

**Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Смоленский областной институт развития образования»**

**КАНИКУЛЯРНЫЙ ОТДЫХ ДЕТЕЙ,
ИЛИ КАК СДЕЛАТЬ РЕБЕНКА СЧАСТЛИВЫМ...**

Методическое пособие

**Смоленск
2023**

УДК 379.8

ББК 474

Автор-составитель:

Киселева Владелина Сергеевна, доцент кафедры педагогики и психологии
ГАУ ДПО СОИРО

К 19 Каникулярный отдых детей, Или как сделать ребенка счастливым...:
Методическое пособие / Автор-составитель В.С. Киселева. – Смоленск: ГАУ ДПО СОИРО,
2023. – 32 с.

Данное пособие разработано с учетом результатов мониторинга оценки механизмов управления качеством образования в субъектах РФ (п. 2.3 Система организации воспитания) и в соответствии с Приказом Департамента Смоленской области по образованию и науке от 18.10.2022 № 857-ОД «Об утверждении Комплекса мер (дорожной карты) по развитию системы организации воспитания обучающихся Смоленской области в 2022/23 учебном году», а также согласно I этапу реализации Концепции дополнительного образования, действующей до 2030 г. в Смоленской области.

Пособие раскрывает содержание психолого-педагогического процесса в детском оздоровительном лагере.

Методическое пособие адресовано педагогам дополнительного образования, а также всем, кому интересна работа с детьми в условиях временного детского коллектива.

Материалы печатаются в авторской редакции.

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры педагогики и психологии ГАУ ДПО СОИРО (протокол заседания кафедры № 3 от 15.03.2023 г.).

УДК 379.8

ББК 474

© ГАУ ДПО СОИРО, 2023

Содержание

Введение.....	4
I. Современные подходы в организации летнего отдыха детей в оздоровительном лагере	5
II. Игровые взаимодействия в условиях временного детского коллектива	9
III. Детский тимбилдинг: игры и упражнения	15
IV. Содержание и средства физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые в летних оздоровительных лагерях.....	24
V. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в летних оздоровительных лагерях.....	28
Литература	30

Введение

В период летних каникул перед родителями и педагогами стоит задача, как сделать отдых ребенка наиболее полезным и запоминающимся. Сегодня существует масса возможностей подарить ребенку увлекательный отдых, например, отправив его в летний оздоровительный лагерь.

Детский оздоровительный лагерь – это место, куда стремятся дети, чтобы отдохнуть, найти друзей, весело и полезно провести время, проявить себя, ощутить свою значимость, заняться любимым делом. Именно на это важно ориентироваться педагогам, чтобы оправдать ожидания детей, не разочаровать их. В то же время взрослым необходимо, максимально используя воспитательные возможности временного коллектива, духовно, интеллектуально, физически развивать детей, стимулировать их активность и творчество, упорство в преодолении трудностей, проявление заботы о других людях. Пребывание в летнем лагере дает возможность ребенку развить такие важные навыки, как умение общаться и сотрудничать в коллективе; позволяет ребенку почувствовать себя самостоятельным, а также вырабатывает привычку соблюдать распорядок дня [1; 2; 3].

Культурно-досуговая деятельность не только в детском оздоровительном лагере, но и на летних школьных площадках должна базироваться на принципе интереса. Если ребенку будет не интересно, то он не будет заниматься этой деятельностью, отдав предпочтение другому роду занятий. Это обязывает учитывать конкретные интересы и запросы детей и подростков. Организаторы детского образовательного оздоровительного отдыха формируют и направляют в нужное русло свою работу. Направленный интерес создает благоприятную психологическую установку у детей и подростков и делает процесс социализации более эффективным [1; 2; 3].

I. Современные подходы в организации летнего отдыха детей в оздоровительном лагере

Развитие системы отдыха и оздоровления детей рассматривается как неперенный атрибут социальной политики в отношении детей в Российской Федерации. ФЗ «Об образовании в РФ» определяет летнее детское учреждение как «детское оздоровительно-образовательное учреждение» в сфере летнего детского отдыха. Современная ситуация требует рассматривать летний отдых школьников как дополнительное образование, утверждены Основы государственного регулирования и государственного контроля организации отдыха и оздоровления детей, закрепляющие основные цели и задачи. Результативность летней оздоровительной кампании во многом определяется готовностью вожатых, педагогов-организаторов к работе с детьми и подростками в условиях детских оздоровительных и профильных лагерей.

Современные концепции организации летнего отдыха и оздоровления детей и подростков рассматривают детский отдых в летних оздоровительных лагерях не как особую педагогическую систему или методику, а как неотъемлемую составляющую всей жизнедеятельности ребенка. Воспитание, развитие и оздоровление детей и подростков в значительной мере зависит от знаний, умений и подготовленности к творческой работе тех взрослых, которые организуют их жизнедеятельность в лагере в течение всей смены. Результативность летней оздоровительной кампании во многом определяется готовностью вожатых, педагогов-организаторов к работе с детьми и подростками в условиях детских оздоровительных и профильных лагерей.

В соответствии с поручениями Президента РФ с целью совершенствования законодательной и нормативно-правовой базы организации детского отдыха и оздоровления 29 декабря 2016 года был подписан Федеральный закон «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части совершенствования государственного регулирования организации отдыха и оздоровления детей».

Сегодня отдых и оздоровление детей строится с учетом следующих требований:

- организации детского отдыха и оздоровления детей должны иметь лицензию;
- дети, выезжающие на организованный отдых, должны быть застрахованы;
- наличие общественного контроля качества отдыха и оздоровления детей;
- законодательное закрепление родительской ответственности;

- сформированность образовательного пространства детского оздоровительного лагеря.

Отдых детей и их оздоровление – деятельность, осуществляемая в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»

К полномочиям органов государственной власти субъектов РФ на осуществление гарантий прав ребенка в Российской Федерации относятся реализация государственной политики в интересах детей, решение вопросов образования, включая отдых и оздоровление детей, вопросов социальной поддержки и социального обслуживания детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (за исключением детей, обучающихся в федеральных государственных образовательных организациях), безнадзорных детей, детей-инвалидов.

Современное определение понятия летнего детского учреждения как «детского оздоровительно образовательного учреждения» в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 15, п. 2) объединило возникшее в последнее время многообразие различных форм дополнительного образования в сфере летнего детского отдыха (детский центр отдыха и оздоровления детей и подростков, база детского отдыха, летний дом детского отдыха, экологическая площадка, дача, детский лагерь санаторного типа, летняя школа здоровья, туризма, лидеров и т.д.). Летние каникулы – это период, когда дети могут «сделать свою жизнь» полной интересных знакомств, полезных увлечений и занятий. Это время, когда дети имеют возможность снять психологическое напряжение, накопившееся за год, внимательно посмотреть вокруг себя и увидеть, что удивительное рядом.

Соответственно, задача оптимального сочетания образования и оздоровления в сфере детского отдыха и оздоровления обозначена как актуальная и перспективная стратегия развития данной сферы.

