

**Правительство Санкт-Петербурга
Комитет по образованию
Государственное бюджетное нетиповое
образовательное учреждение Санкт-Петербурга
«Балтийский берег»
ДООЛ «Солнечный»**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом ГБНОУ «Балтийский
берег»
от 22.05. 2026 г.
Протокол № 5

РАССМОТРЕНО

Научно-методическим
советом
от 18.05. 2026
Протокол № 7

УТВЕРЖДЕНО

приказом
ГБНОУ «Балтийский берег»
от 22.05.2026
№ 62

Дополнительная общеразвивающая программа
«Тайны Шаолиня: познай себя»
социально-гуманитарной направленности
летней оздоровительной кампании 2026
Возраст обучающихся 6 -17 лет
Срок реализации 7.08.2026 - 27.08.2026

Авторы-составители:

Ларева Софья Олеговна, педагог-организатор

Санкт-Петербург

2026

Содержание программы

Пояснительная записка	3
Актуальность	3
Новизна	5
Педагогическая целесообразность	6
Условия реализации программы	7
Ожидаемые результаты	8
Этапы программы	13
Содержание программы	20
Основные мероприятия программы	21
Система соуправления	27
Система мотивации и стимулирования	27
SWOT-анализ	28
Методическое обеспечение	29
Ресурсное обеспечение	34
Кадровое обеспечение программы	34
Социальные партнеры	35
Внутриотрядная деятельность	35
Система дополнительного образования	36
План-сетка	37

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Тайны Шаолиня: познай себя» социально-гуманитарной направленности является программой IV летней смены 2026 года в ДООЛ «Солнечный».

ДООЛ «Солнечный» традиционно реализует смены, направленные на развитие творческого и интеллектуального потенциала, социальной активности детей и подростков, приезжающих в лагерь, реализацию их инициатив через социальные проекты и формирование органов детского самоуправления. В основе содержания программы лежит эффективно построенная воспитательная система, обеспечивающая, с одной стороны, просвещение и всестороннее развитие участников через их включение в различные виды деятельности, с другой — формирование активной жизненной позиции, осознанного отношения к своему здоровью и духовно-нравственных ценностей.

Программа IV летней смены «Тайны Шаолиня: познай себя» представляет собой смену для детей 6–17 лет, в рамках которой участники погружаются в философию и практику древнего китайского монастыря Шаолинь, осваивают принципы гармоничного развития тела и духа и учатся применять эти знания в современной жизни.

В ходе смены воспитанники:

- освоят базовые техники шаолиньского ушу — стойки, удары, защитные приёмы — и научатся составлять из них связки движений;
- познакомятся с медитативными и дыхательными практиками для развития концентрации внимания и управления эмоциями;
- изучат принципы философии Шаолиня, в том числе концепцию «пяти добродетелей» (милосердие, мудрость, мужество, вежливость, верность) и их значение в современном мире;
- пройдут тематические квесты («Путь воина», «Тайна свитка», «Баланс стихий»), развивающие ловкость, смекалку и командную сплочённость;
- примут участие в творческих мастерских по созданию оберегов, рисованию мандал и театрализованному представлению притч;
- узнают об основах здорового образа жизни и правильного питания, а также освоят элементы цигун во время прогулок на природе.

Программа включает:

- практические занятия по шаолиньскому ушу и цигун;
- медитативные сессии и дыхательные упражнения;
- интерактивные лекции и дискуссии о философии Шаолиня;
- тематические квесты и командные испытания;
- творческие мастерские и арт-практики;

- просветительские беседы о здоровом образе жизни;
- ежедневные утренние практики на свежем воздухе.

Завершится смена итоговым мероприятием «Путь воина», где участники продемонстрируют освоенные техники ушу, представят творческие работы и поделятся впечатлениями от пройденного пути.

Участие в смене позволит добиться ряда важных результатов:

- укрепить физическое здоровье, развить силу, ловкость и координацию;
- освоить навыки саморегуляции и управления эмоциями через медитативные практики;
- повысить уровень самодисциплины и осознанности;
- развить коммуникативные навыки и умение работать в команде;
- сформировать уважительное отношение к себе и окружающим;
- расширить кругозор и познакомиться с культурным наследием Китая;
- обрести внутреннюю опору и научиться находить равновесие в сложных ситуациях;
- повысить мотивацию к занятиям спортом и здоровому образу жизни.

Программа способствует комплексному развитию личности — физическому, эмоциональному и духовному, формированию устойчивого интереса к самопознанию и самосовершенствованию, воспитанию уважения к традициям других народов и осознанию ценности гармонии между телом и разумом. Через практику и осмысление древних знаний участники смены смогут лучше понять себя и найти способы применения этих принципов в современной жизни.

Актуальность

По заявлению президента Российской Федерации Владимира Владимировича Путина, сделанному на заседании дискуссионного клуба «Валдай» в октябре 2025 года, 2026 год стал Годом образования в России и Китае. Это создаёт уникальные возможности для углубления гуманитарного и культурно-спортивного сотрудничества между странами, в том числе в сфере воспитания и просвещения детей и подростков.

В условиях активного развития российско-китайских отношений особую значимость приобретает знакомство подрастающего поколения с культурным и философским наследием Китая — не только через теорию, но и через практическую деятельность, позволяющую ощутить связь традиций и современности. Философия и практики Шаолиня, насчитывающие более полутора тысяч лет, представляют собой ценнейший пласт мировой культуры, где физическое совершенство неразрывно связано с духовным развитием и нравственным становлением личности.

Современные дети и подростки испытывают повышенную психоэмоциональную нагрузку из-за:

- интенсивного информационного потока;
- высокого темпа жизни;
- социальных ожиданий и академических требований;
- ограниченного времени на физическую активность и осознанный отдых.

Это приводит к росту тревожности, снижению концентрации внимания и дефициту навыков саморегуляции. В этих условиях обращение к проверенным временем практикам Шаолиня становится особенно актуальным — они предлагают целостный подход к развитию личности, где:

- физические тренировки укрепляют тело и дисциплину;
- медитативные практики учат управлять эмоциями и концентрировать внимание;
- философские принципы формируют нравственные ориентиры и уважительное отношение к себе и окружающим.

В рамках программы «Тайны Шаолиня: познай себя» через практические занятия по ушу, дыхательные упражнения, творческие мастерские и тематические квесты ребята научатся:

- находить баланс между активностью и расслаблением;
- осознавать связь физического и духовного развития;
- применять принципы самодисциплины в повседневной жизни;
- работать в команде, поддерживая друг друга на пути к цели.

Особое внимание будет уделено ценностям, общим для российской и китайской традиций: уважению к старшим, почитанию традиций, стремлению к самосовершенствованию, важности коллективного начала. Участники увидят, как древние принципы Шаолиня перекликаются с современными идеями здорового образа жизни и личностного роста.

Таким образом, смена становится живым воплощением задач Года образования — она:

- формирует у детей уважительное отношение к культурному наследию других народов;
- развивает навыки саморегуляции и стрессоустойчивости
- воспитывает дисциплину, целеустремлённость и ответственность;
- укрепляет дружеские связи между участниками через совместные испытания и творческие проекты;
- помогает осознать ценность гармонии между телом и разумом как основы полноценной жизни.

Программа не просто знакомит с восточной культурой, но и вдохновляет подростков применять полученные знания в повседневной жизни — будь то утренняя зарядка с элементами цигун, дыхательные техники для снятия стресса перед контрольной или командная работа над творческим проектом.

Итоговое мероприятие «Путь воина» позволит каждому отряду продемонстрировать освоенные техники ушу, представить творческие работы (обереги, мандалы, театральные

постановки притч) и поделиться личным опытом трансформации. Это станет ярким символом того, как древние традиции могут обогащать современную жизнь молодого поколения.

