

Зміст

1. Вступ.....	1
2. Положення про дитячий оздоровчий табір із денним перебуванням.....	2
3. Організація методичної роботи в дитячому оздоровчому закладі.....	4
4. У гості до Відпочинку (поняття про оздоровчий та безпечний відпочинок).....	9
5. Фізкультурно – спортивна робота у літньому таборі	13
6. Інструкція з охорони праці Вимоги безпеки під час проведення спортивно – масових заходів.....	15
7. Комплекс рухливих ігор.....	17
8. Естафети з елементами спортивних ігор.....	19
9. Ігри – атракціони.....	20
10. Естафети з колективними діями	21
11. Рухливі командні ігри.....	22
12. Вимоги безпеки під час занять плаванням	26
13. Розваги на воді.....	29
14. Форми роботи Екскурсія.....	33
15. Гра	35
- Пізнавальні ігри.....	36
- Ігри у приміщенні.....	38
- Музичні ігри під час масовок.....	40
16. Вікторина.....	42
17. Аукціон.....	44
18. Для тих, хто в поході.....	48
19. Дитяче самоврядування у літньому таборі.....	51
20. Загонове самоврядування в літньому оздоровчому таборі.....	54
21. Конкурси для лідерів команд	56
22. Шпаргалка для вихователя.....	58
- Робота з агресивними дітьми.....	59
- Робота з тривожними дітьми.....	60
- Робота з аутичними дітьми.....	61
23. Інформація для батьків.....	62
24. Література.....	65

Вступ

Літо. Відпочинок. Табір. Для одних це пізнання себе і навколишнього світу, радість спілкування і нових зустрічей. Для інших — гіркота нерозуміння, невизнання, безрадісний місяць, така коротка мить і водночас такий довгий проміжок часу.

Літні канікули складають значну частину річного обсягу вільного часу школярів. Тому літо для них - це, насамперед, розрядка напруженості за рік, поповнення витрачених сил, відновлення здоров'я. Літо - це час втілення своїх планів, задоволення індивідуальних інтересів в особистісно значущих сферах діяльності, розваг, свободи вибору занять, набуття нового життєвого досвіду.

Табір - це новий світ дитини, нехай і тимчасовий, але дуже важливий.

Він дає змогу розширити соціальний досвід, досвід творчого спілкування з новими друзями - однолітками й дорослими. Табір - це сфера активного відпочинку, це різноманітна суспільно значуща діяльність, відмінна від типової повчальної, дидактичної, словесної шкільної діяльності в умовах природи й унікальності літнього канікулярного часу. Табір надає дітям рівні права, тому що тут немає відмінників і невстигаючих, «маміїв» і ледарів.

Табір - це чудова можливість для максимального розвитку творчих здібностей, задоволення суверенних інтересів кожної дитини, вдосконалення особистісних можливостей, долучення до культурних і освітніх цінностей.

Положення про дитячий оздоровчий табір із денним перебуванням

Загальні положення

- 1.1. Дитячий оздоровчий табір із денним перебуванням є позашкільним оздоровчо-виховним закладом
- 1.2. Дитячий оздоровчий табір створюється з металізації права кожної дитини на повноцінний відпочинок, оздоровлення, зміцнення здоров'я, задоволення інтересів і духовних запитів відповідно до індивідуальних потреб дітей шкільного віку.
- 1.3. Дитячий оздоровчий табір є сезонним, розміщується в стаціонарному приміщенні на базі шкільного закладу термін роботи встановлюється 06 до 21.06 з 9.00 до 14.00 години.
- 1.4. Засновником дитячого табору є районний відділ освіти і загальноосвітній навчальний заклад.
- 1.5. Дитячий оздоровчий табір здійснює свою діяльність відповідно до законодавства України.

