
 vk.com/publichealth67

 smolcmp67.ru

 t.me/publichealth67



«Дни здорового образа жизни» в ДОЛ г. Смоленска

Программа летней оздоровительной кампании разработана Центром общественного здоровья и медицинской профилактики ОГАУЗ «Смоленский областной врачебно-физкультурный диспансер» в рамках реализации проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография»



Образовательный, оздоровительный проект для детей и подростков

ЦЕЛЬ: укрепление здоровья детей и подростков в летний оздоровительный период в условиях экологически чистой природной зоны.

ЗАДАЧИ

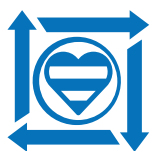
- 1** Профилактика детского и подросткового травматизма в период летних каникул.
- 2** Воспитание потребности в необходимости регулярных занятий физической культуры и спортом.
- 3** Обучение технологиям, обеспечивающим содействие полноценному физическому и психологическому развитию в разных возрастных группах посредством здоровьесберегающих технологий.
- 4** Формирование у детей культуры поведения и культуры здоровья к ответственному отношению к здоровью.



Летние каникулы составляют большую часть свободного времени детей.



Этот период очень благоприятен для оздоровления и воспитания детей, удовлетворения интересов и расширения кругозора каждого ребенка. В основу организации мероприятий закладываются здоровьесберегающие технологии, которые реализуются в разных формах.



Программа универсальная, так как может использоваться для работы с детьми разного возраста, различных социальных групп и состояния здоровья. Она включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, информирования, образования и воспитания детей в условиях загородного лагеря.





Приоритетным направлением программы является приобщение каждого ребенка к здоровому образу жизни через активные виды отдыха физкультурно-оздоровительной направленности: организация спортивных игр, эстафет, спортивных праздников, туристической полосы и маршрута спортивного ориентирования; обучение техникам природно-закаливающих процедур и профилактических методик (воздушные ванны, водные процедуры, хождение босиком, профилактика травматизма и основных факторов риска заболеваний).



Летняя оздоровительная кампания ежегодно начинается с 1 июня и длится до конца школьных каникул. Главной целью этой кампании является популяризация здорового образа жизни, обучение подрастающего поколения навыкам и знаниям как быть здоровыми, как правильно сохранять и укреплять своё здоровье, предотвращать болезни. Акцент делается на мотивирующие мероприятия для детей.





ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ



Дети 6+



Жители Смоленска
и Смоленской области

ПОТЕНЦИАЛЬНАЯ АУДИТОРИЯ

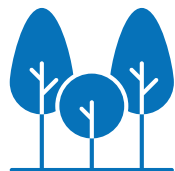


Более **116 тысяч** детей и подростков
до 19 лет

(по данным на 1.07.2022г.)



ФОРМАТ РАБОТЫ ПРОГРАММЫ



Офлайн-занятия на свежем воздухе



Офлайн-занятия в помещениях

МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ



ИНФОРМИРОВАНИЕ ПО ОСНОВНЫМ ПРИНЦИПАМ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ



УТРЕННЯЯ ЗАРЯДКА



БЕСЕДЫ ПО ГИГИЕНИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ И ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМАТИЗМА



СПОРТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ И СОРЕВНОВАНИЯ



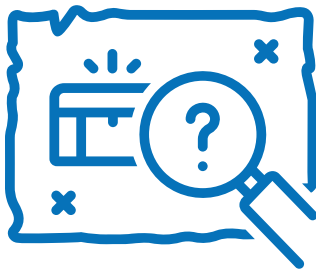
В рамках реализации оздоровительной кампании врачи ЦОЗ и МП читают лекции, проводят беседы, консультации, организуют подвижные игры, тематические квесты, психологические тренинги, мастер-классы, интеллектуальные игры, обеспечивают информационными памятками, листовками, буклетами, листовками.



ТЕМЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО МОДУЛЯ

- 1 Береги здоровье смолоду.
- 2 Профилактика детского травматизма.
- 3 Правильный рацион.
- 4 Чем полезны занятия спортом.
- 5 Что для вас дружба?
- 6 Вас что-то тревожит? Что делать?
- 7 Какие качества характера развивают различные виды спорта.
- 8 Что такое репродуктивное здоровье.
- 9 Навыки здорового образа жизни.





КВЕСТЫ, ИГРЫ, ТРЕНИНГИ, МАСТЕР-КЛАССЫ

- 1 Тропа Робин Гуда. Лабиринт.
Тренируем координацию движения.
- 2 Эстафета с мячом «Какие виды спорта ты знаешь».
- 3 Тематический кроссворд «30Ж».
- 4 Тренинг «Учись управлять эмоциями и общаться со сверстниками».
- 5 Собрать пазл: как ты представляешь себе лицо здорового и зависимого человека.
- 6 Тренинг «Барометр настроения», «Мы похожи».
- 7 Игра с мячом «Попади точно в цель».





ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

- 1 Укрепить здоровье детей, научить соблюдать правила личной гигиены, режим дня, внедрить в режим утреннюю зарядку, овладеть основными понятиями о здоровом образе жизни;
- 2 Улучшить социально-психологический климат в лагере;
- 3 Воспитать негативное отношение к вредным привычкам;
- 4 Укрепить дружбу и сотрудничество между детьми разных возрастов;
- 5 Сформировать умения, навыки, действий поведения в экстремальных ситуациях (сплавы, походы); обеспечить творческое развитие в кружках и секциях, мастер-классах, индивидуальное и коллективное творчество, коллективно-творческую деятельность.
- 6 Создать благоприятные условия для оздоровления детей, их эстетического, патриотического и нравственного воспитания.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

 vk.com/publichealth67

 smolcmp67.ru

 t.me/publichealth67



 [vk.com/
publichealth67](https://vk.com/publichealth67)