Программа «Тайны Шаолиня: познай себя» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для Российской Федерации 15.09.1990);
- Конституция Российской Федерации (принятая всенародным голосованием 12.12.1993, с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020);
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон „Об образовании в Российской Федерации“ по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральный закон от 30.12.2020 № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Методические рекомендации по разработке и реализации авторских программ дополнительного образования детей, утверждённые Минпросвещением России (Письмо Минпросвещения РФ от 10.08.2023 № МН-567/03-03);
- План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (утверждён распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р);
- Приложение к письму Минпросвещения России от 10.08.2023 № МН-567/03-03 «Методические рекомендации по разработке и реализации авторских программ дополнительного образования детей».

Новизна

Новизна программы заключается в уникальном сочетании физкультурно-оздоровительного, духовно нравственного и культурно исторического форматов, позволяющем участникам не просто узнать о традициях Шаолиня, но и прожить их через собственный опыт самосовершенствования. В отличие от типовых оздоровительных программ, смена:

- интегрирует физические тренировки, медитативные практики и философское осмысление в единый процесс личностного развития: занятия ушу сочетаются с

дыхательными упражнениями и изучением принципов «пяти добродетелей» (милосердие, мудрость, мужество, вежливость, верность), формируя целостный подход к саморазвитию;

- привязывает содержание к значимому межгосударственному событию — Году образования России и Китая, что придаёт смене актуальный общественно политический контекст и подчёркивает её воспитательную и просветительскую ценность в укреплении российско китайских культурных связей;
- сочетает древнюю традицию с современными психологическими и педагогическими подходами: участники не только осваивают базовые техники шаолиньского ушу, но и учатся применять принципы самодисциплины и концентрации в повседневной жизни, используя адаптированные дыхательные и медитативные техники для снижения стресса и повышения концентрации внимания;
- реализует междисциплинарный подход — в программе пересекаются физическая культура, психология, философия, искусство и краеведение: дети видят, как принципы боевых искусств связаны с управлением эмоциями, а эстетика китайских символов (мандалы, иероглифы) помогает выразить внутреннее состояние через творчество;
- включает интерактивные и проектные форматы взаимодействия: тематические квесты («Путь воина», «Тайна свитка», «Баланс стихий»), творческие мастерские по созданию оберегов и рисованию мандал, практические занятия по цигун на природе, дискуссии о применимости шаолиньских ценностей в современном мире;
- использует сквозные тематические линии (гармония тела и духа, дисциплина как путь к свободе, уважение к себе и окружающим), объединяющие разные этапы смены и делающие её содержание логически связным и эмоционально насыщенным для подростковой аудитории;
- делает акцент на практическом применении знаний: участники не просто изучают философию Шаолиня, а применяют её принципы в ежедневных тренировках, медитациях и командных заданиях, учатся находить равновесие в сложных ситуациях и поддерживать друг друга на пути к цели.

Итоговым мероприятием смены станет фестиваль «Путь воина», который пройдёт в принципиально новом формате:

- каждый отряд представит комплексный проект «Мой путь к гармонии» — сочетание физической демонстрации (связка движений ушу) и творческой презентации (рассказ о личном опыте, выставка оберегов или мандал, мини спектакль по мотивам шаолиньской притчи);
- участники продемонстрируют освоенные техники ушу и элементы цигун, покажут, как дыхательные упражнения помогают успокоиться перед важным событием или сосредоточиться на задаче;
- будет организована выставка «Гармония в движении»: на стендах отряды разместят фотоматериалы, творческие работы и инфографику, иллюстрирующую связь

физических практик и внутреннего состояния (например, «Как поза влияет на уверенность», «Дыхание и эмоции»);

- пройдёт круглый стол «Мудрость Шаолиня сегодня», где участники поделятся, какие принципы им удалось применить в жизни, и обсудят, как древние традиции помогают современному человеку сохранять устойчивость в динамичном мире.

Таким образом, смена выходит за рамки стандартного спортивного лагеря, становясь инструментом комплексного развития личности — физического, эмоционального и духовного. Новый формат фестиваля «Путь воина» не только закрепляет полученные навыки, но и наглядно демонстрирует, как древние практики могут обогащать современную жизнь детей и подростков. Это способствует раннему формированию уважения к культурному наследию других народов, осознанию ценности внутренней гармонии и укреплению российско-китайских связей на уровне личного опыта и практических достижений подрастающего поколения.

Педагогическая целесообразность

Программа IV летней смены «Тайны Шаолиня: познай себя» разработана с учётом психологических и возрастных особенностей современных детей и подростков 6–17 лет.

В рамках программы естественным образом реализуется потребность детей и подростков в физическом развитии и двигательной активности: они осваивают техники шаолиньского ушу — от базовых стоек до связок движений, развивают силу, ловкость, координацию и выносливость через игровые тренировки, практикуют элементы цигун на свежем воздухе, сочетая движение с осознанностью, а также участвуют в тематических квестах, требующих физической активности и ловкости, таких как «Путь воина» и «Баланс стихий». Это полностью соответствует естественной потребности подростков в движении и позволяет направить их энергию в конструктивное русло, формируя культуру здорового образа жизни.

Одновременно программа отвечает потребности в самопознании и эмоциональном развитии: участники осваивают дыхательные упражнения для управления стрессом и эмоциями, практикуют техники концентрации внимания и медитации для улучшения самоконтроля, учатся распознавать свои эмоциональные состояния и находить способы гармонизации, а также участвуют в дискуссиях о принципах «пяти добродетелей» (милосердие, мудрость, мужество, вежливость, верность) и их применении в современной жизни.

Потребность в игровой и творческой деятельности органично встроена в содержание смены: квесты с элементами поиска и расшифровки символов делают процесс познания увлекательным, творческие мастерские по созданию оберегов и рисованию мандал позволяют выразить внутреннее состояние через искусство, а театрализация шаолиньских притч даёт возможность «прожить» философские идеи на практике. Все модули программы построены с использованием игровых, творческих и проектных технологий, что делает освоение восточных практик захватывающим и запоминающимся.

Важное место в программе занимает удовлетворение социальной потребности детей и подростков в общении и признании. Командные задания в квестах развивают навыки взаимодействия и взаимопомощи, совместные тренировки по ушу учат поддерживать друг друга и радоваться успехам товарищей, а подготовка к итоговому фестивалю «Путь воина» требует распределения ролей, согласования действий и коллективного творчества. Круглые столы и дискуссии дают возможность высказать своё мнение и быть услышанным, что способствует развитию коммуникативных навыков, формированию умения договариваться, воспитанию уважения к мнению других и получению признания сверстников и педагогов за вклад в общее дело.

Программа также отвечает потребности детей и подростков в самореализации: каждый участник может выбрать направление, наиболее близкое его интересам — будь то углублённое изучение ушу, медитативные практики или творческое самовыражение. Личные достижения отмечаются на всех этапах смены: от освоения первого удара до создания авторской мандалы. Участники готовят индивидуальные и командные проекты для фестиваля «Путь воина», где демонстрируют свои успехи, а педагоги дают конструктивную обратную связь, помогая увидеть прогресс и поставить новые цели. Это важно для формирования позитивной самооценки, уверенности в своих силах, осознания ценности самодисциплины и развития мотивации к дальнейшему самосовершенствованию.

Кроме того, смена создаёт условия для психологической безопасности и комфорта. Знакомая обстановка детского лагеря снижает тревожность, доброжелательная атмосфера и поддержка наставников позволяют подросткам раскрыться, постепенное погружение в философию Шаолиня через игровые и творческие формы делает сложные концепции понятными, а ритуалы начала и завершения занятий создают ощущение стабильности и предсказуемости.