Організація і основна діяльність

- 2.1. Дитячий оздоровчий табір діє на основі даного положення, яке затверджується засновниками.
- 2.2. Зарахування дітей до оздоровчого табору здійснюється на основі заяв та довідок (для дітей - сиріт та дітей із малозабезпечених сімей).
- 2.3. Враховуючи вікові особливості дітей у дитячому оздоровчому таборі створюються загони до 20 осіб.
- 2.4. У оздоровчому таборі діти знаходяться під ядом медпрацівника, вихователів.
- 2.5. Дитячий оздоровчий табір працює за класним планом роботи, організовує та здійснює різноманітні масові заходи.
- 2.6. Зміст, форми і методи роботи в оздоровчому таборі спрямовані на виховання громадян України, розвиток творчих здібностей, оздоровлення дітей та визначаються потребами дитини в соціалізації.

Господарське утримання та фінансування

- 3.1. Дитячий оздоровчий табір знаходиться на балансі засновника або уповноваженого ним органу підрозділу засновника районного відділу освіти.
- 3.2. Джерелами фінансування оздоровчого табору кошти місцевого бюджету засновника, Всеукраїнського фонду оздоровлення та відпочинку дітей, добровільні внески громадян та благодійні пожертвування.

- 3.3. Керівництво табору забезпечує дітей, які у ньому знаходяться, харчуванням належної якості, відповідно до встановлених норм та правил санітарно - гігієнічного і протипожежного нагляду.
- 3.4. Вимоги до території, споруд дитячого табору, його обладнання визначаються будівельними, санітарно-гігієнічними правилами і нормами.
- 3.5. Органи місцевого самоврядування виділяють кошти на придбання продуктів харчування, здійснення санітарно-епідеміологічного нагляду, бактеріологічного обстеження та медичний огляд персоналу.
- 3.6. Засновник забезпечує оздоровчий табір та його працівників санітарними паспортами, інструкціями з техніки безпеки, профілактики травматизму і попередження нещасних випадків із дітьми.

Кадрове забезпечення

- 4.1. Підбір кадрів дитячого оздоровчого табору здійснюється його засновником - районним відділом освіти і дирекцією загальноосвітнього навчального закладу.
- 4.2. Кожен працівник повинен подати медичну довідку про стан здоров'я, бути ознайомленим з умовами праці, правилами внутрішнього розпорядку, посадовими обов'язками.
- 4.3. Працівники повинні дотримуватись вимог трудової дисципліни, етики стосунків, виконувати плани оздоровчо-виховної роботи.
- 4.4. Штатний розклад оздоровчого табору затверджується засновником у погодженні з профспілковим комітетом та відповідно до типових штатів персоналу дитячих оздоровчих закладів.
- 4.5. Для працівників табору встановлюється п'ятиденний робочий тиждень із двома вихідними днями.

Охорона життя та здоров'я дітей

- 5.1. Працівники оздоровчого табору в межах покладених на них обов'язків несуть персональну відповідальність за безпеку життя і здоров'я дітей, які відпочивають і оздоровлюються у дитячому закладі.
- 5.2. При роботі з дітьми працівники проходять інструктаж із техніки безпеки.
- 5.3. Необхідно розробити режим дня роботи табору і неухильно його виконувати.
- 5.4. Споруди і приміщення, в яких знаходиться табір, повинні бути обладнані протипожежною, сигналізацією та вогнегасниками. Працівники табору - ознайомлені з планами евакуації дітей, на випадок пожежі та стихійного лиха.

ОРГАНІЗАЦІЯ МЕТОДИЧНОЇ РОБОТИ В ДИТЯЧОМУ ОЗДОРОВЧОМУ ЗАКЛАДІ

Велика літня перерва у школярів - це період зміцнення їхнього здоров'я, пізнання цікавого, нових знайомств та пригод; це пора морального загартування, духовного збагачення, пора яскравих вражень, творчості, активного пізнання світу та себе в ньому.

З метою організації повноцінного відпочинку, оздоровлення та лікування дітей у літній період, залучення для цього максимальної кількості дитячих оздоровчих закладів і фахівців, забезпечення якісного медичного обслуговування і харчування, створення належних умов для культурно-виховної, фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи щорічно в районі, на базі загальноосвітніх шкіл, функціонують пришкільні оздоровчі табори та табори праці й відпочинку для старшокласників.