Современный детский оздоровительный лагерь выполняет важный государственный заказ не только по оздоровлению, но и по разностороннему развитию детей и подростков.

Современные концепции организации летнего отдыха и оздоровления детей и подростков рассматривают детский отдых в летних оздоровительных лагерях не как особую педагогическую систему или методику, а как неотъемлемую составляющую всей жизнедеятельности ребенка, где гармонично сочетаются духовно-эстетические, рационально-познавательные, идейно-нравственные начала, это освоение жизни ребенком самым непосредственным, естественным образом.

Оздоровительная и воспитательная функции являются основополагающими в работе организаций, основной деятельностью которых является организация детского отдыха. Под оздоровительной функцией понимается создание условий и проведение мероприятий, которые способствуют укреплению здоровья детей, направлены на профилактику заболеваний, санитарно-гигиеническое обслуживание, режим питания и отдыха в благоприятной среде, занятия физической культурой и спортом.

Под образовательной функцией имеется в виду реализация дополнительных образовательных программ, которые обеспечивают актуализацию и адаптацию ресурсов ребенка через самореализацию в образовательной деятельности. Детский лагерь способствует развитию интеллектуального потенциала детей, реализации их личных планов, удовлетворяет потребность в наиболее значимых сферах деятельности.

В загородном оздоровительно-образовательном лагере существуют преимущества перед другими образовательными учреждениями по организации личностного и предметного общения между самими подростками, а также взрослыми, которые строят взаимоотношения с подростками на отдыхе как с равными.

В качестве основных факторов, влияющих на оптимизацию воспитательного процесса при проведении определенной профильной смены в лагере можно рассматривать:

- общность, в которой каждому субъекту отведено собственное место в статусно-ролевой структуре;
- субкультуру общности, которая отличается высокой степенью педагогического воздействия и является механизмом общественного воспитания;
- совместную деятельность, создающую образ определенной тематической или профильной смены.

Для успешной реализации задач по воспитанию детей необходимо организовать сотрудничество нескольких организаций, так как именно оно позволяет объединять их ресурсы. Сетевое взаимодействие – совместная деятельность образовательных учреждений (или других организаций) по использованию информационных, инновационных, методических, кадровых ресурсов для достижения общей цели.

Участники лагеря должны иметь возможность наиболее полно удовлетворить интерес к определенной области знаний, творчества или искусства в сочетании с оздоровительным отдыхом в кругу сверстников, продемонстрировать свои способности и талант, приобрести новых друзей, новый социальный опыт. Разработка содержания деятельности лагерной смены

должна базироваться на личностно-ориентированном подходе. Личность ребенка должна рассматриваться, прежде всего, как активный субъект деятельности, включенный, в сложную систему полисубъектных «субъект-субъектных» и «субъект-объектных» отношений. При этом личностное развитие определяется природными задатками, социальной средой, условиями обучения, сотрудничеством с родителями, учителями, с другими людьми, а также собственной активной учебно-познавательной деятельностью подростка.

Именно в каникулярный отдых дети имеют возможность приобрести опыт самостоятельности, ценный и полезный опыт проведения досуга, который запоминается на всю жизнь; развитие чувства ответственности за свои поступки; опыт самостоятельного принятия решений; опыт уважения прав других; опыт межличностных отношений и адаптации в коллективе; навыки заботы об охране природы. Помимо этого, детям, имеющим разное воспитание, в лагере предоставляется возможность пожить в реальном демократическом сообществе. Лагерь дает ребенку шанс раскрыть свои потенциальные возможности, испытать личную инициативу и завоевать уважение за свое поведение. В лагере происходит осознание детьми многих нравственных понятий не столько через обучение, сколько в реальных жизненных ситуациях.

В соответствии со «Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» рекомендуется охватить такие направления, как патриотическое воспитание и формирование российской идентичности, семейное воспитание, гражданское воспитание, духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей, приобщение детей к культурному наследию, популяризацию научных знаний среди детей, физическое воспитание и формирование культуры здоровья.

Воспитание, развитие и оздоровление детей и подростков в значительной мере зависит от знаний, умений и подготовленности к творческой работе тех взрослых, которые организуют их жизнедеятельность в лагере в течение всей смены. Результативность летней оздоровительной кампании во многом определяется готовностью вожатых, педагогов-организаторов к работе по воспитанию и оздоровлению детей и подростков в условиях детских оздоровительных и профильных лагерей. В системе повышения квалификации вожатые и воспитатели разрабатывают на занятиях основные вопросы содержания, методики и организации отдыха, досуга, воспитания и оздоровления в лагере; работают с методической литературой, развивают необходимые умения на практикумах по туризму, игровой, спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе, оформительскому делу, природоохранной, медицинской и санитарной работе [1; 2; 3].

II. Игровые взаимодействия в условиях временного детского коллектива

Овладение навыками в области техники и технологии игрового взаимодействия – необходимое условие эффективной работы с отрядом и многочисленными группами в условия детского оздоровительного лагеря. С помощью игры вожатый знакомит детей друг с другом, обеспечивает безопасную обстановку в отряде, создает из отряда настоящую команду, развивает высшие психические функции и коммуникативные качества ребенка, и многое другое. В игре ребенок не только развлекается, радуется, но и развивается, осваивает новые формы поведения, ценностные установки, получает новые знания о себе и окружающем мире. Игра является наиболее естественной формой взаимодействия между людьми и, особенно между детьми, именно в игре личность развивается свободно, стремительно и гармонично. Быть хорошим вожатым-игротехником – это видеть не только внешние составляющие игрового взаимодействия, но и глубинные механизмы игры, ее целесообразность с конкретной ситуацией. В этой связи можно, переделав известную фразу, сказать: «Плохих игр не бывает, бывают плохие игротехники». Когда вожатый не задумывается над смыслом и значением выбранной им игры, он не может рассчитывать на ее результативность. Прежде чем начать игру, необходимо проанализировать цель игрового взаимодействия, смысл и значение игры, соотнести все это с конкретными людьми, особенностями внешних условий, в которых будет осуществляться игра. Таким образом, необходимо выстроить технологию игрового взаимодействия, дающую не только осмысленность, целенаправленность, последовательность и операциональность действий вожатого, но и предвидение ее результатов. Что нужно знать вожатому, собирающемуся стать отличным игротехником? Конечно же, нужно понимать все разнообразие игр и знать их классификацию.

Существует множество классификаций игр по различным основаниям и критериям.

1. По динамическим целям:

- на работу с именем: знакомство и запоминание;
- на всматривание, вслушивание;
- на освоение пространства;
- на регуляцию эмоционального состояния;
- на снятие эмоционального напряжения, агрессии;
- на снятие физического напряжения;
- на снятие барьеров в общении, в том числе тактильных;
- на сотрудничество;
- на уравнивание в правах;

- на доверие;
- на коррекцию ролевых позиций;
- специфические игры для подростков – на снятие психосексуального напряжения;
- специфические игры для постоянных коллективов – на командообразование.