Благодаря такому комплексному подходу освоение восточных практик происходит естественно и эффективно, навыки саморегуляции и самодисциплины формируются на уровне личного опыта и позитивных эмоций, а интерес к самопознанию и здоровому образу жизни закрепляется через увлекательные практические занятия. Таким образом, программа не только знакомит детей и подростков с культурой Китая, но и даёт им инструменты для личностного роста, помогая найти баланс между активностью и спокойствием, силой и гибкостью, дисциплиной и свободой — качества, необходимые для успешной адаптации в современном мире.

Условия реализации программы

Адресат программы:

Программа рассчитана на детей и подростков 6–17 лет, детей работающих граждан Санкт-Петербурга и Ленинградской области, детей, находящихся в ТЖС и детей-

воспитанников ЦССВ и детей из творческих и спортивных коллективов.

Сроки реализации программы

7 августа 2026 года – 27 августа 2026 года – 4 летняя смена.

Цель

Формирование у детей и подростков представления о философии Шаолиня как системе гармоничного развития личности, развитие навыков саморегуляции и самодисциплины, а также осознание взаимосвязи восточных традиций и российских ценностей для укрепления российско-китайских гуманитарных связей.

Задачи программы

Обучающие:

1. Познакомить участников с основами философии Шаолиня и принципами «пяти добродетелей» (милосердие, мудрость, мужество, вежливость, верность) через интерактивные лекции и разбор притч.
2. Обучить базовым элементам шаолиньского ушу (стойкам, ударам, защитным техникам) и элементам цигун посредством практических занятий и отработок.
3. Дать представление о дыхательных и медитативных практиках для управления эмоциями и стрессом через регулярные тренировки и утренние сессии на природе.
4. Продемонстрировать связь восточных традиций и российских ценностей (уважение к старшим, коллективизм, самосовершенствование) с помощью тематических дискуссий и сравнительного анализа.

Воспитательные:

1. Сформировать ответственное отношение к своему физическому и эмоциональному здоровью на основе традиций Шаолиня и российских подходов к здоровому образу жизни.
2. Развить чувство взаимопомощи и сплочённости в коллективе через командные тренировки, квесты и подготовку итогового мероприятия.

Развивающие:

1. Способствовать физическому развитию: укреплению силы, ловкости, координации и выносливости посредством регулярных занятий ушу и цигун.
2. Развивать навыки саморегуляции и стрессоустойчивости через освоение дыхательных упражнений и техник концентрации внимания.
3. Развивать способность применять принципы восточной философии в повседневной жизни (в учёбе, общении, самовоспитании) через рефлекссию и обсуждение личного опыта.

Ожидаемые результаты

Задача	Ожидаемые результаты			Методики оценки результативности
	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь	Обучающийся должен владеть (приобрести опыт деятельности)	
Познакомить участников с основами философии Шаолиня и принципами «пяти добродетелей» (милосердие, мудрость, мужество, вежливость, верность) через интерактивные лекции и разбор притч.	основные принципы философии Шаолиня; суть «пяти добродетелей» и их значение в древности и современности; примеры проявления этих добродетелей в притчах и реальной жизни.	объяснять смысл каждой из «пяти добродетелей»; приводить примеры их проявления в повседневной жизни; сопоставлять шаолиньские принципы с традиционными российскими ценностями (уважение к старшим, коллективизм и т. д.).		
Обучить базовым элементам шаолиньского ушу (стойкам, ударам, защитным техникам) и элементам цигун посредством практических занятий и отработок.	названия и особенности базовых стоек, ударов и защитных техник ушу; правила выполнения элементов цигун; технику безопасности при выполнении упражнений.	выполнять базовые стойки, удары и защитные приёмы ушу; воспроизводить простые комплексы цигун; координировать движения и дыхание.	выполнения связок движений ушу и комплексов цигун.	

Дать представление о дыхательных и медитативных практиках для управления эмоциями и стрессом через регулярные тренировки и утренние сессии на природе.	основы дыхательных техник (диафрагмальное дыхание, ритмичное дыхание); виды медитативных практик (наблюдение за дыханием, визуализация) влияние дыхания и медитации на эмоциональное состояние.	применять дыхательные упражнения для успокоения и концентрации; выполнять техники медитации для снижения стресса; распознавать своё эмоциональное состояние до и после практики.		
Продемонстрировать связь восточных традиций и российских ценностей (уважение к старшим, коллективизм, самосовершенствование) с помощью тематических дискуссий и сравнительного анализа.	ключевые традиционные ценности России и Китая; общие черты и различия в подходах к воспитанию личности в обеих культурах.	находить параллели между шаолиньскими принципами и российскими традициями; аргументировать свою точку зрения в дискуссии; уважать мнение других при обсуждении культурных различий.		
Сформировать ответственное отношение к своему физическому и эмоциональному здоровью на основе традиций Шаолиня и российских подходов к здоровому образу жизни.	принципы здорового образа жизни в традициях Шаолиня и российской культуре; способы поддержания физического и эмоционального благополучия.	планировать режим дня с учётом физической активности и отдыха; применять простые техники самопомощи (дыхание, разминка).	осознанного отношения к своему здоровью.	

Развить чувство взаимопомощи и сплочённости в коллективе через командные тренировки, квесты и подготовку итогового мероприятия.		договариваться и распределять роли в группе; оказывать и принимать помощь от товарищей.	работы в команде для достижения общей цели.	
Способствовать физическому развитию: укреплению силы, ловкости, координации и выносливости посредством регулярных занятий ушу и цигун.	выполнять комплексы упражнений для развития силы, ловкости и координации; дозировать нагрузку в соответствии со своими возможностями.		регулярных физических тренировок с осознанным подходом.	
Развивать навыки саморегуляции и стрессоустойчивости и через освоение дыхательных упражнений и техник концентрации внимания.		применять дыхательные и концентрационные техники в стрессовых ситуациях; замечать признаки напряжения и вовремя расслабляться.	быстрого восстановления эмоционального равновесия.	
Развивать способность применять принципы восточной философии в повседневной жизни (в учёбе, общении, самовоспитании) через рефлекссию и обсуждение личного опыта.	основные принципы восточной философии, рассмотренные в рамках программы (гармония тела и духа, самодисциплина, уважение к окружающим, осознанность и т.д.); способы адаптации этих принципов к повседневным ситуациям (учёба, общение со сверстниками и взрослыми, личные цели).		осознанного применения философских принципов в реальных жизненных ситуациях (учёба, общение, саморазвитие); регулярной рефлексии: замечать, как практики влияют на самочувствие, отношения и достижения.	

Этапы программы

Название и продолжительность этапа	Цели	Формы	Методы	Технологии	Основные мероприятия
1 Этап. (Подготовительный) апрель- май 2026	Анализ актуальных тем для разработки программы	Консультация специалистов, обучающие занятия для педагогов и вожатых	Изучение литературы, активная учебная лекция, экспертная оценка, педагогическое проектирование	Беседа, инструктажи	Разработка и утверждение программы смены, подбор учебно-методического обеспечения, подготовка педагогически х кадров, поиск социальных партнеров Внешняя экспертиза и рецензирование программы Социальные практики в содержательн ой деятельности ДООЛ.
	Разработка программы	Консультация специалистов	Изучение литературы, педагогическое проектирование	Методическое конструирование, социально-педагогический тренинг	
Этап. (Организационный) 1-3 день начала смены	Адаптация к ДООЛ, знакомство с традициями и обычаями лагеря, вожатыми, ребятами. Презентация тематики смены. Формирование представления о перспективах деятельности	Отрядные и общелагерные мероприятия	Церемония открытия смены, презентация отрядов, интерактивная дискотека, тематическое занятие, отрядные игры, игра по станциям.	Диагностическое: анкетирования, тестирования, опроса проективных методик, наблюдения, организационный, чередования творческих поручений, коллективного планирования деятельности	Игра на знакомство с территорией «Добро пожаловать в Шаолинь» Огонек «Первая встреча» Отрядное дело «День Рождения отряда» Танцевальная программа «Танцы Поднебесной» Торжественная Линейка Открытие смены «Шаолинь открывает двери» Открытие спартакиады «Шаолиньские игры» Подготовка к Концерту Открытие Интеллектуально-творческий конкурс

