организационный этап:

- заезд детей, оформление документов, мед.комиссия, распределение по группам (отрядам), заселение в корпуса, экскурсия по территории лагеря, игры на знакомства;
- орг.сбор знакомство с распорядком и правилами, традициями, с программой лагеря, создание атмосферы доброжелательности и открытости, активного участия;
- диагностика медицинских назначений и психологических особенностей участников смены;
- выбор и оформление отрядных мест;
- формирование деятельности временного детского коллектива;
- подготовка к открытию смены.

Основной этап:

- реализация программы по модулям;
- проведение событий в соответствии с программой смены; -кружковая (мастерские) работа разной направленности;
- встречи с интересными людьми;
- проведение санаторно-оздоровительной программы «Укрепление» (по индивидуальным назначениям);
- регулярное освещение деятельности лагеря в интернете.

Заключительный период

- подведение итогов основного этапа и организация по задачам заключительного периода - совещание с пед. коллективом;
- диагностика и рекомендации по программе «Укрепления»
- рефлексия в и анализ в детских временных коллективах (мастерские) и отряды;
- подготовка и проведение торжественной линейки закрытия, награждения активных участников;
- хоз. сборы, ритуалы прощания с участниками, разъезд.

Планируемые результаты

Программа рассчитана на реализацию духовных и физических запросов детей и подростков, служит объединению, сплочению вокруг цели – понимать прошлое, определять настоящее по нравственным ценностям и планировать будущее. Этот социальный опыт играет огромную роль в формировании понимания исторической правды молодыми гражданами России, в результате реализации программы воспитанники расширят знания о науке и искусстве что позволит им в дальнейшем быть интересным и многогранными личностями, осознанно выбрать конкретные направления (или несколько направлений) деятельности в котором они планируют развиваться в дальнейшем.

В ходе реализации программы в лагере сформируется документная база для будущих тематических смен и возможно педагогический коллектив, работающий в течение года в санатории.

Реализация Программы позволит участникам смен достичь следующих результатов по возрастам:

7-10 лет.

- Овладение начальными навыками адаптации в коллективе;
- принятие и освоение социальной роли участника смены;
- рост навыков самообслуживания и личной гигиены;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- начальных знаний о символах и ритуалах, о гимне;
- формирование начальных знаний об историческом и культурном наследии
- формирования знания об общей культуре народов России
- ориентироваться в событиях прошлого, настоящего;
- умение работать по предложенному плану и с другими участниками;

- знать основные достопримечательности Уфы.

11 - 13 лет:

- повышения уровня задач по саморазвитию, адаптации, коммуникациям;
- развитие художественно-эстетического вкуса, культурных норм поведения, потребность ухода за собой и своими вещами, интереса к физической культуре;
- формирование уважительного отношения к чужому мнению, развитие навыков, как со сверстниками, так и взрослыми;
- развитие и закрепление самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение высказывать своё мнение;
- понимать цель выполняемых действий;
- овладевать умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе конструктивного диалога;
- овладевать навыками переговорной деятельности: договариваться о распределении ролей в совместной работе;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- овладевать элементарными приёмами анализа художественных, научно-познавательных и учебных текстов;
- умение обрабатывать и оформлять полученные материалы исследовательской деятельности, готовить тексты для выступления;
- формирования знания об общей культуре народов России;
- знание основных достопримечательностей родного края и видных деятелей в его истории.

14 - 17 лет:

- принимать активное участие в организации и проведении событий смены;

– освоить навык поиска необходимой информации из различных источников для выполнения заданий;

– готовность учиться слушать собеседника и вести диалог, признавать различные точки зрения и право каждого иметь и излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

– опробовать гибкий навык переговоров о распределении обязанностей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль, сохранять ориентир общей цели и путей её достижения;

– видеть признаки и предупреждать конфликтные ситуации, учиться искать выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;

– формирования знания об общей культуре народов России

– овладевать навыками самоорганизации;

– планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; менять позиции от исполнителя до организатора и автора собственного проекта;

– учиться танцевать и развлекаться, шутить, рассказывать истории, овладевать навыками отдыха (самомассаж, режим сна, рефлексия);

– новые приемы фотографировать и правила вести личный дневник;

– знать основы личной безопасности.

Критерии и способы оценки качества реализации программы

В процессе реализации программы осуществляется мониторинг ее результативности, основанный на использовании различных диагностических методик:

- анкеты, отзывов, упоминаний, не только участников, но и их родителей (опекунов);
- анализ визуального контента (фотографии, ролики и пр.)
- мониторинг высказываний и увеличение посещаемости в интернет-сообществах;
- отчеты и выставки работ по результатам деятельности кружков и мастерских;
- количество наград по итогам смен.