2. По личностным целям:

- на рефлекссию, самоанализ;
- на осознание и проживание;
- на актуализацию проблемы, темы;
- на развитие личности или отдельных черт (памяти, внимания, творческого потенциала, креативности, логического мышления, эмпатии);
- на обучение, освоение умения, техники.

3. По функциональной организации:

- подвижные;
- коммуникативные;
- с применения различных видов творчества.

4. По степени интерактивности:

- индивидуальные;
- межличностные (в парах, микрогруппах);
- внутригрупповые;
- межгрупповые;
- массовые.

Игры с разными целями могут использоваться в разные периоды лагерной жизни, помогать развитию лагерной смены на самых разных этапах. Однако знать, какие бывают игры, недостаточно. Самое важное – это умение провести игру, ведь дети в первую очередь следуют примеру вожатого, смотрят на него и на то, как он сам играет. Чтобы разобраться, каким качествами и ролями обладает вожатый, как ведущий игры, следует, ознакомимся с критериями эффективного игрового взаимодействия.

1. Высокая эмоциональность. От организаторов игрового взаимодействия, от их эмоциональности, будет зависеть степень включенности и эмоциональности участников игры. Задача вожатых – постараться быть не просто активными, а эмоционально активными в процессе игры. Постоянно поддерживая свои эмоции на высоком уровне, вожатый, тем самым, «эмоционально заражает» группу и способствует эффективному игровому взаимодействию. Это не так просто, как кажется. Вместе с тем, эмоциональность, как правило, заложена в самой игре. Необходимо просто ее почувствовать, настроиться, самому увлечься игрой.

2. Игровая ситуация «МЫ» (чувство сопричастности) Игра учит сотрудничеству. Игра объединяет. Каждый участник игры способен ощутить чувство сопричастности к происходящему. События игрового взаимодействия становятся общими для группы и для вожатых – организаторов, ведущих игры. Именно поэтому, произнося слова инструкции, важно говорить «мы», вместе с тем, добиваясь не только на словах эффекта объединения участников группы в процессе игрового взаимодействия.

3. Контакт глаз. Для того чтобы этот критерий игрового взаимодействия стал эффективным, необходимо соблюдать следующее: участники и ведущий игры находятся на одном уровне (лежат, сидят, стоят), взгляд ведущего в процессе игры встречается с глазами участников, фиксируясь на 1–2 секунды в среднем. С одной стороны, это позволяет увидеть степень включенности участников в происходящее, с другой стороны, способствует установлению более тесного контакта с участниками игры.

4. Интрига игры. В каждой игре есть интрига. Организуя игровое взаимодействие, вожатый сознательно может ввести элементы таинственности в происходящее, т.е. заинтриговать участников. Даже самой простой игре можно придать элементы тайны. Вот, скажем: «Игра, в которую мы сейчас будем играть, непростая. Она требует от всех нас полной концентрации внимания, только в этом случае мы сможем в нее играть. У этой игры большая история. В нее играли еще первобытные люди, когда собирались на охоту...» Интересно? Интригует? Наверное, да. И уже неважно, что за игру вожатый хочет сейчас презентовать. Говоря подобные слова, он придает особый шарм всему тому, что последует и, попутно, увеличивает мотивацию участников на происходящее. Ведь всем становится интересно, что это за игра, которая дошла до нас еще с первобытных времен.

5. Скорость речи соответствует скорости чтения. Известно, что от темпа речи будет зависеть, сможет ли понять нас наш собеседник (или все ли сможет понять наш собеседник). Если речь вожатого будет слишком быстрой, участники игры не успеют понять того, что от них требуют условия игры. Если же речь будет слишком медленной, группа начнет раздражаться происходящему. Самый оптимальный вариант – соответствие скорости речи скорости чтения. Нас легко понимают, в том случае, если темп речи привычен для большинства участников: не очень быстро и не очень медленно.

6. Открытая поза. Открытая поза подразумевает отсутствие так называемых верхнего и нижнего «замков» (верхний – скрещенные руки на груди; нижний – скрещенные ноги), которые стереотипно часто воспринимаются как «закрытость» человека. Кроме того, это еще и живая мимика, не скованные жесты, подкрепляющие слова. Тогда сразу становится

понятно, что нечего бояться, ничего страшного происходить не будет, и участники сами примут открытую позу для игры, что будет способствовать ее эффективности.

7. Высокая степень мобилизации. Если для определения степени мобилизации для игрового взаимодействия произвольно представить некую шкалу, состоящую из десяти делений от 0 до 9, то нулевой степени мобилизации будет соответствовать состояние сна, из которого, как известно, необходимо еще выйти, а девятой степени – состояние аффекта, сопровождающееся бурным и неконтролируемым поведением. Исходя из этого, высокая мобилизация, необходимая для эффективного игрового взаимодействия, будет соответствовать где-то пятой-шестой степени, т.е. адекватной готовности к действиям. Как понять в какой степени мобилизации вы находитесь? Самый оптимальный вариант сначала почувствовать эту степень мобилизации. Для чего сядьте на краешек стула. Подайте слегка корпус вперед. Согнув руки в локте, положите их на свои колени так, чтобы ваши кисти могли свободно висеть и жестикулировать. Выпрямите спину. Поднимите голову так, чтобы Ваш взгляд был параллелен уровню пола. Свободно поворачивайте головой вправо-влево. Улыбнитесь. То чувство, которое возникло, те ощущения этой позы, которые вы испытываете – это и есть характеристика пятой-шестой степеней мобилизации.

8. «Легкий вес». Что значит работать в «легком весе»? Вспомните свои ощущения тогда, когда вы очень устали. Ничего не хочется делать. Нет ярких эмоций. Это «тяжелый вес». Организовывать игровое взаимодействие в «тяжелом весе», сами понимаете, не эффективно. Теперь представьте Ваше нормальное рабочее состояние. Не очень эмоциональное. Не очень инициативное. Спокойное рабочее состояние. Это «средний вес». Сейчас придайте этому состоянию немного подвижности, совсем чуть-чуть азарта. Чувствуете, что вы более готовы к действиям? Это и есть «легкий вес». Самый оптимальный и эффективный для игрового взаимодействия, когда становится легко играть, без усилий. «Легкий вес», как правило, соответствует пятой-шестой степеням мобилизации. Существует еще и «наилегчайший вес», но он слишком «воздушный», плохо контролируемый и немного пугающий для окружающих. «Вес» – это индикатор эмоционального состояния как водителя, так и тех, с кем он взаимодействует.

9. Пристройка «на равных». Это особый показатель – индикатор отношения к другому человеку или группе людей. Всего их можно выделить три: пристройка «под», «на равных» и «над». Пристройка «под» («снизу») – это позиция подчинения. Она бывает порой унижительна. Ее характеризует взгляд снизу, немая мольба, жесты подчинения. Очень часто эта пристройка

свидетельствует о неуверенности в своих силах: «Ну, я же по-человечески Вас прошу играть, а Вы...» Пристройка «над» («сверху») – свидетельствует о неуважении, иногда пренебрежении, демонстрирует самоуверенность и превосходство. Ее характеризуют повелительные позы и жесты, поджатые губы, резкие слова и резкость слов: «Так, сейчас я с вами буду играть...» Оба варианта, как понятно, не способствуют эффективности игрового взаимодействия. Мы выбираем «золотую середину» – пристройку «на равных». Она свидетельствует собственно о равенности отношений, готовности и желания сотрудничать, уважении друг к другу и происходящему. Ее характеризуют хорошее настроение, улыбка, открытая поза, «легкий вес» и адекватная мобилизация. Только в случае выбора пристройки «на равных» мы можем рассчитывать на совместную деятельность, имеющую конструктивный и продуктивный характер.