					«Мудрость сквозь века» Верёвочный курс «Сила духа» Концерт Открытия смены «Поднебесная открывает двери»
3 Этап. (Основной) 4-18 день смены	Личностная самореализация ребенка. Реализация основных задач модульных программ дополнительного образования и тематической программы смены. Формирование и развитие временного детского коллектива	Интерактивные игры, Тренинги, Самопрезентации, Творческие мастерские Интеллектуальные игры.	Метод проектной деятельности. Метод «мозгового штурма». Метод моделирования ситуаций, метод социального конструирования. Диагностические методы: наблюдения, опросы, анкетирование. Методы КТД: инициативной группы, метод творческой группы.	Тренинговые занятия, направленные на личностный рост, повышение коммуникативной культуры, приобретение навыков самопрезентации, поведения в конфликтной ситуации.	Линейный квест «Путь воина» Огонёк «Притча об уважении» Шоу талантов «Звезда Азии» (отрядный этап) Смотр отрядных уголков «Место силы» Танцевальная программа «Философия звука» Лекция «Философия Востока» от студентов СПбГУ (по возрастам) Мастер-класс «Искусство мандалы» Весёлые старты «Сила монахов» Фестиваль мини-спектаклей
					«Притчи в современности» Концертная программа «Лучше всех!» Выставка работ творческих студий «Солнечная галерея» Весёлые старты «Мама, папа, я - спортивная семья» Отрядное дело «День именинника» Танцевальная программа «Мудрые танцы» Фестиваль мастер-

					классов «Отрядный оберег» Огонёк «Истории мужества»
					Линейный квест «Тайна свитка» Конкурс видеороликов «День в Шаолине» Мастер-класс «Цзяньчжи» Интеллектуальная игра «История Шаолиня» (по возрастам) Игра по станциям «Командный дух» Танцевальная программа «Баланс энергии» Спортивный квест «Баланс стихий» Шоу талантов «Звезда Азии» (общелагерный этап) Торжественная линейка ко Дню России
					«Моя Родина – Россия» Акция «В цветах России» Марафон мастер-классов «Триколор» Битва хоров «От Волги до Енисея» Инженерный конкурс «Стальная выдержка» Огонёк «Путь милосердия» Работа над проектом «Будущее вместе» Творческий конкурс «Пять добродетелей»

4 Этап. (Заключительный) 19-21 день смены	Анализ и самореализация деятельности Демонстрация индивидуальных и отрядных достижений. Создание атмосферы успешного завершения смены. Создание условий для успешной реадaptации. Итоговая диагностика эффективности программы	Интерактивная игра, Общий итоговый сбор, Прощальный концерт, Огонёк	Диагностически. Анкетирования, наблюдения, коллективного анализа, коллективной творческой деятельности и, коллективной и групповой рефлексии, метод опосредованного влияния на коллектив	Современные информационные технологии	Фестиваль «Путь воина» (выставка работ «Гармония в движении», круглый стол «Мудрость Шаолиня сегодня», концертная программа «Магия ушу») Танцевальная программа «Магия звуков» Торжественная линейка Закрытия смены «Тайны Шаолиня» Концерт Закрытия смены «Прощание с Шаолинем» Огонёк «Мы не прощаемся»
					Отрядное дело «Возьми себе на память...»
5 Этап. (Аналитический) сентябрь 2026г.	Анализ эффективности и реализации программы, рефлексия.	Педагогическое совещание, посвященное итогам реализации программы. Круглый стол по обобщению опыта	Анализ разработанных и адаптированных технологий. Методы индукции и дедукции, анализа и синтеза, контент-анализ.	Психолого-педагогическое исследование	Педагогическое совещание «Итоги реализации программы «Тайны Шаолиня: познай себя» Круглый стол «Эффективность реализации программы».

Содержание программы

Содержание программы направлено на формирование у детей и подростков целостного представления о философии и практике Шаолиня как системе гармоничного развития личности, развитие навыков саморегуляции и самодисциплины, а также воспитание уважительного отношения к культурному наследию Китая и осознания ценности внутренней гармонии для успешной адаптации в современном мире.

В ходе смены участники:

- знакомятся с философией Шаолиня и принципами «пяти добродетелей» (милосердие, мудрость, мужество, вежливость, верность) через интерактивные лекции, разбор притч и тематические дискуссии, проводят параллели с традиционными российскими ценностями;
- осваивают базовые техники шаолиньского ушу: стойки, удары, защитные приёмы и связки движений — под руководством инструкторов, с постепенным усложнением заданий;
- изучают и практикуют элементы цигун на свежем воздухе, осваивая связь движения и дыхания, учатся применять эти практики для укрепления здоровья и повышения жизненной энергии;
- обучаются дыхательным и медитативным техникам для управления эмоциями и стрессом: осваивают диафрагмальное и ритмичное дыхание, техники концентрации внимания, утренние медитации на природе;
- участвуют в тематических квестах («Путь воина», «Тайна свитка», «Баланс стихий»), которые развивают ловкость, смекалку, командный дух и позволяют «прожить» элементы шаолиньской традиции в игровой форме;
- посещают творческие мастерские по созданию оберегов в традициях китайского ремесла и рисованию мандал как способу самовыражения и гармонизации внутреннего состояния;
- театрализуют шаолиньские притчи, воплощая философские идеи в действии и обсуждая их актуальность в современной жизни;
- исследуют связь восточных традиций и российских ценностей (уважение к старшим, коллективизм, стремление к самосовершенствованию) через круглые столы и дискуссии;
- ведут дневник рефлексии, фиксируя личный опыт применения практик (дыхание, медитация, самодисциплина) и их влияние на самочувствие, учёбу и общение.

Кульминацией смены станет фестиваль «Путь воина» — масштабное событие, объединяющее все отряды. В рамках фестиваля:

- пройдёт демонстрация освоенных техник ушу и элементов цигун: каждый отряд представит связку движений, показав прогресс за смену;
- будет организована выставка «Гармония в движении» с творческими работами участников: оберегами, мандалами, фотохроникой тренировок и квестов, инфографикой о связи тела и духа;
- состоится круглый стол «Мудрость Шаолиня сегодня», где участники поделятся, какие принципы им удалось применить в жизни, и обсудят, как древние традиции помогают

современному человеку сохранять устойчивость;

- пройдёт награждение лучших команд и индивидуальных достижений в номинациях «Мастер равновесия», «Дух единства», «Прорыв в самодисциплине», «Творческое воплощение традиции» и др.

Таким образом, программа создаёт условия для глубокого погружения в культуру и философию Шаолиня, развивает у детей и подростков физические, эмоциональные и коммуникативные навыки, формирует понимание ценности внутренней гармонии и самодисциплины, воспитывает уважение к традициям других народов и стимулирует интерес к самопознанию и самосовершенствованию.

Через практику, творчество и рефлекссию участники осознают связь древних принципов и современной жизни, а также свою роль в сохранении и развитии культурного наследия.