Система мотивации и стимулирования

Мотивация – это процесс, определяющий движение к поставленной цели, это факторы (внутренние и внешние), влияющие на активность или пассивность поведения. Формировать положительную мотивацию на активный отдых у детей в летнем оздоровительном лагере можно через применение соревнований между детьми внутри отряда и между отрядами лагеря.

В орг. период смены на сборах отрядов участникам презентуется игровая модель и соответствующая ей система стимулирования. В течение всей смены стимулируется личностное развитие и рост каждого участника наградные ленты (Белая лента – за участие в жизни в коллектива и общественно полезные поступки, синяя лента – за успехи в творческих событиях лагеря, зеленая лента за успехи в спортивно оздоровительных играх), официальными поздравлениями на утренних линейках, а также на стендах о лагерных событиях, в публикациях в интернет-сообществах.

За активное участие в работе лагеря по итогам смены детям вручаются индивидуальные грамоты, подарки и мерч от лагеря. Вручение наград - часть ритуала торжественного закрытия смены.

Условия реализации программы

1. Обязательным требованием достижения поставленных задач является соблюдение следующих принципов:

- заинтересованность педагогического состава;
- системность и последовательность алгоритма реализации программы;
- доступность: от легкого к трудному, от простого к сложному, от неизвестного к известному, использование игровых методов, соответствующих данному возрасту детей и их развитию;
- деятельностный подход: практические занятия по предлагаемой теме;
- активность и сознательность: понимаются цели и задачи каждым участником смены (отряда), ребенок обучается самоанализу и самооценке, думает и действует самостоятельно;
- прочность знаний: завершение определенного этапа реализации программы практическим делом (конкурсом, соревнованиями), призванным закрепить полученные знания и навыки и подготовить участников смены к восприятию материала следующего этапа;
- правильный подбор учебного материала с учетом содержания темы и поставленных задач.

2. Методическое сопровождение. Наглядный и дидактический материал. Педагогические условия, обеспечивающие достижения поставленных целей, должны соответствовать следующим требованиям:

- Предлагаемый материал для освоения должен учитывать возрастные особенности участников и его подготовленность;
- Максимальная включенность подростков в совместную деятельность;

- Предоставление детям и педагогам возможности для раскрытия своих интеллектуальных, творческих, организаторских способностей;
- Создание эмоционально-благоприятной атмосферы, способствующей обогащению опыта взаимодействия на основе доверия, заботы, сотрудничества и принятия;
- Стимулирование проявления детской инициативы.

3. Материально-техническое обеспечение:

- для работы в кружках имеется приспособленное помещение, оснащенное мебелью;
- наличие необходимых инструментов и материалов;
- оформление информационных стендов, оформление корпусов, событий смен, реквизит и антураж для игр;
- для спортивных и физических занятий наличие специальных площадок и инвентаря;
- наличие медицинского оборудования и специалистов;
- информационное обеспечение – видеопроектор, экран, персональный компьютер, интернет.

4. Кадровое обеспечение.

Одним из важных условий успешной реализации программы смены является подготовка команды вожатых. Курс подготовки состоит из 10 занятий по 2 часа. Особым условием являются найти специалистов, как физрук, игротехник, старший вожатый, по возможности оператор или фотограф. Для подготовки корпусов, мерча, печатной продукции - дизайнер.

Факторы риска

В программе присутствуют следующие факторы риска для участников:

- травмы;

- вирусные заболевания;
- неблагоприятные погодные условия;
- низкая активность детей в реализации программы;
- девиантное поведение отдельных детей;
- слабые педагогические способности отдельных водителей;
- переполнены смены;
- недоверие родителей.

Профилактика факторов риска лучшая гарантия успешного проведения смен по программе «Ты.Лето.Мы»

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ

Основные направления (модули) воспитания

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы (инвариантные модули).

1. Гражданско-патриотическое воспитание.

Цели и задачи: формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, знание и уважение прав, свобод и обязанностей гражданина Российской Федерации; воспитание патриотизма, любви к своему народу и уважения к другим народам России, формирование общероссийской культурной идентичности; формирование традиционных российских семейных ценностей; знание государственной символики, истории государства и особой роли защитников Отечества.