10. Четкость инструкции. Инструкция будет понятна участникам игры в том случае, если она логична, четко построена, а также четко и понятно объяснена. Для того чтобы дать четкую инструкцию, для начала водителю необходимо понять условия игры. Затем своими словами объяснить себе эти условия. И только после этого возможно составить собственно инструкцию, что называется, присвоенную и личностно адаптированную.

11. Высокая динамика. Процесс любого игрового взаимодействия, однажды запустив, необходимо контролировать, поддерживая должную динамику игры. Как правило, для большинства игр, эта динамика высока. Игра требует от всех участников постоянной включенности, действий. Игра – это живой организм, постоянно находящийся в движении. Об этом необходимо помнить каждому водителю.

12. Соответствие игры пространству. Когда мы идем по улице, мы стараемся привести в соответствие наши действия тому, что происходит вокруг. Так, мы обгоняем впереди идущих пешеходов, стараясь не задеть их случайно. Если же мы попадаем в «людской поток» – то движемся вместе с ним, в том пространстве, которое осталось нам доступно. То же самое можно сказать и про игровое взаимодействие, про целесообразность проведения тех или иных игр в том или ином пространстве. Например, не имеет смысла играть в прятки в одной комнате – негде спрятаться; неудобно играть в футбол в коридоре. Водитель не сможет эффективно провести игру в неадекватном для нее пространстве. Соблюдение этого критерия позволяет сделать игровое взаимодействие действительно эффективным.

13. Доведение игры до логического конца. Взявшись за такое непростое и серьезное дело, как игра, надо начинать играть по ее правилам. Одно из правил игры – постараться не обрывать игровое взаимодействие, а довести его

до конца: чтобы всем участникам стало понятно, что игра закончилась. Тем самым сохраняется не только целостность игры, но и целостность впечатлений от нее. И, конечно же, не надо забывать в финале игры поставить эмоциональную точку.

14. Установка на действие. Установка на действие повышает мотивацию на игровое взаимодействие. Давая инструкцию к игре, почаще используйте слова «Сейчас мы», «А теперь», «Встаем», а не «А давайте сейчас мы...», «Есть предложение встать...». В первом случае установка на действие ярко выражена, во втором есть выбор – делать или нет.

16. Оформление, инструментарий. Не все, но многие игры требуют заранее продуманного и подготовленного инструментария, например, мяч, мягкая игрушка, фломастеры, буквы алфавита. Согласитесь, играть в алфавит без букв алфавита невозможно.

17. Адекватность возрасту, месту, времени, ситуации. Этот критерий подразумевает то, что обязательно необходимо учитывать, как время суток (утром – адекватны одни игры, вечером – другие), так и продолжительность игры, причем в зависимости от возраста участников. Одна и та же игра в зависимости от вышеперечисленных условий и ситуации пройдет по-разному.

Мы рассмотрели основные критерии эффективного игрового взаимодействия, учитывать которые необходимо в групповой работе и с детьми, и с подростками [4; 5].

III. Детский тимбилдинг: игры и упражнения

Одной из актуальных проблем современной педагогики является проблема готовности растущего человека к различным видам деятельности, к творческому выполнению конкретных жизненных задач; готовности к труду и жизни в новых социально-экономических условиях. Социально-активный ребенок в процессе освоения общественной деятельности вырабатывает навыки самоорганизации, коллективной и командной деятельности. Одному достичь успеха чрезвычайно сложно, и навык работы и построения общения в коллективе, умение работать в команде необходимо формировать с самого раннего возраста. Тимбилдинг (англ. Team building – построение команды) – термин, обычно применяемый к широкому диапазону действий для создания и повышения эффективности работы команды. Еще в годы Второй мировой войны (в 40-х годах прошлого века) британскими специалистами разрабатывались и осуществлялись различные мероприятия, нацеленные на сплочение и повышение организованности команды. В 50-х годах тимбилдинг возник в бизнес-сообществе (в конечном счете – как эффективный инструмент увеличения объема продаж), но он также вполне применим и как технология повышения эффективности профессиональной деятельности любого коллектива. Тимбилдинг – это взрослое мероприятие, в котором решаются вопросы внутрикорпоративного командообразования, сплоченности, укрепления культуры и так далее. Но существует еще и такое понятие, как «детский тимбилдинг». Есть мнение, что именно Россия является одной из родоначальниц этого явления. История детского и юношеского командообразования берет свое начало со времен пионерских лагерей, туристических слетов и многодневных походов.

Детский тимбилдинг – это не просто развлекательное мероприятие, направленное на веселое времяпрепровождение. Это целенаправленные задания, которые в ненавязчивой игровой форме призваны сплотить детский коллектив, научить ребят разговаривать и договариваться между собой, дружить и поддерживать друг друга, обучить взаимопомощи и взаимовыручке. Это своего рода такой инструмент, который укрепляет команду. Т.е. детский тимбилдинг – это полноценная система формирования внутригрупповых неформальных дружеских связей, раскрытие личностного потенциала и лидерских качества каждого участника, формирование чувства ответственности и взаимопомощи, поиск новых способов общения и ведения диалога. Достоинство технологии детского тимбилдинга – для большинства игр не требуется никаких приспособлений. Местом проведения тимбилдинга может быть и комната детского объединения, и школьные коридоры, и спортивный и музыкальный

залы, и стадион, и живописные зоны отдыха – главное, оторваться от привычного рабочего места.

Упражнения на командообразование могут проводиться с двумя разными тренерскими целями: показать членам группы, что они пока еще не являются идеальной командой или, наоборот, дать группе ощущение мощной, сильной, сплоченной команды. Также упражнения на командообразование часто затрагивают вопросы эффективной коммуникации, распределения ролей в группе.

Основная цель тимбилдинга – создание позитивных изменений в социально-психологических параметрах команды после непосредственного участия в обучении, что способствует эффективной работе команды в реальных условиях.

Задачи тимбилдинга: продемонстрировать преимущества командной работы; усовершенствовать общение в команде; освоить навыки обратной связи; усовершенствовать процессы принятия решений в команде; научить видеть человека в командной роли, развить среди членов команды уважение к роли каждого, улучшить способность принимать ограничения и использовать сильные стороны каждого участника; получить удовольствие от совместной работы.

Некоторые принципы работы.

1. Не стоит сильно увлекаться играми соревновательного характера.
2. В игре лучше всего использовать местоимение «мы».
3. Ни в коем случае нельзя сравнивать детей, ни по каким параметрам.