Основные мероприятия программы

Дата проведения	Название мероприятия	Формы и методы проведения мероприятия	Ожидаемые результаты	Способы диагностики
07.08.2026	«Шёлковый путь»	Игра на знакомство с территорией лагеря	Воспитанники знакомы с территорией лагеря и правилами поведения на локациях Развитие навыков командного взаимодействия, укрепление «командного духа». Знакомство с техникой безопасности в лагере. Знакомство с территорией лагеря.	Включенное наблюдение, маршрутный лист
	«Первая встреча»	Огонёк	Знакомство внутри отряда, создание списка правил отряда и знакомство с правилами лагеря	Включенное наблюдение
08.08.2026	«Школа мудрости»	Игра на знакомство с кружками и студиями	Знакомство с кружками и студиями	Обратная связь от педагогов
	«День рождения отряда»	Отрядное дело	Сплочение внутри отряда, постановка отрядных целей на смену	Включенное наблюдение
	«Танцы Поднебесной»	Танцевальная программа	Снятие эмоционального напряжения, знакомство между отрядами	Включенное наблюдение
09.08.2026	«Безопасные каникулы»	Мастер-класс	Знакомство с правилами поведения на дороге	Обратная связь от вожатых, выставка работ

	«Шаолинь открывает двери»	Торжественная линейка Открытия смены	Знакомство с Государственными символами Российской Федерации, знакомство с легендой смены	Фото- видео фиксация, отзывы участников
	«Мудрость сквозь века»	Интеллектуально-творческий конкурс	Знакомство с философией Китая, развитие интеллектуальных и творческих способностей	Подведение итогов, анкетирование
10.08.2026	«Сила духа»	Верёвочный курс	Сплочение внутри отрядов	Включенное наблюдение, обратная связь от вожатых
	«Поднебесная открывает двери»	Концерт открытия смены	Презентация отрядов, развитие творческих способностей, получение опыта публичных выступлений	Оценочные листы жюри
11.08.2026	«Путь воина»	Линейный квест	Знакомство с историей и технологией создания воздушных змеев, развитие интеллектуальных способностей	Включенное наблюдение
12.08.2026	«Безопасность в интернете»	Лекция	Представление об основных угрозах в интернете, понимание правил безопасного поведения, знание механизмов защиты	Анкетирование обратная связь от вожатых
	«Притча об уважении»	Огонёк	Снятие эмоционального напряжения, получение опыта публичных выступлений	Обратная связь от жюри, включенное наблюдение
	«Звезда Азии»	Шоу талантов (отрядный этап)	Развитие творческих способностей, получение опыта публичных выступлений	Оценочные листы жюри
13.08.2026	«Место силы»	Смотр отрядных уголков	Презентация отрядных мест, развитие творческих способностей, получение опыта публичных выступлений	Оценочные листы жюри
	«В мире открытий»	Интеллектуальная игра (по возрастам)	Знакомство с великими научными и техническими открытиями России и Китая, развитие интеллектуальных способностей	Подведение итогов мероприятия

14.08.2026	«Солнечное небо»	Фестиваль воздушных змеев	Демонстрация полученных навыков по созданию воздушных змеев, развитие интеллектуальных способностей	Подведение итогов мероприятия, обратная связь от проводящих
	«Танцуют все!»	Танцевальная программа	Снятие эмоционального напряжения, знакомство участников между отрядами	Включенное наблюдение
15.08.2026	«Сила монахов»	Весёлые старты	Развитие физических способностей, сплочение внутри отряда	Протокол судей, включенное наблюдение
	«Пагода: гармония формы и прочности»	Инженерный конкурс	Знакомство с историей и технологией создания пагод, применение полученных знаний на практике, развитие интеллектуальных способностей	Оценочные бланки жюри, обратная связь от педагогов
16.08.2026	«Компас своими руками»	Инженерная мастерская	Знакомство с историей и технологией создания компаса, развитие интеллектуальных способностей	Включенное наблюдение
	«Половина позади»	Огонек	Рефлексия первой половины смены, сплочение внутри отряда, снятие эмоционального напряжения	Обратная связь от вожатых, анкетирование
17.08.2026	«Лучше всех!»	Концертная программа к Родительскому дню	Развитие творческих способностей, получение опыта публичных выступлений	Включенное наблюдение
	«Мама, папа, я – спортивная семья»	Весёлые старты к Родительскому дню	Развитие физических способностей, снятие эмоционального и физического напряжения	Протоколы судей
18.08.2026	«День именинника»	Отрядное дело	Снятие эмоционального напряжения, сплочение внутри отряда	Обратная связь от вожатых
	«Безопасность на дорогах»	Конкурс рисунков	Развитие творческих способностей, знакомство со знаками дорожного движения	Включенное наблюдение
	«Отрядный оберег»	Фестиваль мастер-классов	Развитие творческих способностей	Фото и видеотексты, отзывы участников

	«Тайна свитка»	Линейный квест	Развитие интеллектуальных способностей, получение навыков ориентирования при помощи компаса	Маршрутные листы
	«День в Шаолине»	Конкурс видеороликов	Развитие творческих и интеллектуальных способностей	Оценочные бланки жюри
19.08.2026	«История Шаолиня»	Интеллектуальная игра (по возрастам)	Развитие интеллектуальных способностей, знакомство с историей Шаолиня	Анализ результатов игры, включенное наблюдение
20.08.2026	«Цзяньчжи»	Мастер-класс	Развитие творческих способностей	Включенное наблюдение
	«Командный дух»	Игра по станциям	Развитие интеллектуальных способностей, сплочение внутри отряда	Маршрутные листы
	«Баланс энергии»	Танцевальная программа	Снятие эмоционального напряжения, знакомство участников между отрядами	Включенное наблюдение
21.08.2026	«Баланс стихий»	Спортивный квест	Развитие физических и интеллектуальных способностей	Включенное наблюдение, маршрутные листы
	«Звезда Азии»	Шоу талантов (общелагерный этап)	Развитие творческих способностей, получение опыта публичных выступлений	Оценочные листы жюри
22.08.2026	Мой безопасный код	Интерактивная лекция	Знакомство с правилами безопасного использования персональных данных в сети Интернет	Включенное наблюдение, анкетирование
	«Моя Родина – Россия»	Торжественная линейка ко Дню Государственного флага Российской Федерации	Знакомство с Государственными символами Российской Федерации, знакомство с историей праздника	Включенное наблюдение
	«Триколор»	Марафон мастер-классов	Развитие творческих способностей, знакомство со значением цветов на Государственном флаге РФ	Включенное наблюдение, выставка работ

	«От Волги до Енисея»	Битва хоров	Развитие творческих способностей, получение опыта публичных выступлений	Включенное наблюдение
23.08.2026	«Стальная выдержка»	Инженерный конкурс	Развитие пространственного мышления, сплочение внутри отряда	Фото и видеофиксация, отзывы участников
	«Путь милосердия»	Огонёк	Знакомство с китайскими традициями, снятие эмоционального напряжения	Обратная связь от вожатых, анкетирование
24.08.2026	«Лабиринт безопасного интернета»	Фото-кросс	Развитие творческих и логических способностей	Подведение итогов мероприятия
	«Пять добродетелей»	Творческий конкурс	Развитие творческих способностей, получение опыта публичных выступлений	Оценочные листы жюри
25.08.2026	«С ПДД идём одной дорогой»	Общелагерьная игра	Развитие интеллектуальных способностей, знакомство с правилами безопасного поведения на дорогах в роли пешехода	Подведение итогов, обратная связь от педагогов
	«Путь воина»	Фестиваль	Презентация итоговых продуктов смены, развитие Интеллектуальнотворческих способностей	Протоколы судей
	«Магия звуков»	Танцевальная программа	Знакомство с китайскими традициями, снятие эмоционального напряжения	Обратная связь от вожатых, анкетирование
26.08.2026	«Тайны Шаолиня»	Торжественная линейка Закрытия смены	Знакомство с Государственными символами Российской Федерации, подведение итогов смены	Включенное наблюдение
	«Прощание с Шаолинем»	Концерт закрытия смены	Развитие творческих способностей, получение опыта публичных выступлений, награждение победителей	Включенное наблюдение
	«Мы не прощаемся»	Огонёк	Рефлексия по итогам смены, снятие эмоционального напряжения	Обратная связь от вожатых, анкетирование

27.08.2026	«Возьми себе на память»	Отрядное дело	Подведение итогов смены внутри отряда	Анкетирование
10.08-25.08.2026	«Шаолиньские игры»	Спартакиада	Развитие физических способностей, снятие физического напряжения	Протоколы судей
10.08-25.08.2026	«Школа мудрости»	Профессиональные пробы от ЦОПП	Развитие творческих и интеллектуальных способностей, знакомство с правилами здорового образа жизни и психологией	Тестирование, обратная связь от педагогов

Система соуправления

В рамках смены «Тайны Шаолиня: познай себя» предусмотрено:

1. Создание «Совета старейшин», выполняющего функции Совета лагеря, который состоит из представителей от каждого отряда: командир отряда, ответственные за проверку чистоты в отряде, фото/видеооператор отряда, активисты отряда, помогающие в организации и проведении мероприятий, которые собираются для решения различных вопросов.