Формы:

- Церемонии (торжественные линейки) открытия и закрытия смен и преддверии «Дня памяти»;
- Утренние линейки;
- Вечер «Дружина Урала батыра»;
- Проект выставка «Наша вершина»;
- Игра «Маршалы»;
- Программа «Не теряя нити»;
- Кинофестиваль «Мой край»;
- Праздник «Сабантуй»;
- Диспут «Слушать, слышать»;
- Вечер «Жемчужина Урала»;
- Кинофестиваль «Мой край»;
- Игра «Батыры против Девов»;

- Сабантуй;
- Игра «Край»;
- Игра «Экспансия»;
- Викторина «Общий вопрос»;
- Игра «Перемирие».

2. Экологическое воспитание.

Цели и задачи: формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей.

Формы:

- Ознакомительные тематические экскурсии;
- Программа «Тур. тропа»;
- Вечер «В мире животных»;
- Турнир знатоков «Естественно»;
- Игра «Эволюция»;
- Эстафета «Взаимосвязь»;
- Программа «Эхо земли»;
- Вечер юмора «Зеленая шутка»;
- Фото-охота;
- Конкурс «Исследователей»;
- Конкурс видео «Журнал»;
- Игра «Дикий край»;
- Диспут «Ледник»;
- Фото квест «В поисках самоцветов»;
- Сбор-игра «Совет живых существ»;
- Туристическая тропа.

3. Эстетическое воспитание.

Цели и задачи: развитие у детей и подростков способности воспринимать и чувствовать прекрасное в обычной окружающей среде, в природе, в искусстве, в творчестве людей. Вызвать в детях интерес к творчеству и к изучению художественной культуры, формировать восприимчивость к разным видам искусства, творчеству своего народа и других народов России. Проявлять стремление к самовыражению в разных видах творчества.

Формы:

- Гала-концерты открытия и закрытия смен;
- Проект выставка «Экспонат»;
- Танцевальная программа «Терра формирование»;
- Конкурс костюмов «Хозяева медной горы»;
- Танцевальный марафон «Гнездо ветров»;
- Вечер легенд «У костра»;
- Вечер «Северное сияние»;
- Пленэр «Правда момента»;
- Фотоквест «Чудеса»;
- Вечер песни «Закат»;
- Вечер танцев «Культура»;
- Вечер сцен «Легенда»;
- Конкурс видео «Добродетель»;
- Коллективное рисование «Летопись»;
- Вечер песен «Не умолкая»;
- Шоу талантов;
- Вечер юмора «Такое разное, ха-ха»;
- Вечер сцен «Сказка издалека»;
- Вечер танцев «Многообразие»;
- Вечер песни «Провожая».

4. Трудовое воспитание.

Цели и задачи: воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда своего и других людей, ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде.

Формы:

- Дежурство (самообслуживание) в столовой;
- Уборка комнат, контроль чистоты;
- Конкурс спальных комнат «Чемпионы чистоты»;
- Акция «Мой след»;
- Операция «К истоку»;
- Фестиваль рукоделия;
- Конкурс проектов «Построй свою избу»;
- Акция «Мойдодыр»;
- Конкурс инженеров «Идея»;
- Конкурс рукоделия «Идентичность».

5. Физические - спортивное развитие и воспитание культуры здорового образа жизни и безопасности.

Цели и задачи: развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, личной и общественной безопасности.

Формы:

- Ежедневные утренние зарядки;
- Программа «Спорт. тест»;
- Турнир по футболу;
- Турнир по волейболу;
- Игра «Картограф»;
- Квест «Пропавший самоцвет»;
- Цикл «Игры реванши»;

- Игра «Громады»;
- Турнир по Регби;
- Эстафета «Путь»;
- Марафон здоровья;
- Игра «Артефакт»;
- Квест «Капище»;
- Игра «Тёмные века»;
- Квест «Чудеса Акбузата»;
- Многоборье.

6. Правое воспитание.

Цели и задачи: Правовая культура - это общий уровень знаний и объективное отношение общества к праву; совокупность правовых знаний в виде норм, убеждений и установок. Знание правовых норм дает гарантию правильных поступков. Правосознание - это форма общественного сознания, в том числе и подрастающего поколения, представляющая собой взгляды, идеи, теории, оценки, настроения и чувства, в которых выражается отношение личности к правовым нормам - законам, правомерному поведению, правам, обязанностям, существующей системе права.

Формы:

- Орг. сборы по правилам внутреннего распорядка (уклада) в лагере;
- Игра «Бюрократия»;
- Ярмарка;
- Аукцион;
- Игра «Переговоры»;
- Конкурс «Кто? Что?»;
- Диспут «Да, нет, не знаю»;
- Викторина «Народы, страны, континенты»;
- Игра «Вопрос Акбузат».