Дитячий оздоровчий табір є позашкільним виховним закладом, що створюється з метою зміцнення здоров'я, організації активного відпочинку, задоволення інтересів і духовних потреб дітей і підлітків.

Виховна робота в дитячому оздоровчому таборі включає розумне поєднання відпочинку, праці, спорту з пізнавальною, естетичною, оздоровчою діяльністю. Зміст, форми і методи роботи в дитячому оздоровчому таборі визначаються його статутом, педагогічним колективом і ґрунтуються на принципах ініціативи й самодіяльності дітей та учнівської молоді, демократії та гуманізму, розвитку національних і культурно-історичних традицій, пріоритетності загальнолюдських духовних досягнень і цінностей, профілактики негативних проявів серед учнівської молоді, пропаганди здорового способу життя.

Організовуючи літнє оздоровлення дітей, потрібно планувати і будувати виховну роботу так, щоб кожна дитина знайшла собі справу до душі; відчувала себе сильною, творчою особистістю; збагатилась духовно і почувала себе комфортно.

Планування виховної роботи у таборі вимагає певної послідовності, системності та спадкоємності. Починаючи планування, вожатий і вихователь вивчають державні документи з питань виховання підростаючих поколінь, ознайомлюються з інструктивними матеріалами відповідних організацій, з публікаціями в педагогічній пресі про організацію літнього відпочинку дітей і молоді. Велике значення має врахування визначних дат і свят, що припадають на цей період, подій, що відбуватимуться в країні і за кордоном, календаря літніх пам'ятних дат, традицій табору, місцевих умов і можливостей, вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів і підлітків.

Планування виховної роботи буде ефективним, якщо вожатий дотримуватиметься певних методичних вимог:

- забезпечувати на практиці єдність мети і завдань, змісту форм виховної роботи;

- враховувати своєрідність роботи загонів і дружин;
- підтримувати ініціативу вихованців.

У кожному таборі складаються перспективний план на літо, календарні плани роботи табору і загону на зміну, план-сітка загонових справ, плани роботи гуртків, клубів за інтересами, робочі плани загонових вожатих (*вихователів*), методиста, заступника начальника табору з питань виховної роботи, конкретні плани підготовки та проведення різноманітних справ у таборі.

Вимоги до плану:

- суспільно-корисна спрямованість, єдність із сучасністю;
- необхідність чітких, конкретних, практичних справ, підпорядкованих визначеній меті;
- послідовність, конкретність і посиленість плану для виконання;
- врахування вікових особливостей. Перспективний план роботи складається на всі

зміни начальником табору разом із методистом, заступником та іншими членами педагогічного колективу. Він обговорюється і затверджується педагогічною радою до заїзду дітей у табір. Перспективний план може включати такі розділи:

- характеристика регіону, що оточує табір, його матеріальної бази, виховні завдання, зміст виховної діяльності табору і його основні напрями;
- національне виховання, організація суспільно-корисної праці і трудове виховання, розвиток допитливості та пізнавальної активності, естетичне виховання і розвиток культури спілкування, фізичне виховання і валеологічна, туристична й екологічна робота, організаційно-методична роботи, школа дитячого самоврядування в умовах табору тощо.

Календарний план роботи складається на одну зміну з урахуванням завдань, які зазначені в перспективному плані роботи табору, і пропозицій загонів.

Перш ніж розпочинати планування, старший вожатий на організаційних зборах ознайомлює його учасників із перспективами роботи табору на літо, завданнями на оздоровчу зміну, традиціями табору. З метою активізації вихованців (*загонів*) рада табору оголошує конкурс на кращу пропозицію у план і здійснює розвідку корисних справ. Після обговорення пропозицій рада табору складає календарний план роботи табору і визначає, який загін і хто із членів ради табору відповідає за підготовку і проведення тієї чи іншої справи. На зміну доцільно планувати не більше як 4-5 загальнотабірних справ для всіх загонів, оскільки кожна з них вимагає тривалої і ретельної підготовки.