Совет путешественников собирается ежедневно под руководством старшего вожатого.

2. На территории лагеря будет работать медиацентр, в котором ребята смогут также реализовать свой творческий потенциал. Это интересное и познавательное направление, предлагающее детям возможность познакомиться с миром медиа и научиться создавать собственный контент. В рамках этой системы соуправления заинтересованные ребята совместно с заинтересованными педагогами учатся создавать и создают контент для социальных сетей лагеря (группа VK), а также записывают радио-эфир для «Солнечной» радиостанции.

Система мотивации и стимулирования

Групповая

Отряды зарабатывают «монеты дружбы» за победы и участие в мероприятиях смены. На аверсе «монеты дружбы» изображен русский орнамент и надпись «Тайны Шаолиня» кириллицей, на реверсе китайский узор и надпись «Тайны Шаолиня» иероглифами (少林秘诀).

Порядок начисления «монет дружбы»:

- 1-е место в мероприятии — 7 «монет»;
- 2-е место — 5 «монет»;
- 3-е место — 3 «монеты»;
- участие в мероприятии — 1 «монета».

Дополнительно ежедневно проводится проверка «Гармонии лагеря» (чистота, порядок, атмосфера в отряде). За неё отряды получают от 1 до 5 «монет» в зависимости от результатов:

- 5 — идеальный порядок и позитивная атмосфера;
- 3 — хороший уровень, небольшие недочёты;
- 1 — минимальные требования выполнены.

В конце смены количество «монет», заработанных отрядами, суммируется. Отряды, заработавшие наибольшее количество «монет дружбы», награждаются памятными призами и сувенирами.

Индивидуальная

В начале смены каждый ребёнок получает свиток «Путь мудреца» (лист с изображением древнего свитка и пустыми ячейками для наклеек). За личные достижения и активное участие в жизни отряда участники получают «сокровища мудрости» — наклейки с символами культур России и Китая.

Порядок начисления «сокровищ мудрости»:

- 1-е место в личном или командном конкурсе — 3 сокровища;
- 2-е место — 2 сокровища;

- 3-е место — 1 сокровище;
- активное участие в отрядных делах (помощь в организации, проявление инициативы, поддержка товарищей) — 1–2 сокровища по решению отряда и вожатого;
- ежедневный выбор «Хранителей гармонии» (1–3 самых активных участника отряда) — каждому выдаётся 3 сокровища.

На концерте Закрытия смены подводятся итоги и участники, собравшие наибольшее количество «сокровищ», награждаются памятными призами.

Также отслеживается личная успешность участников смены путем выявления лучших по результатам выполнения индивидуальных заданий, выдаваемых руководителями мастер-классов и гостями нашего лагеря.

В конце смены, при подведении итогов, выявляются лидеры, которые награждаются грамотами и подарками с символикой лагеря.

Ежедневно вечером, старшим вожатым и педагогами-организаторами собираются сведения о самых активных участниках в различных направлениях деятельности.

В конце смены, по результатам сбора и анализа собранных данных, от каждого отряда награждаются 3 ребят, победивших в следующих номинациях:

- «Душа отряда» (коммуникативные способности);
- «Веду за собой» (лидерский потенциал);
- «Легенда Солнечного» (трудовые достижения).

SWOT-анализ

Сильные стороны:

1. Междисциплинарный подход — программа объединяет физическое развитие (ушу, цигун), эмоциональную саморегуляцию (дыхательные и медитативные практики) и духовно-нравственное воспитание (философия Шаолиня), что обеспечивает гармоничное развитие личности.
2. Актуальность — в Год образования России и Китая программа способствует укреплению российско-китайских гуманитарных связей на уровне личного опыта детей и подростков.
3. Практико-ориентированность — участники не просто получают знания, а осваивают конкретные навыки (техники ушу, дыхательные упражнения, медитация), которые могут применять в повседневной жизни.

Слабые стороны:

1. Зависимость от погодных условий — Занятия на свежем воздухе (цигун, медитации) могут быть затруднены в плохую погоду.
2. Возможное сопротивление участников — Некоторые подростки могут изначально скептически относиться к медитативным практикам или философии Востока.
3. Риск поверхностного освоения — за стандартный лагерьный период сложно глубоко освоить все темы и довести проекты до завершённого вида.

Возможности:

1. Запуск челленджа в соцсетях — организация тематического челленджа «#ПутьВоина» с заданиями по освоению простых техник ушу и дыхательных упражнений. Участники могут

публиковать видео своих достижений, что повысит вовлечённость и узнаваемость программы.

2. Развитие эконаправления — добавление практик осознанного взаимодействия с природой (медитации в лесу, тренировки на открытом воздухе с акцентом на экологическое сознание) — в рамках растущего интереса к экопросвещению.

Угрозы:

1. Конкуренция с другими сменами. Популярность научно-технических или развлекательных программ может отвлечь потенциальных участников.
2. Упрощение смыслов — опасность свести знакомство с практиками к поверхностным знаниям без раскрытия сути.

Методическое обеспечение

Форма организации и проведения программы	Формы организации: Групповая, коллективная Формы проведения: Игры по территории, на местности; конкурсы интеллектуально-творческие; концерты, квесты по территории, тематические встречи, спортивные мероприятия
Методы и приемы	Словесные методы: Объяснение, рассказ, беседа Наглядные: Демонстрация фото и видео-презентаций, видеофильмов, выставка творческих работ Практические: Интерактивные и практические занятия, спортивные игры на местности Проектирование
Учебно-методические пособия	Список литературы: 1. Маслов А. А. Шаолинь: мифы и реальность / Маслов А. А. — М.: Рипол Классик, 2022. — 384 с. — ISBN 978 5 386 15123 9. 2. Торчинов Е. А. Даосские практики: путь к гармонии и долголетию / Торчинов Е. А. — СПб.: Азбука, 2021. — 288 с. — ISBN 978 5 389 19876 2. 3. Попов В. Ю. Ушу: традиции воинского искусства / Попов В. Ю. — М.: Спорт, 2023. — 240 с. — ISBN 978 5 907635 21 7. 4. Малявин В. В. Китайская цивилизация / Малявин В. В. — М.: РИПОЛ классик, 2021. — 544 с. — ISBN 978 5 386 14988 5. 5. Кобзев А. И. Философия и духовная культура Китая: очерки, портреты, заметки / Кобзев А. И. — М.: ИДВ РАН, 2022. — 416 с. — ISBN 978 5 8381 0455 0. 6. Лукьянов А. Е. Начало китайской философии: от Конфуция до Ян Чжу / Лукьянов А. Е. — М.: 7. Восточная книга, 2023. — 320 с. — ISBN 978 5 7873 2015 3. 8. Филонов С. В. Цигун: теория и практика / Филонов С. В. — Ростов н/Д: Феникс, 2024. — 192 с. — ISBN 978 5 222 39871 4. 9. Абрамова Т. А., Волков Н. К. Восточные практики в современной психологии: от медитации до цигун / Абрамова Т. А., Волков Н. К. // Психологическая 10. наука и образование. — 2023. — № 2. — С. 67–75. — DOI 10.17759/pse.2023020206. 11. Ван Юй. Традиции воспитания в Китае: от древности до современности / Ван Юй; пер. с кит. И. С. 12. Смирнова. — М.: Шанс, 2023. — 264 с. — ISBN 978 5 907289 67 0. 13. Григорьева Т. П. Мудрость Востока и современность / Григорьева Т. П. — М.: Наука, 2022. — 352 с. — ISBN 978 5 02 040987 8. 14. Закурдаева М. С. Физическая культура и единоборства в системе воспитания подростков / Закурдаева М. С. // Вестник физической культуры и спорта. — 2024. — № 1 (45). — С. 34–41. — DOI 10.34836/vfks.202401034. 15. Ли Сюэ. Путь воина: философия и практика ушу / Ли Сюэ; науч. ред. А. В. Лукин. — СПб.: Гиперион, 2022. — 232 с. — ISBN 978 5 89332 518 2. 16. Семёнова Е. В., Чжан Вэй. Культурный обмен между Россией и Китаем: традиции и инновации / Семёнова Е. В., Чжан Вэй // Вопросы культурологии. — 2023. — № 8. — С. 52–60. — DOI 10.33920/vk.202308052.