Вариативные модули

1. Исследовательская и проектная деятельность.

Формы:

- Презентация мастерских и кружков;
- Проект-выставка «Символ»;
- Подведение итогов большой игры;
- Проект-выставка «Народы вокруг»;
- Конкурс видео «Байка или быль?»;
- Фотоквест «Далёкое рядом»;
- Экспедиция «То, что объединяет»;
- Конкурс «Такой разный Акбузат».

2. Лидерство и командообразования.

Формы:

- Вечер знакомств;
- Тропа доверия;
- Игра «Парабатаи»;
- Конкурс лидеров «Тот, кто ведет»;
- Игра «Большие маршалы».

Система лечебно-профилактической работы в лагере «Акбузат»

Современные городские дети школьного возраста, поглощённые бесконечной «сидячей» учёбой и Интернетом, как правило, не отличаются крепким здоровьем. Летние каникулы дают отличную возможность укрепить здоровье, познакомить с многообразием летних видов спорта, и приобщить к здоровому образу жизни.

Летний лагерь в санатории - это отличная возможность получить качественное оздоровительное лечение под наблюдением высококвалифицированных специалистов.

Главные факторы летнего оздоровления детей – это обилие движения и естественное закаливание на открытом воздухе, сбалансированное питание, а также крепкий, продолжительный ночной сон.

Только воздух для уличной физкультуры должен быть по-настоящему чистым и свежим. Если дети будут целыми днями заняты на улице, например, играя в футбол рядом с проезжей частью, вдыхая выхлопные газы от машин, то вряд ли такой активный отдых пойдёт ему на пользу и сделает их здоровыми. Поэтому, прежде всего, необходимо позаботиться о месте, в котором он будет проводить летние каникулы (или какую-то их часть). И летний лагерь в детском санатории «Акбузат» -это лучшее решение для программы его планового оздоровления. Санаторий находится вдали от городской суеты в санаторно-курортной лесной зоне. Климатотерапия — воздушные и солнечные ванны, чистый воздух и лечебный климат курорта выступают одним из важнейших факторов оздоровления. Подвижные игры, прогулки и отдых на свежем воздухе улучшают окислительные процессы в организме, снимают стресс, способствуют восстановлению нормальной работы центральной вегетативной нервной системы. Дозированное воздействие УФ-светом на организм активизирует деятельность желез внутренней секреции, стимулирует обменные процессы.

Территория лагеря обработана от клещей, грызунов, комаров. Свежая вода из скважины проходит регулярный контроль в современных лабораториях роспотребнадзора г.Уфы.

Закрытая охраняемая территория находится под круглосуточным наблюдением, в том числе с помощью видеонаблюдения. Особое внимание уделяется созданию необходимых условий для обеспечения безопасности

жизни и здоровья детей. С этой целью в лагере в каждом корпусе есть мед. кабинет первичного приема с дежурным медицинским работником. Он также ведет медицинскую документацию, осуществляет проведение лечебно-реабилитационных и физкультурно-оздоровительных мероприятий, а также контролирует соблюдение санитарно-гигиенических норм и выполнение противоэпидемических мероприятий.

В целях профилактики детского травматизма планируется, и проводят инструктажи правил безопасности с пед. коллективом, а с детьми в орг. период проведение бесед о правилах поведения в лагере, по правилам пожарной безопасности, правилам поведения в столовой, в душевых, на спортивных площадках и на территории лагеря.

В программу каждого дня включены следующие физические процедуры:

- утренняя гимнастика;
- принятие солнечных и воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере в светлое время суток при наличие соответствующей погоды);
- в жаркие дни обливание (программа «Сухари»)
- организация пешеходных экскурсий;
- организация здорового питания детей;
- организация комплекса спортивно-массовых событий.

Процедуры для общего оздоровления и укрепления иммунитета — одни из основных методов укрепления здоровья и профилактики заболеваний у детей. Эти процедуры входят в курс лечения основных детских заболеваний, оказывая поддерживающий эффект. И подходят детям без хронических заболеваний, так как способствуют улучшению общего состояния и помогают повысить сопротивляемость организма. С этими задачами эффективно справляется аппаратная физиотерапия.

Какие физиотерапевтические процедуры можно детям? В зависимости от состояния здоровья ребенка, процедуры ребенку в санатории подберет и назначит врач.

Ожидаемый результат:

1. Нормализация иммунного статуса ребенка.
2. Коррекция психоэмоционального состояния ребенка: нормализация сна, повышение настроения, улучшение аппетита.
3. Улучшение обмена веществ и метаболических процессов для восстановления нарушенных функций организма.
4. Гармонизация развития детского организма.