Календарний план табору має, як правило, три розділи: загальнотабірні справи, робота з проведення заходів у загонах, оздоровлення. У додатках до плану подається розклад фізкультурних занять робочих гуртків, клубів, секцій, фіксуються дні чергування загонів. На основі цього плану складається план-сітка роботи табору на кожну зміну, який вивішують на видному місці для загального огляду.

Календарний план роботи загону складається дітьми разом із загоновим вожатим на одну зміну.

При складанні календарного плану насамперед необхідно врахувати пропозиції дітей. Порадитися з ними і з'ясувати їхні інтереси і побажання допоможуть такі форми залучення вихованців до планування роботи загону.

1. Конкурс ланок на кращі пропозиції до плану роботи загону з метою залучення всіх вихованців до планування, врахування захоплень, інтересів і бажань дітей у загоні.

Разом з організаторами конкурсу необхідно подумати про форми заохочення ланок і окремих дітей. Переможці конкурсу можуть дістати право стати організаторами запропонованої справи. На честь переможця може бути випущена «Блискавка» - привітання, проголошена подяка тощо. У результаті конкурсу найбільш цікаві та корисні пропозиції увійдуть до загонного плану.

2. Анкета «Хочу, щоб це було. Хочу, щоб було так!» Орієнтовні запитання анкети: Які справи ти пропонуєш провести в загоні? Організатором якої справи ти хотів би бути сам? Відповіді на запитання анкети дадуть можливість внести до плану найбільш важливі та цікаві справи.

3. Експертний випуск газети «А як у вас?»

У газеті лише запитання і вільне місце для відповідей: як у вас у школі проводять диспути, туристичні походи, зустрічі тощо? Які справи у школі чи в таборі, де був раніше, тобі запам'ятались?

4. Усне опитування «Ваша думка, ваша пропозиція». Його проводять дитячі репортери серед дітей і дорослих.

5. «Скарбничка пропозицій». У загоні вивішується великий конверт чи ящик «Бажаю -пропоную». Для того щоб скарбничка була більш дієвою і стимулювала дітей до прояву творчості, ініціативи, можна протягом дня випустити одну-дві «Блискавки» чи зробити повідомлення в загоні про пропозиції, що надійшли від дітей.

У період планування слід враховувати, що особливої уваги і піклування потребують наймолодші школярі. Тому до плану роботи необхідно внести ігри, конкурси, змагання для молодших дітей. Рада загону розглядає пропозиції дітей, вожатого, вихователя і найцікавіші з них включає до проекту календарного плану. До нього вносяться і загальнотабірні заходи.

На зборах загону чи під час вогника голова ради загону доводить до відома дітей проект плану. Вони можуть внести зміни, доповнення чи виправлення. З усіма змінами план роботи затверджується шляхом відкритого голосування. На цих самих зборах визначаються відповідальні за виконання кожної справи (*це можуть бути ланки, творчі групи чи окремі члени загону*). Важливо, щоб при розподілі роботи ніхто не залишився без доручень, без конкретних завдань.

Кількість запланованих справ має бути реальною, тобто посильною для виконання.

На основі затвердженого плану складається календарний план-сітка роботи загону, який звичайно вивішується у загоновому куточку.

Підготовка до табірних і загонових справ, режимні моменти, справи, що проводяться регулярно та увійшли у повсякденне життя табору (*прогулянки, купання, заняття фізкультурою тощо*), фіксуються у планах роботи на день. У таборі такий вид плану для окремих загонів дістав назву «путівка дня». Він може бути у двох варіантах (*на випадок дощової погоди*) і складається з таких частин: дата, час проведення за годинами (*ранок, день, вечір*), справи загону на день (*детально*), відповідальні за виконання.

Залежно від змісту роботи члени загону створюють ініціативні групи організаторів тієї чи іншої справи. Наприклад, під час підготовки до свята відкриття табору кожному загону необхідно підготувати своє вітання, оформити місце, розучити пісню тощо.