	17. Чжан Минь. Воспитание характера через боевые искусства: опыт Шаолиня / Чжан Минь; пер. с кит. О. Н. Петрова. — М.: Весь Мир, 2024. — 216 с. — ISBN 978 5 7777 0988 3. 18. Шустова Л. П. Медитативные практики в работе с подростками: опыт Востока и современные методики / Шустова Л. П. // Школьный психолог. — 2023. — № 4. — С. 28–35. — URL: (дата обращения: 12.05.2026). 19. Ян Цзин. Гармония тела и духа: традиции китайской оздоровительной гимнастики / Ян Цзин; науч. ред. В. И. Шаповалов. — М.: Физкультура и спорт, 2023. — 184 с. — ISBN 978 5 278 04123 1. 20. Боровская Н. Е., Лукин А. В. Россия и Китай: образовательные мосты. Сотрудничество в сфере 21. науки и технологий (2010–2024 гг.) / Боровская Н. Е., Лукин А. В. — М.: ИДВ РАН, 2022. — 312 с. — ISBN 978 5 8381 0412 3. 22. Карнеев А. Г., Кузнецова Ю. М. Россия и Китай в XXI веке: сотрудничество в сфере образования и науки / Карнеев А. Г., Кузнецова Ю. М. — Екатеринбург: УрФУ, 2023. — 268 с. — ISBN 978 5 7996 3451 2. Нормативно-правовое обеспечение 1. Конституция Российской Федерации (принятая всенародным голосованием 12.12.1993, с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020). 2. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990). 3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». 4. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся». 5. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации». 6. Методические рекомендации по организации отдыха и оздоровления детей (в части создания авторских программ работы педагогических кадров) Письмо Минобрнауки РФ от 26.10.2012. -№09-260. 7. Федеральный закон от 30.12.2020 № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации». 8. Федеральный закон «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96 г. № 2-ФЗ. 9. Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобрнауки РФ от 13.07.2001 г. № 2688. 10. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р). 11. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года». 12. Указ Президента РФ от 09.11.2022 №809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей». 13. План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р). 14. Федеральный закон от 14.07.2022 №261-ФЗ «О российском
--	---

	движении детей и молодежи». Интернет-ресурсы: Федеральные законы и кодексы Российской Федерации: https://www.consultant.ru/popular/
Средства обучения	Раздаточный материал, дидактический материал, видео презентации, фото презентации
Психолого-педагогическое сопровождение	Игры на знакомство, сплочение, выявление лидера, снятие эмоционального напряжения
Критерии оценки качества	Сформированность основных духовно – нравственных ценностей таких как: коллективизм, взаимопомощь, открытость, трудолюбие. Успешность реализации основных дел смены через проявление детской инициативы и активности, заключающейся в: удовлетворенности интересов и потребностей обучающегося в саморазвитии посредством игровой и других видов деятельности; вовлеченность обучающихся в программу смены; приобретение практических жизненных и гибких навыков, таких как умение ставить цели, планировать деятельность, распределять роли, контролировать этапы выполнения задания, достигать необходимого результата. Реализация в полном объеме образовательной и воспитательной программы. Рост компетентности педагогов в реализации программы ДООЛ и программ отрядов. Отсутствие отрицательных отзывов от родителей по реализации программы. Формирование постоянного педагогического, в том числе вожатского состава. Разработка новых технологий в области в организации оздоровительно-образовательной деятельности, социализации подростков и усвоения норм культуры, здорового образа жизни. Обобщение опыта с возможностью распространения наработанных материалов в других программах.
Вид и форма контроля, форма предъявления результата	Виды контроля: Текущий (по итогам каждого мероприятия). Итоговый (анкетирование, рефлексия на огоньках, подведение итогов и результатов смены). Форма предъявления результата: УМК, отчет по итогам смены, фото и видео отчет

Ресурсное обеспечение

Ресурсное обеспечение программы состоит из кадрового, методического, материально-технического, информационного, финансового и мотивационного (система мотивации и стимулирования).

Материально-техническое обеспечение

- Актальный зал на 360 мест с мультимедийной системой и киноэкраном.
- Шейпинг-зал с зеркалами.
- Спортивный зал для занятий спортом.
- Два комплекта акустической аппаратуры: стационарный и мобильный.

- Стадион с футбольным полем с искусственным газоном, беговой дорожкой и прыжковой ямой.
- Площадка для городского спорта.
- Волейбольные площадки с искусственным покрытием.
- Медицинский центр с физиотерапевтическим кабинетом, массажным кабинетом, кабинетом ароматерапии, фотарием, солярием, водолечебницей; аппаратурой для изготовления кислородных коктейлей, ингалятория.
- Помещения для кружковой работы.
- Костюмерная.
- Ролл-апы, флипчарты.
- Канцелярия (ручки, карандаши, краски, цветная и офисная бумага, гуашь, ватманы, ножницы, скотч).

Кадровое обеспечение программы

Основу педагогического коллектива составляют вожатые и воспитатели. Вожатые и воспитатели – участники движения «Российские студенческие отряды» Санкт-Петербургского регионального отделения – студенческий педагогический отряд «Море», прошедшие обучение на курсах вожатского мастерства по программе подготовки вожатых для системы отдыха и оздоровления детей и подростков в стационарных детских лагерях, а также студенты педагогических колледжей и вузов, проходящие летнюю практику.

На сменах работает психолог, который оказывает воспитанникам лагеря необходимую психологическую поддержку, регулярно проводит тренинги и консультации для отрядов.

Важной структурной единицей кадрового состава ДООЛ «Солнечный», без которых невозможна реализация программы, являются педагоги дополнительного образования и инструкторы по физической культуре. Это опытные педагоги, владеющие современными технологиями, методиками работы и имеющие большой опыт работы в детских лагерях.

Социальные партнеры

Социальное партнерство в детских лагерях – современная эффективная форма взаимодействия педагогов, детей, родителей, администраторов, представителей других организаций, которая способствует открытости, доступности и продуктивности реализации профильной смены. Оно создает благоприятные условия для самореализации участников смены, предоставляет детям и подросткам большие возможности для достижения новых образовательных результатов, повышает качество реализации программы лагеря.