При этом следует подчеркнуть значимость каждого ребенка.

4. После выполнения задания похвалы достоин абсолютно каждый.

5. При составлении сценария следует учитывать, что постепенное усложнение упражнений дает ощущение прогресса и стимул двигаться вперед [2; 4].

Описание упражнений

Упражнения на знакомство участников группы

Упражнение «Прилагательное на первую букву имени»

Цель: знакомство участников группы, снятие тревожности.

Ход упражнения. Каждый участник называет свое имя в таком виде, как любит, чтобы его называли, и подбирает на первую букву своего имени прилагательное, которое как-то его характеризует, отражает какие-то особенности его характера, его индивидуальности. Например, «Я Мариночка. Я мудрая, аккуратная...», упражнение «Я могу, я умею...»

Цель: возможность познакомиться друг с другом, узнать новое об участниках группы, если прежде члены группы были знакомы. Ход упражнения.

Каждый участник по очереди должен продолжить фразу: «Я могу, я умею». Работа происходит по кругу. Вопросы для обсуждения:

- Кто испытывал неловкость, затруднения?
- Кому показалось, что кто-то хвастается?
- Узнали ли вы что-то новое об участниках группы?
- Если фраза в упражнении была построена наоборот, были бы у вас затруднения? Почему?

Упражнение «Мы с тобой похожи тем, что...»

Цель: познакомиться (если участники не знают друг друга), узнать, чем они похожи, найти приятелей по интересам. Ход упражнения. Участники выстраиваются в два круга – внутренний и внешний, лицом друг к другу. Количество участников в обоих кругах должно быть одинаковое. Участники внешнего круга говорят своим партнерам напротив фразу, которая начинается со слов: «Мы с тобой похожи тем, что...». Например, тем, что живем на планете Земля, учимся в одном классе и т.д. Участники внутреннего круга отвечают: «Мы с тобой отличаемся тем, что...». Например, тем, что у нас разный цвет глаз, разная длина волос и т.д. Затем по команде ведущего участники внутреннего круга передвигаются (по часовой стрелке), меняя партнера. Процедура повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не повстречается с каждым участником внешнего круга.

Вопросы для обсуждения:

- Какие эмоции испытывали во время упражнения?
- Что нового узнали о других?
- Что интересное узнали?

Упражнения «ледоколы», «зажигалки», «разминки»

Упражнение «А я еду...»

Цель: разрядка участников, расслабление.

Ход упражнения. 1 вариант. Участники садятся в круг. В кругу на один стул больше. Один из участников (по часовой стрелке) садится на пустой стул и говорит: «А я еду». Следующий участник, по цепочке, передвигается на пустой стул и говорит: «А я рядом». Следующий за ним садится на освободившийся стул и говорит: «А я зайцем». Следующий пересаживается и говорит: «А я с ...» (называет имя любого участника). Названный человек пересаживается рядом. Таким образом, круг разрывается, и вся цепочка начинается заново. С каждым разом участники пересаживаются по часовой стрелке все быстрее и быстрее. 2 вариант. Участники садятся в круг. В кругу на один стул больше. Один из участников (по часовой стрелке) садится на пустой стул и говорит: «А я еду». Следующий участник, по цепочке, передвигается на пустой стул и говорит: «А я рядом». Следующий за ним садится на освободившийся стул и говорит: «А я

зайцем». Следующий пересаживается и говорит: «А я с ...» (имя любого участника). Названный человек пересаживается рядом и называет факт о себе.

Упражнение «Чужие коленки»

Цель: развитие внимательность и навыков группового взаимодействия.

Ход упражнения. Все садятся в плотный круг, чтобы соседи могли дотянуться до коленей друг друга таким образом: правую руку на левую коленку соседа справа, а левую – на правую коленку соседа слева. Сама игра заключается в том, чтобы руки хлопали по коленкам последовательно, не обгоняя друг друга, не сбивая порядок расположения рук. Когда группа освоила хлопки по кругу, задание усложняется. Любой участник, когда очередь доходит до него, может поменять направление движения хлопков. Для этого ему необходимо хлопнуть дважды своей рукой по коленке, на которой она лежит. Тот, чья рука пропустила этот сигнал, убирает свою руку. Выбывает тот участник, который ошибся дважды. Однако это условие может быть изменено следующим образом: выбывший участник выбывает не навсегда, а пропускает один круг. Также в качестве усложнения можно ввести следующее правило: выбывшие члены группы переходят со своими стульями (или просто садятся на корточки) в центр круга, где образуют свой внутренний круг. Там игра начинается снова, а выбывшие оттуда превращаются в зрителей. Два круга сосуществуют одновременно, и игра становится еще более эмоциональной. Допустившие ошибку могут оставаться в игре по согласованию с группой.

Упражнение «Путаница»

Цель: повышение степени групповой сплоченности. Настрой участников на взаимодействие. Ход упражнения. Участники встают в круг и протягивают правую руку по направлению к центру круга. По сигналу ведущего каждый участник обязан найти себе «друга по рукопожатию». Затем все участники вытягивают левую руку и так же находят себе «друга по рукопожатию» (важно чтобы друзья по рукопожатию были разные). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т.е. снова выстроиться в круг, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить тем, что запретить всяческое общение между участниками.

Упражнение «Путанка»

Цель: сплочение, улучшение взаимопонимания участников. Ход упражнения. Все берутся за руки, стоя в кругу и начинают запутываться. Когда запутались все, и получилась одна большая «путанка», можно вообразить, что вся группа превратилась в одного огромного зверя. Теперь срочно необходимо определить, где находится его голова, а где хвост. («Кто будет головой? А кто хвостом?», – спрашивает ведущий). Когда зверь сориентировался, где его право, а где его лево, он должен научиться двигаться во все стороны, в том числе и

назад. А потом, зверь должен пробежаться, и может быть даже кого-то, попавшегося по пути, «съесть»

Вопросы для обсуждения:

- Какие ощущения и эмоции испытывали при выполнении задания?

Упражнение «Постройтесь по росту!»

Цель: преодолеть барьеры в общении между участниками, раскрепостить их. Ход упражнения. Участники становятся плотным кругом и закрывают глаза. Их задача состоит в том, чтобы построиться в ряд по росту с закрытыми глазами. Когда все участники найдут свое место в строю, надо дать команду открыть глаза и посмотреть, что же получилось. После упражнения можно обсудить, сложно ли было выполнить это задание (как себя чувствовали участники) или нет.

Примечание: игра имеет несколько вариантов. Можно дать задание построиться по цвету глаз (от самых светлых до самых темных, разумеется, не закрывая глаза), по цвету волос, по теплоте рук и т.д.

Вопросы для обсуждения:

- Удалось ли группе это сделать?
- Что помогало? Что поддерживало?
- Какие эмоции испытывали во время упражнения?

Упражнение «Броуновское движение» («Атомы и молекулы»)

Цель: раскрепощение членов группы, на установление контактов друг с другом. Первичная настройка: группу просят закрыть глаза и представить, что каждый человек – маленький атом, а атомы, как известно, способны соединяться и образовывать молекулы, которые представляют собой достаточно устойчивые соединения.