Календарний план роботи табору і загону може коригуватися. Інколи виникає необхідність провести захід, що не планувався, або навпаки, відмовитися від тієї справи, що була запланована. Тому в таборі широко використовується планування роботи на наступний день, що вносить відповідні корективи в «путівку дня» кожного загону.

На основі щоденних загонових планів старший педагог-організатор разом із черговим по табору складають зведений план роботи табору на наступний день і вивішують на щиті «Сьогодні у таборі». При проведенні загальнотабірних справ і свят зведений план може бути оформлений як яскрава програма дня.

Майже третина всіх дітей, які відпочивають в оздоровчому таборі, - учні початкових класів. Як правило, вони важко переживають розлуку із сім'єю, тому вожаті й вихователі повинні ставитися до них з особливою увагою і теплотою. При плануванні роботи з молодшими школярами необхідно враховувати, що в цьому віці діти не можуть довго займатись однією справою, одноманітність їх стомлює. Тому в загонових планах на день має бути чергування різних занять (*спортивних, пізнавальних, трудових тощо*). Колективні справи у загоні потрібно поєднувати з організованим відпочинком у вільний час (*тихі ігри, читання книг, спілкування з друзями тощо*). Молодші школярі люблять ігри, різноманітні конкурси, їм подобається малювати, майструвати, подорожувати. З метою загартування дітей рекомендується планувати більше прогулянок до лісу, рухливі ігри на свіжому повітрі. Правильна організація купання і загартування, прийом сонячних і повітряних ванн, прогулянки до лісу, чергування активного руху з відпочинком, поєднання праці й відпочинку - найважливіші умови зміцнення здоров'я молодших школярів. Чільне місце у змісті виховної роботи дітей посідає знайомство з природою, природоохоронна діяльність.

При плануванні роботи з учнями початкових класів вожатий, вихователь враховують місцеві умови, дати календаря, побажання дітей, а також ті завдання, що вони отримали на літо від учителів.

Молодші школярі беруть активну участь у виховних заходах усього табору. У цьому допомагає дружба старших загонів із молодшими. З метою успішної організації спільних справ вожатий загону молодших школярів погоджує свій план із загон-шефом. Усього за зміну діти зможуть взяти участь у 3-4 загальнотабірних справах. Ними можуть бути: свято Нептуна, конкурс малюнків «Я бачу світ», свято відкриття і закриття табірної зміни. Останні дві справи мають бути сплановані і проведені у загоні, а також спільно з іншими загонами, де перебувають учні початкових класів (*за великої кількості загонів у таборі може діяти окрема дитяча республіка*).

Складаючи план роботи загону, в якому перебувають підлітки, вожатий і вихователь мають передбачити всі можливості для самоствердження своїх вихованців, розвитку їхньої самодіяльності, ініціативи і творчості. Це досягається з допомогою добору доцільних справ і їх розумного чергування. Необхідно також координувати справи загонного колективу з календарним планом табору на зміну, що є основним документом у визначенні основних форм роботи для кожного загону. Враховуючи пропозиції вихованців з організації загонних справ, педагог-організатор співвідносить їх із загальним навантаженням дітей протягом одного дня.

У гості до Відпочинку

Поняття про оздоровчий та безпечний відпочинок

1. Поетична хвилинка.

КАНІКУЛИ

«Канікули! Канікули!» — співає все навколо.

Канікули,
канікули,
канікули
У школі!
А що таке канікули?
Це літні дні барвисті,
це час,
коли нам ніколи
хоча б на мить
присісти,
бо треба мчати босими
наввипередки
з вітром,
з густих лісів
приносити
горіхів повні відра.
Це час
у річці хлюпатись,
підсмажувати спини,
і зранку
в лузі слухати
тонку струну бджолину...

А. Костецький

- Де ви, діти, будете відпочивати? Що збираєтесь робити під час канікул?

2. Коротка довідка.