Уже традиционно социальным партнером смен в «Солнечном» выступает Центр опережающей профессиональной подготовки (ЦОПП) Санкт-Петербурга. В рамках сотрудничества с ЦОПП, помогать реализовывать мероприятия смены будут помогать сотрудники и студенты колледжей Санкт-Петербурга.

Социальным партнером также выступит институт «Полярная Академия» Российского Государственного Гидрометеорологического Университета (РГГМУ). Оказывать содействие реализации мероприятий студенты и педагоги с кафедры Китайского языка.

Внутриотрядная деятельность

Система отрядной работы – одно из важнейших направлений организации жизнедеятельности детей в детском оздоровительном лагере. Качественно организованная отрядная работа не только способствует более быстрой и успешной адаптации ребенка к новым для него условиям, но и направлена на повышение его социального статуса, самооценки, возможности для его самореализации и саморазвития.

На этапе подготовки и планирования смены отрядные вожатые разрабатывают отрядные мероприятия, тематические свечи/огоньки, направленные на формирование временного детского коллектива, установление в нем дружеских связей и благоприятной атмосферы. Содержание отрядных дел обуславливается тематикой смены в ДООЛ «Солнечный» и способствует более полному погружению ребенка в тему смены, подготовку к общелагерным конкурсам и другим мероприятиям. Формы зависят от возрастных особенностей детей, и эмоционально-психологического состояния на конкретном этапе реализации программы, этапе смены.

Цель конкретного отрядного дела зависит от уровня развития коллектива и тех психолого-педагогических проблем, которые стоят перед вожатым в данный момент времени:

- знакомство с воспитанниками;
- сплочение коллектива;
- налаживание взаимоотношений между микро-группами внутри отряда;
- развитие креативности;
- выявление лидера;
- развитие творческих способностей.

Важным этапом работы является анализ сплоченности отряда, каждого дня и дела воспитанниками отряда, вожатыми и воспитателями, а также создание имиджа отряда, своих традиций и ритуалов.

Система дополнительного образования

Дополнительное образование в детском оздоровительном лагере – вариативная часть образовательного модуля программы смены, которая объединяет детей по интересам в малые группы и дает возможность каждому ребенку раскрыться, расширить кругозор, развить познавательные интересы и научиться творить, создавать и делать своими руками. Целью системы дополнительного образования является создание условий для организованного отдыха учащихся в осенний период, укрепление физического, психического и эмоционального здоровья детей, развитие творческих способностей детей.

Предполагается, что в рамках смены будут действовать студии и секции дополнительного образования:

- По хореографии. На занятиях дети будут изучать различные стили танца народов России и Китая. Хореограф поможет каждому участнику раскрыть свой потенциал, развить чувство ритма и научиться работать в команде.

- По спорту. Занятия секции направлены на: повышение интереса детей и подростков к занятиям массовыми видами спорта; выявление детей, имеющих способности для занятий определенными видами спорта; обеспечение здорового, активного и содержательного отдыха детей.

- По ИЗО. Студия изобразительного искусства в лагере предоставляет детям уникальную возможность раскрыть свой творческий потенциал, освоить различные техники рисования и художественные материалы, а также развить художественный вкус в непринуждённой и увлекательной атмосфере.

На занятиях ребята познакомятся с традиционными художественными техниками народов России и Китая.

- По Изонити. Это творческое объединение, где дети и подростки могут научиться искусству техники «изонить». Занятия в кружке проходят в увлекательной и игровой форме, что помогает детям легче усваивать материал и получать удовольствие от процесса.

- По Вышивке лентами. Ребята, посещающие студию, научатся из самых простых материалов создавать настоящие произведения искусства. Обучение данной технике развивает пространственное мышление, мелкую моторику и художественный вкус.

План-сетка 4 летней смены «Тайны Шаолиня: познай себя» в ДООЛ «Солнечный» 07.08.2026-27.08.2026

	ПТ	СБ	ВС	ПН	ВТ	СР	ЧТ
	07.08.2026	08.08.2026	09.08.2026	10.08.2026	11.08.2026	12.08.2026	13.08.2026
Общелагерная зарядка «Время медитации»							
утро	Заезд, размещение Игры на знакомство внутри отрядов	Игра на знакомство с кружками и студиями «Школа мудрости»	Торжественная Линейка Открытия смены «Шаолинь открывает двери» Открытие спартакиады «Шаолиньские игры»	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные пробы от ЦОПП «Школа мудрости»
день	Игра на знакомство с территорией «Добро пожаловать в Шаолинь»	Отрядное дело «День Рождения отряда»	Мастер-класс «Безопасные каникулы»	Верёвочный курс «Сила духа»	Линейный квест «Путь воина»	Лекция «Безопасность в интернете»	Смотр отрядных уголков «Место силы»
вечер	Огонек «Первая встреча»	Танцевальная программа «Танцы Поднебесной»	Интеллектуально-творческий конкурс «Мудрость сквозь века»	Концерт Открытия смены «Поднебесная открывает двери»	Огонёк «Притча об уважении»	Шоу талантов «Звезда Азии» (отрядный этап)	Танцевальная программа «Философия звука»
	14.08.2026	15.08.2026	16.08.2026 РОДИТЕЛЬСКИЙ ДЕНЬ	17.08.2026	18.08.2026	19.08.2026	20.08.2026
Общелагерная зарядка «Время медитации»							
утро	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные	Концертная программа «Лучше всех!» Выставка работ творческих студий «Солнечная галерея»	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные

	пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	Веселые старты «Мама, папа, я - спортивная семья»	пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	пробы от ЦОПП «Школа мудрости»
день	Лекция «Философия Востока» от студентов СПбГУ (по возрастам)	Весёлые старты «Сила монахов»	Отрядное дело «День именинника»	Фестиваль мастер- классов «Отрядный оберег»	Линейный квест «Тайна свитка»	Мастер-класс «Цзяньчжи»	Игра по станциям «Командный дух»
					Конкурс рисунков «Безопасность на дорогах»		
вечер	Мастер-класс «Искусство мандалы»	Фестиваль мини- спектаклей «Притчи в современности»	Танцевальная программа «Мудрые танцы»	Огонёк «Истории мужества»	Конкурс видеороликов «День в Шаолине»	Интеллектуальная игра «История Шаолиня» (по возрастам)	Танцевальная программа «Баланс энергии»
	21.08.2026	22.08.2026 ДЕНЬ ГОСУДАРСТВЕН НОГО ФЛАГА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	23.08.2026	24.08.2026	25.08.2026	26.08.2026	27.08.2026
	Общелагерная зарядка «Время медитации»						
утро	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	Торжественная линейка ко Дню Государственного флага Российской Федерации «Моя Родина – Россия»	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	Работа кружков и творческих студий, спартакиада «Шаолиньские игры», профессиональные пробы от ЦОПП «Школа мудрости»	Общелагерная игра «С ПДД идем одной дорогой»	Торжественная линейка Закрытия смены «Тайны Шаолиня»	Отрядное дело «Возьми себе на память..»
		Акция «В цветах России»					

день	Спортивный квест «Баланс стихий»	Марафон мастер-классов «Триколор»	Инженерный конкурс «Стальная выдержка»	Фото-кросс «Лабиринт безопасного интернета»	Фестиваль «Путь воина» (выставка работ «Гармония в движении», круглый стол «Мудрость Шаолиня сегодня», концертная программа «Магия ушу»)	Концерт Закрытия смены «Прощание с Шаолинем»	Сбор вещей, отъезд
		Интерактивная лекция «Мой безопасный код»					
вечер	Шоу талантов «Звезда Азии» (общелагерьный этап)	Битва хоров «От Волги до Енисея»	Огонёк «Путь милосердия»	Творческий конкурс «Пять добродетелей»	Танцевальная программа «Магия звуков»	Огонёк «Мы не прощаемся»	