Ход упражнения. Ведущий: «Сейчас вы откроете глаза и начнете беспорядочное движение в пространстве. По моему сигналу (сигнал оговаривается) вы объединитесь в молекулы, число атомов в которых я также назову. Когда будете готовы, откройте глаза». Участники начинают свободное перемещение в пространстве и, услышав сигнал ведущего, объединяются в молекулы. Подвигавшись, некоторое время цельным соединением, молекулы вновь распадаются на отдельные атомы. Затем ведущий снова дает сигнал, участники снова объединяются и т.п. Если последним числом атомов в молекуле будет два, то упражнение служит хорошим способом деления группы на пары для последующей работы.

Примечание: На первом занятии следует избегать конфликтных ситуаций, когда при названном числе группа не может разделиться поровну и остаются «лишние участники» или некоторым молекулам не хватает атомов до нужного числа.

Управление «Поменяйтесь местами те, кто...»

1 вариант

Цель: разогрев группы, раскрепощение участников тренинга, удовлетворение потребности получения информации о других членах группы и подачи информации о себе. Ход упражнения. Участники сидят в кругу, а один стоит в центре и говорит фразу: «Поменяйтесь местами те, кто...», указывая какое-то качество, присущее ему самому. Те, кто обладают тем же качеством, меняются местами. Если участник встал со стула, то обратно на свой стул садиться он уже не может. Задача «ведущего» – занять свободное место. Тот, кто остался без стула, становится «ведущим».

2 вариант

Цель: активизация участников группы.

Ход упражнения. Участники сидят в общем кругу. Ведущий просит встать и найти себе новое место в кругу всех тех, кто обладает определенными характеристиками, например:

- имеет светлые волосы;
- имеет пуговицы на ботинках;
- считает себя добрым;
- в черных туфлях;
- любит играть в теннис;
- любит собак;
- любит болтать по телефону;
- кто любит красный цвет;
- кто любит мороженое;
- у кого есть дома собака (кошка);
- кто любит ходить в кино.
- кто любит петь;
- кто любит танцевать;
- кому сколько лет;
- кто первый раз участвует в тренинге;
- любит ли читать фэнтези;
- любит ли смотреть телесериалы;

любимый вид спорта (волейбол, баскетбол). Пока участники меняются местами, ведущий занимает один из освободившихся стульев. Участник, оставшийся без стула, становится ведущим.

Игра продолжается 5–10 минут (до тех пор, пока группа не придет в активное работоспособное состояние).

- Как вы себя чувствуете?
- Что нового вы узнали о себе (или других) выполняя это задание?

Что бы вы сделали по-другому, если бы выполняли это упражнение во второй раз?

Какой была группа?

Какова была моя роль при выполнении упражнения?

Какие чувства возникали в ходе выполнения упражнения?

Упражнения на групповое взаимодействие

Упражнение «Дом»

Цель: осознание своей роли в группе, стиля поведения. Ход упражнения. Участники делятся на 2 команды. Ведущий дает инструкцию: «Каждая команда должна стать полноценным домом! Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором? Выбор за Вами! Но не забывайте, что Вы должны быть полноценным и функциональным домом! Постройте свой дом! Можно общаться между собой». Психологический смысл упражнения: Участники задумываются над тем, какую функцию они выполняют в этом коллективе, осознают, что все они нужны в своем «доме», что способствует сплочению. Вопросы для обсуждения:

Как проходило обсуждение в командах?

Сразу ли Вы смогли определить свою роль в «доме»?

Почему Вы выбрали именно эту роль? Необходимо подчеркнуть, что каждая часть Вашего «дома» важна и нужна в нем, каждая несет свою определенную функцию, без которой дом не может быть полноценным! Упражнение «Машина» Задание: из всех членов группы построить любой действующий механизм. Вопросы для обсуждения:

Как шло обсуждение?

Как пришли к общему решению?

Брал ли кто-то инициативу на себя?

Как шло выполнение задания?

Что помогало при выполнении задания?

Что мешало при выполнении задания?

Упражнения для разбивки участников на группы

Многие упражнения выполняются в малых группах. Нетрадиционный метод деления привлечет внимание всех, даже самых пассивных, и поднимет настроение группы. К тому же после такой небольшой разрядки улучшится дальнейшее восприятие

Упражнение «Позывные». Вначале определяется число требуемых команд (к примеру, четыре). Заранее перед игрой на бумажном квадрате записываются названия, слова, цифры: («13», «01», «666», «911»). Надо как можно быстрее объединиться в группы с одним названием. Для этого, получив

бумажный квадратик и прочитав слово, записанное на нем, необходимо найти ребят, у которых такие же бумажки, и, выкрикивая это слово, собрать свою команду.

Упражнение «Открытка-пазл». Возьмите старые открытки или картинки и разрежьте на части. Если хотите в итоге получить 5 малых групп по 4 человека в каждой, возьмите 5 открыток и разрежьте на 4 части каждую. Перемешайте получившиеся пазлы и предложите участникам взять по одному. По сигналу все отправляются на поиски своих партнеров по команде. Члены одной малой группы должны составить из своих пазлов целую открытку.

Упражнение «Зоопарк». Каждому участнику тренер шепчет на ухо название какого-нибудь животного. Если вы хотите получить 3 команды, назовите 3 вида животных, например, кролик, кенгуру и черепаха. Затем предложите объединиться в команды представителям одного вида. Обязательное условие: нельзя произносить ни слова. Разрешается подражать движениям животного, издавать характерные для него звуки.

Примечание. Если не хотите, чтобы игра закончилась, не успев начаться, не называйте животных с хорошо знакомыми звуками.

Упражнение «Движение». Разновидность предыдущей игры заключается в том, что тренер шепчет на ухо каждому участнику движение, которое ему необходимо будет повторять. Например, пожать руку, показать язык, чесать затылок или хлопать в ладоши. Если вам требуется 5 команд, назовите 5 различных движений. Ученики перемещаются по комнате и ищут членов своей команды по производимым движениям. Говорить что-либо запрещается.

Упражнения «заминки» для завершения работы

Упражнение «Клубок комплиментов» («Клубок»)

Цель: завершить занятие, получить приятные пожелания, расслабиться.

Ход упражнения.

1 вариант.

Вся группа стоит в круге. Участники передают друг другу клубок ниток, проговаривая, что значит для него данный человек, произнося пожелания, слова благодарности (любому участнику, не обязательно соседу справа или слева). Постепенно середина круга превращается в узор из натянутых нитей. Когда круг завершен, каждый участник натягивает свою нить, и группа минуту стоит с закрытыми глазами, стремясь прочувствовать другого человека.

2 вариант.

Упражнение выполняется в кругу. Первый участник бросает клубок любому однокласснику, предварительно наматывая на палец начало нитки, и говорит ему какой-нибудь комплимент. Получивший клубок обматывает палец ниткой и кидает клубок дальше. Так образуется паутина. Важно, чтобы клубок

побывал у всех участников. Потом клубок отправляется в обратный путь: перекидывая клубок, каждый благодарит своего одноклассника за тот комплимент, который он сделал на предыдущем этапе игры. Упражнение «Я желаю тебе завтра...»