Відпочинок — важлива частина життя будь-якої людини. Без повноцінного відпочинку неможливо зберегти здоров'я. Накопичення втоми стає причиною захворювань нервової системи, дистрофії, послаблення імунітету, загального зниження працездатності. Дітям молодшого шкільного віку важливо збагнути не лише необхідність відпочинку, а й те, що корисним є тільки безпечний відпочинок. Як ви, діти, розумієте значення вислову «безпечний відпочинок»?

3. Фрагмент казки

Профілактика віддала Майї свою краплю еліксиру і розповіла, як знайти останнього помічника феї Здоров'я.

Звали його Відпочинок. Вій тільки те й робив, що весь час відпочивав. Майї це не сподобалось. Як можна бути помічником «феї Здоров'я і нічого не робити! Чим же він тоді відрізняється від Лінощі?? Але нічого не вдієш — остання крапля еліксиру була в нього. " Майя з феями рушили на пошуки Відпочинку.

- Давайте спершу підемо на пляж, - запропонувала фея Краси. - Сьогодні така чудова погода, він, напевне, там:.

- Чому б ні! - погодилась Майя.

До пляжу вони дісталися аж після обіду. Сонце пекло нестерпно.

- Ви куди? — запитав їх чоловік біля входу. - Без головного убору вхід сюди заборонено.

- Ми лише на хвилинку, - попросила Майя.

- Не має значення, мусите одягнути кепки, - сказав чоловік і дав кожній кепочку з великим дашком. - І не сидіти на сонці, бо обпечетеся.

Майя і феї обійшли весь пляж, але Відпочинку ніде не було.

- Його ніколи немає тут о цій порі, - сказали їм. - Він частенько приходить сюди уранці чи ввечері подихати свіжим повітрям і скупатися. А зараз, мабуть, відпочиває в лісі.

- От добре, - зраділа Майя, біжимо мерщій до лісу! Там, напевне, не така спека.

- А хіба ви знаєте, як треба відпочивати в лісі?

- Авжеж! — сказала фея Краси.

- А що там знати, додала фея Багатства, - відпочивай собі та й усе.

- Е, ні, - сказав їм чоловік біля виходу, - якщо ви так скажете Відпочинку, він розсердиться. Ось, візьміть. Ці правила безпеки Відпочинок написав спеціально для таких, як ви. — І чоловік протягнув Майї аркушик паперу.

4. Правила відпочинку на природі

а) Правила прийому сонячних ванн:

Сонце - умова нашого життя і наш найперший друг. Для людини, а особливо для дітей, перебування на сонці корисне і необхідне. Сонячні ванни дуже корисні для здоров'я. Але приймати їх слід обережно. Існують правила прийому сонячних ванн:

1. Приймати сонячні ванни можна лише через 1,5-2 години після прийому їжі.

2: Засмагати краще вранці або перед заходом сонця.

3. Не можна приймати сонячних ванн з 12 до 17 години дня, бо в цей час можна попекти шкіру.

4. Початкове перебування на сонці повинно бути обмежене 2-3 хв. з наступними перервами. Перебування на сонці протягом дня не повинно перевищувати 30-40 хвилин.

5. Перебування на сонці без головного убору може спричинити сонячний удар.

6. Мешканцям зон із радіаційним забрудненням засмагати шкідливо.

б) Правила прийому повітряних ванн:

1. Приймати повітряні ванни не раніше, як за 1,5 години до і після прийому їжі,

2: Повітряні ванни, слід поєднувати з руховою активністю, особливо на свіжому повітрі.

3. Вибирати для цих ванн потрібно місця, які захищені від сильного вітру.

4. В жарку погоду Повітряні ванни слід приймати в затіненому місці.

5. Не допускати перегрівання та переохолодження організму.

Повітряні ванни корисніші від сонячних, тому намагайся приймати їх якомога частіше. Особливо цінними для здоров'я є повітряні ванни під деревами, на дачі, в селі, в лісі. Цінність їх полягає в тому, що дерева виділяють багато фітонцидів Деякі згубно впливають на деякі бактерії та хвороботворні грибки. Дуже корисними є такі дерева, як береза, сосна, ялина та ін.