Лечебная физкультура - помогает отрегулировать дыхание, повысить общую сопротивляемость организма, устранить гипоксию, улучшить осанку, предотвратить развитие плоскостопия и заболеваний суставов.

Массаж - оказывает тонизирующее влияние на нервную систему. А еще стимулирует кровообращение, снимает мышечное и нервное напряжение, регулирует мышечный тонус, является профилактикой плоскостопия и сколиоза.

Кислородные коктейли - средство дополнительной оксигенации. А если они приготовлены на основе отвара ромашки, шиповника и других лекарственных трав — выступают еще и источником витаминов.

Фитотерапия - способствует повышению специфической защиты организма, укреплению иммунитета, помогает улучшить обмен веществ, пищеварение, крово- и лимфообращение.

Питьевой прием минеральной воды - поможет при проблемах с пищеварением, заболеваниях почек и мочевыделительной системы,

нарушениях обмена веществ, хронических тонзиллитах. Тип воды и дозировку подбирает врач.

Гидротерапия - классика санаторно-курортного лечения. Лечебные ванны оказывают успокаивающее, расслабляющее и обезболивающее действие, улучшают кровообращение, рассасывание воспалений и регенерацию тканей. Лечебные души не менее важны. Воздействие на тело струями воды различной температуры и давления улучшает кровообращение, оказывает тонизирующий эффект, усиливает обменные процессы. Эффективны при неврозах, нарушении обмена веществ, болезнях костно-мышечной системы.

Грязелечение - аппликации лечебными глинами особенно помогают при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, кожи, дыхательной и пищеварительной систем. Под влиянием входящих в состав глины биологически активных веществ в организме запускаются сложные реакции, способствующие оздоровлению.

Магнитотерапия - воздействие на организм магнитным полем. Помогает улучшить кровообращение и метаболические процессы, снять воспаление, купировать боль. Эффективно при лечении болезней легких, органов пищеварения, дерматитов, ушибов, переломов, заболеваний сердечно-сосудистой и нервной систем.

Лазеротерапия - метод бесконтактного светового воздействия на проблемную зону. Помогает предотвратить развитие патологических процессов в органах, купировать воспаление, ускорить кровообращение и биохимические процессы, улучшить работу иммунной системы.

УВЧ - воздействие электрическим полем ультравысокой частоты. Оказывает противовоспалительное, болеутоляющее, сосудорасширяющее свойства. Используется при лечении болезней суставов, ЛОР-органов, ЖКТ, кожи и подкожной клетчатки.

Электрофорез - одновременное воздействие на организм электрическим током и лекарственным препаратом. Под действием тока лекарство через кожу проникает в ткани.

Фонофорез - введение лекарственных препаратов через кожу под действием ультразвуковых волн. Ультразвук усиливает скорость всасывания вещества, чем ускоряется его воздействие на больную зону.

В нашем санатории все процедуры проводятся на современном оборудовании.

Программа для укрепления здоровья ребенка и профилактики различных заболеваний в лагере «Акбузат» подбирается индивидуально для каждого ребенка и встраивается в насыщенную лагерную жизнь для получения максимального оздоровительного эффекта.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Организация массовых мероприятий в детском оздоровительном лагере", методические рекомендации", МПГУ, Москва – 2017.

2. Программа профильной смены для организаций отдыха детей и их оздоровления, направленная на развитие лидерских и коммуникативных качеств детей 7–13 лет, «Время Первых: СЛЕДУЙ ЗА МЕЧТОЙ!», Методическое пособие/ авт.-сост. А.А. Корсакова, А.Г. Самохвалова; под ред. О.Б. Скрыбиной, КГУ, Кострома – 2023.

3. Организация и проведение профильной смены «Время Первых» РДДМ «Движение Первых» в организациях отдыха детей и их оздоровления в Российской Федерации. Методическое пособие/Н. Ю. Лесконог, С. Г. Погосян, В. М. Шмелёва и др, МПГУ, Москва- 2023.

4. Обучение через развлечение. Лагерь, как технология современного образования. Голышев Г., Поплавская К., Ерошева Ю., Михеева Е., Мытарев И., Котова Т., Сахарова Д., Ромодина Т. ; М.: Альпина Паблишер, 2021.

5. Цикл книг Карла Поломиса «Дети в пионерском лагере», Профиздат, 1986 - 1990.

6. Игры для интенсивного обучения. Под редакцией В.В. Петрусинского М. Прометей. 1991.

7. Как вести за собой. А.И.Лутошкин. Издательство «Просвещение» 1985.