Цель: завершить занятие, получить приятные пожелания, расслабиться.

Ход упражнения. Участники стоят в кругу и по очереди желают соседу справа, себе и соседу слева чего-нибудь хорошего на завтрашний день.

Упражнение «Чем мне нравится моя группа»

Ход упражнения. В любой форме, приемлемой для группы, обсуждается вопрос «чем мне нравится моя группа». Варианты: «Копилка» (анонимно), коллаж (например, «Ладони» с записанными [5; 6]).

IV. Содержание и средства физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые в летних оздоровительных лагерях

Утренняя гимнастика. Является дисциплинирующим средством, способствует организованному началу дня. Улучшает деятельность всех органов, являясь профилактическим средством против простудных и других заболеваний.

Основная задача – привить ребятам устойчивый интерес и привычку выполнять утреннюю гимнастику дома.

Требования к выполнению утренней гимнастики: быстрый выход, четкое построение, правильное выполнение каждого упражнения. Дистанция и интервал 1,5–2 шага, количество упражнений в комплексе от 8 до 10. Упражнения выполняются под счет на 2, 4, 6, 8, количество повторений от 2 до 4 раз.

Задачи УГГ: содействовать активизации функций всех систем организма и сокращению «периода вработывания» в предстоящую деятельность; укреплению здоровья, закаливанию и правильному физическому развитию; формированию привычки к систематическому использованию доступных средств физического воспитания в режиме дня, навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями; организованному началу дня.

Содержание комплекса и последовательность расположения в нем упражнений определяются с учетом оздоровительных задач, общих методических требований и обеспечения разносторонних воздействий на организм детей.

Для обеспечения эффективности занятий целесообразно организовать предварительное разучивание упражнений, например, на физкультурных занятиях, а введение новых упражнений в комплекс осуществлять постепенно, с таким расчетом, чтобы полностью он менялся раз в 6 дней. С целью формирования у занимающихся навыков самостоятельной работы следует чаще поручать проведение утренней гимнастики самим отдыхающим, обеспечивая при этом организационно-методическую помощь.

Купание является прекрасным средством для укрепления здоровья и закаливанию. Проводится купание под руководством инструктора по плаванию. Во время купания должен присутствовать медицинский работник. Вожатые и воспитатели отвечают за организацию купания своего отряда.

Сложности организации купания возникают в связи с тем, что в любом отряде лагеря будут дети, не умеющие плавать. Перед купанием вожатый отряда проводит опрос и выясняет кто из детей может проплыть любым способом 15–25 метров.

Составляет список не умеющих плавать, с которыми в дальнейшем организуются отдельные занятия по обучению плаванию.

Первую половину купания следует организовать так, чтобы оно было своеобразной тренировкой по заданию инструктора по плаванию, под наблюдением вожатого. Для лучшего осуществления контроля, удобно купающихся разбить на пары. Это позволит им следить друг за другом.

Вторая часть занятий посвящается произвольному купанию. В это время ребята могут принимать участие в играх под руководством вожатого. Вожатый во время купания отряда должен находиться в воде.

Места, где проводится купание, должны быть обеспечены спасательными кругами, шестами, веревками, лодками. Длительность купания определяет медперсонал, в зависимости от t воды и воздуха.

Занятия проводят инструктор по плаванию и физической культуре. К занятиям привлекаются вожатые и педагоги, имеющие соответствующую подготовку, они получают инструктаж к каждому занятию. Планирование производится так, чтобы у каждого отряда за неделю было по 3–5 занятий, но не за счет времени, отведенного на купание. Продолжительность занятий 30–40 мин.

Количество занимающихся в одной группе, не умеющих плавать, не должно быть более 10 человек. Требования к водоему и температуре воды регламентируются Приложением № 7 Методических рекомендаций органам местного самоуправления по реализации ФЗ от 06.10.2003г. № 131 «Об общих принципах местного самоуправления в РФ» в области гражданской обороны, защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций, обеспечения пожарной безопасности и безопасности людей на водных объектах (Министерство РФ по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий).

При купании и занятиях по обучению плаванию все дети должны пройти инструктаж по охране труда и технике безопасности, правил поведения на воде.

Легкоатлетическая подготовка. В лагере нужно специально планировать соревнования: по бегу; эстафетному бегу; прыжкам в длину, с места, с разбега; по различным видам метаний. Кросс на местности развивает одно из жизненно важных качеств – выносливость. Медленный, длительный, оздоровительный бег доступен для всех возрастов. В отрядах кроссовому бегу необходимо уделять значительное внимание, организуя конкурсы на преодоление количества километров целиком звеньями за смену. Можно также вести подсчет бегового времени.

Соревнования по легкой атлетике наиболее доступные и не требуют дополнительного спортивного оборудования мероприятия.

Прикладные упражнения. Это средство для общей физической подготовки. В группу прикладных упражнений входят: ходьба и бег; упражнения в равновесии; лазание и перерезание; упражнения в метании и ловле; поднимании и переноске груза; преодоление препятствий. Данный вид физкультурно-спортивной деятельности можно проводить как внутри отрядное мероприятие, так и обще лагерное.

Туристические походы. Каждый турпоход имеет свою цель. Походы могут быть экскурсионные, агитационные, военно-патриотические оздоровительные, учебные, познавательные. Цель влияет на выбор маршрута, определяет состав участников.

Численность группы не должна превышать 15 человек. Разница в возрасте 1–2 года. Для участников похода необходимо провести собрание, для обсуждения вопросов подготовки и проведения похода (экипировка, питание, привалы, остановки, общее снаряжение, личное снаряжение, обязанности). Место отдыха, стоянки должно быть безопасным и обеспеченным дровами и водой. Нельзя останавливаться вблизи деревень и дорог.

Отрядные физкультурные занятия организует вожатый со своим отрядом «час физкультуры». Эти занятия должны проводиться в форме, близкой к игровой и соревновательной «кто лучше», «кто быстрее», «кто выше» и т.д. В отрядном плане, необходимо ежедневно выделить для физических упражнений от 30 минут до 1,5 часа.

Основа «часа физкультуры» может состоять из подвижных или спортивных игр и упражнений по желанию детей.

Спортивно-массовые мероприятия составляют основную часть содержания двигательного режима. В оздоровительном лагере созданы все условия, для занятий спортом и подготовки к выполнению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее по тексту ГТО). Физкультурная и спортивная работа должна планироваться так, чтобы ежедневно проводить интересные физкультурные занятия и 1–2 спортивных мероприятия: конкурсы, соревнования по подвижным или спортивным играм, плаванию, эстафетам и др.