в) Правила поведінки на воді:

1. У воді слід поводитися особливо обережно.

2. Купатися можна тільки в спеціально відведених місцях та під наглядом батьків.

3. Не пірнати, якщо ви не знаєте, яким є дно озера чи річки.

4. Не купайтеся дуже довго, щоб не переохолодитися.

5. Кататися на ковзанах взимку можна тільки на спеціальних майданчиках. Уникайте ігор на тонкому льоду, бо це дуже небезпечно)

г) Відпочинок на природі.

Відпочинок на подвір'ї, в парку, в лісі, на лузі допоможе вам, діти, зміцнити своє здоров'я: Хоч ви і з батькам вирушаєте, наприклад, до лісу, але повинні бути уважні ми і дуже обережними, не відходячи від них далеко.

Пам'ятайте, що в лісі можна заблукати. А можна зустріти незнайомих тварин, які для свого захисту маку зуби, кігті, роги. Навесні в лісі багато кліщів, які можуть причепитися до тіла; Остерігайтеся їх, бо вони розповсюджують небезпечні хвороби. Триматися подалі треба і в плазунів, бо вони бувають отруйними. Миша та голуб те розповсюджують різні хвороби, тому не торкайтеся і них. Взагалі, якщо ви доторкнулися до дикої тварини треба негайно вимити руки, бо в людини і тварини близько 150 спільних хвороб. Біля поламаних дерев не затримуйтеся, бо вони можуть упасти. Серед великої кількості рослин, що зустрічаються в лісі, є багато отруйних (блекоті, вовчі ягоди, дурман болиголов, жовтець, вороняче око), пам'ятайте про це. В лісі є болота. Це дуже небезпечні місця. їх треба обходити. Трясовина на болоті може засмоктати. І вода там дуже брудна. Нею не можна користуватися. Пити всі можна лише з джерел та колодязів. Які інші правила відпочинку ви "можете назвати?

Попереду канікули.

- Чи знаєте ви, діти, що означає слово «канікули»?

(Найяскравішу зірку сузір'я Великого Пса називали «Канікулою». В буквальному перекладі ваше улюблене слово означає «собачки» (з латинської «каніс» - собака). Зараз «Канікула» - Сіріус - щорічно з'являлася на небі липні, в середині літа за нашим календарем, У цей період було спекотно, тому студентів і школярів звільняли від занять, а дні, на честь цієї зірки, почали називати канікулярними, канікулами.

Спочатку канікулами називали лише літній відпочинок а потім стали називати й інші перерви в навчанні.

*Вийшли роєм школярі,
То великі, то малі,
Вийшли хлопчики й дівчатка,
Всі щебечуть, як пташата:
«Люба школо, прощавай!
Всеньке літо спочивай!
Прощавайте, вчителі!
Наші любі, дорогі,
Довго з нами ви трудились,
Набідились, нажурились, —
За те вдячна дітвора
Всім бажає вам добра!»
Ю. Шкрумеляк*

Чистих вам рос, любі діти, доброго відпочинку Пам'ятайте про правила безпечного відпочинку. До зустрічі!

ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА РОБОТА У ЛІТНЬОМУ ТАБОРІ

Серед різних форм роботи, які проводяться в літніх оздоровчих закладах, звичайно, велике місце відведено проведенню масових заходів, через які реалізовувалися завдання національного та громадянського виховання, пропаганди здорового способу життя.

Масові заходи в оздоровчих таборах мають в основному характер загальнорозвиваючого, дозвільно-розважального спрямування, під час проведення їхні вихователі, вожаті намагалися створювати доброзичливу атмосферу, що сприяє спілкуванню між дітьми, набуттю ними знань та практичних умінь у різних видах їхньої життєдіяльності й можливості прояву дитиною себе з різних сторін.