Спортивные конкурсы. Эти непродолжительные по времени состязания, в которых результаты определяются без секундомеров и рулеток, не требуют специальной подготовки и могут проводиться даже в начале лагерной смены. Главное преимущество конкурсов – в них могут принять участие все дети. А игровой метод и подведение личных и командных итогов служат гарантией несомненного к ним интереса. В задачу конкурсов не входит изучение техники выполнения упражнений.

Они способствуют закреплению имеющихся умений и выработке физических качеств.

Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются средством всестороннего физического развития. Планируются с учетом возрастных особенностей. Игры на местности «Поиск сокровищ», «Форт Боярд», «Остров Сокровищ», «Зарница» – одно из востребованных мероприятий среди детей, прекрасная подготовка к туристическому походу, соревнованиям по спортивному ориентированию. Планируя игру, лагерные руководители должны поставить задачу изучить и отработать те элементы, которые будут впоследствии в нее включены. При проведении не требуется деления детей по возрасту и физической подготовке.

Спортивные игры. Проводятся по виду спорта в соответствии с правилами.

Организуя спортивные игры с наиболее физически слабыми детьми, и детьми младше 12 лет, рекомендуется проводить игры по облегченным правилам и производить зачет по двум командам от звена.

Спартакиада. В крупных лагерях, где более 15–20 отрядов, спартакиаду лучше проводить по отрядам, где разница в возрасте детей составляет 1–2 года.

Соревнования между младшими группами следует проводить отдельно и по игровой программе. В лагерной спартакиаде должно быть строго регламентировано количество участников от каждого отряда. Выявляются как чемпионы среди возрастных групп, так и абсолютные чемпионы лагеря. Спортивные соревнования проводятся, прежде всего, по видам упражнений, составляющим содержание президентских тестов; соревнования могут проводиться по отдельным упражнениям день бегуна, день прыгуна и т. п. Традиционными являются соревнования по подвижным и спортивным играм. Условия проведения: парад открытия и закрытия; судейство; ведение протоколов; уход за площадками; награждение и чествование победителей организаторов и судей. Обще лагерная спартакиада проводится в конце смены, что дает возможность подготовиться всем участникам. Ее результаты могут выступать в качестве объективной оценки работы по физическому воспитанию. Всем обще лагерным соревнованиям предшествуют отрядные. Перед началом любого занятия или мероприятия необходимо проводить беседу и инструктаж по соблюдению правил безопасности. В обязательном порядке проводить, кроме УТГ, организованную разминку, направленную на подготовку организма к предстоящей физкультурно-спортивной деятельности [8].

V. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в летних оздоровительных лагерях

Одним из условий во время организации и проведения мероприятий физкультурно-спортивной направленности – это учет гендерной принадлежности и возрастной категории, физическую подготовленность и функциональные возможности организма детей.

Дети младшего возраста 6–8 лет:

- подвижные игры с бегом и прыжками должны быть ограничены по времени и сопровождаться частыми перерывами, а также сменой характера движений;
- недопустимы игры, связанные с большими силовыми нагрузками и длительным неподвижным сидением за столом;
- детям важно быть «Ведущим» в игре, поэтому выбор «Ведущего» должен быть каждый раз обоснован или может быть выбран с помощью считалки;
- детей надо учить играть, не нарушая правил, приучать действовать по сигналу;
- заканчивая игру, важно отметить лучших, инициативных игроков;

Дети среднего возраста 9–11 лет:

- подвижные игры не должны содержать излишних эмоциональных нагрузок;
- некоторые игры-соревнования желательно проводить отдельно для мальчиков и девочек; «вожатый играет роль не прямого наставника, а старшего члена коллектива, руководит игрой «изнутри».

Подростки 12–17 лет:

- игра должна быть осмысленная, деятельная, достаточно сложная;
- игра может быть рассчитана на длительное время;
- важно, чтобы подростки осознавали нужность игры, ее полезность;
- во временном детском объединении игра выполняет важную коллективно-образующую роль.

Игра позволяет регулировать эмоциональный тонус подростков, поддерживать интерес к предлагаемым им видам деятельности.

Перед участием в мероприятиях на отрядных часах желательно проводить обучение правилам предстоящих соревнований и мероприятий. Формировать команды из числа желающих и владеющих навыками и умениями того вида спорта, по которому предстоит состязания. Ребята, которые не будут состязаться, готовят кричалки, речевки в поддержку членов своей команды.[8]

Особо следует обратить внимание, что при организации культурно-досуговой и спортивно-оздоровительной деятельности как в детском летнем лагере, так и в условиях летней площадки при школе следует учитывать возраст обучающихся и особенности их психоэмоционального развития.

Литература

1. «Программный ориентир лета» (Технологии организации жизнедеятельности детского оздоровительного лагеря). – Оренбург, ООО «Руссервис», 2013. [Электронный ресурс] – URL: https://studbooks.net/1902619/pedagogika/organizatsiya_raboty_kulturno_dosugovoy_deyatelnosti_detskom_obrazovatelnom_ozdorovitelnom_lagere_detmi
2. Организация массовых мероприятий в детском оздоровительном лагере. Методические рекомендации /Батаева М.Д., Галой Н. Ю., Голышев Г.С. и др.; Под общей редакцией Е. А. Левановой, Т. Н. Сахаровой. – Москва: МПГУ, 2017. – 212 с.
3. Методическое пособие по тимбилдингу (командообразованию) – внеурочная работа, прочее (kopilkaurokov.ru) [Электронный ресурс] – URL: https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/prochee/mietodichieskoie_posobiie_po_timbildingu_komandoobrazovaniiu
4. .Методическое пособие по тимбилдингу (командообразование) Что такое тимбилдинг? – Электронный ресурс: Образовательная социальная сеть (nsportal.ru). [Электронный ресурс] – URL: https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/prochee/mietodichieskoie_posobiie_po_timbildingu_komandoobrazovaniiu
5. Методические рекомендации по организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми в период летней оздоровительной кампании / Под общей редакцией Н.С. Федченко. – М., 2020.
6. Байбородова Л.В. Воспитательная работа в детском загородном лагере/ Л.В. Байбородова, М.И. Рожков. – Ярославль: Академия развития, 2003.
7. Буданова Г.С. Летняя страна детства / Г.С. Буданова // Народное образование, 2001.
8. Таран Ю.В. Социально-педагогическая деятельность детского оздоровительного лагеря / Ю.В. Таран // Народное образование, 2004.
9. Юзефавичус Т.А. Советы бывалого вожатого: Учебно-практическое пособие для организаторов летнего отдыха детей / Т.А. Юзефавичус. – М.: Педагогическое общество России, 2005.

Автор-составитель:
Киселева В.С.

**КАНИКУЛЯРНЫЙ ОТДЫХ ДЕТЕЙ,
ИЛИ КАК СДЕЛАТЬ РЕБЕНКА СЧАСТЛИВЫМ...**

Методическое пособие

Подписано в печать 15.03.2023 г. Бумага офсетная.
Формат 60x84/16. Гарнитура «Times New Roman».
Печать лазерная. Усл. печ. л. 2
Тираж 100 экз.

ГАУ ДПО СОИРО
214000, г. Смоленск, ул. Октябрьской революции, 20а