Вихователі, вожаті літніх оздоровчих таборів намагаються організувати найрізноманітніші види діяльності дітей (*пізнавальну, трудову, спортивну, ігрову, екологічну, туристичну тощо*). Зміст їхнього співвідношення залежить від віку, рівня розвитку та вихованості дитини. У пришкільних оздоровчих таборах переважно оздоровлюються діти молодшого шкільного віку. Характерною особливістю дітей цієї вікової групи є емоційність і допитливість, прагнення перевірити, випробувати свою силу і спритність, бажання фантазувати, відкривати таємниці й прагнути до чогось незвичайного, далекого і прекрасного. Тому в організації дозвільної діяльності молодших школярів у літній період педагоги широко використовують різноманітні за змістом ігри: пізнавальні та інтелектуальні, творчі та рольові, рухливі та спортивні.

Мета фізкультурно-спортивної роботи:

- сприяння нормальному розвитку і загартуванню дітей;
- зміцнення їхнього здоров'я, виховання інтересу до систематичного заняття спортом;
- формування навиків дотримання здорового способу життя;
- формування санітарно-гігієнічних навичок;
- формування пізнавальних інтересів про історію і розвиток спорту.

Керівництво фізичним вихованням у літньому оздоровчому таборі (*далі - таборі*) здійснюється начальником табору, медичними працівниками, інструкторами з фізичної культури та педагога-ми-організаторами, вожатими і вихователями загонів. Інструктори з фізичної культури, враховуючи пропозиції та інтереси дітей, вихователів і вожатих, складають загальний план фізкультурно-спортивної роботи, проводять інструктажі, навчання, здійснюють контроль з усіх напрямів спортивно-масової і санітарно-гігієнічної роботи в таборі, беруть участь у загальнотабірних і загонових справах, несуть відповідальність за збереження життя і здоров'я дітей.

Для успішного проведення всієї роботи фізичного виховання і спорту необхідно завчасно, до відкриття табірної зміни, скласти календарний план фізкультурних і спортивних справ.

Фізкультурно-спортивна робота в дитячому таборі це:

Ранкові гігієнічні вправи - важливий оздоровчий засіб, вони вирішують завдання загартування організму дитини, виховання волі, дають заряд позитивних емоцій.

Плавання та купання - проводиться під керівництвом інструктора з плавання, медичних працівників, рятувальних служб із дозволу начальника табору. На початку організації купання дітей у водоймищі (*річці, озері, морі*) слід перевірити, чи вміють діти плавати. Виділити окремо дітей, які добре плавають, у другу групу - які вміють триматися на воді й мають певні навички плавання, і в третю групу - які зовсім не вміють плавати і навіть бояться води. Ці дані мають бути в кожному загоні. Керівники табору ознайомлюють вихователів із правилами купання дітей, поведінкою на воді (*з ними проводяться окремі теоретичні та практичні заняття*). Під час купання і занять із плавання вожаті допомагають інструкторові з плавання, слідкують за дотриманням дітьми загалом правил поведінки на воді й разом з інструктором із плавання несуть відповідальність за збереження життя і здоров'я дітей.

Групові та загоніві справи - прогулянки, ігри на місцевості, спортивні вікторини. Цю роботу слід розпочинати з першого дня заїзду дітей у табір. Вожатий і вихователь шляхом анкетування, опитування дітей і бесід із лікарем ознайомлюються з рівнем фізичного розвитку й інтересами дітей. Під час бесід ознайомлюють дітей з умовами табірної спартакіади, правилами судійства змагань. У загонівому куточку виділяється рубрика «Спорт у загоні», «Олімпійські резерви», «Сильні» спритні, сміливі», план спортивних змагань на зміну, таблиці загонівих змагань. Значну роль у залученні дітей до систематичних занять спортом відіграє особистий приклад вожатого та вихователя. Вожаті дитячого загону, спільно з вихователем і фізруком, проводять внутрішньозагоніві змагання, рухливі та спортивні ігри між окремими групами загону, комплектують команди для участі у загальнотабірних змаганнях, надають допомогу плавкерівнику в навчанні дітей плаванню. Вожатий і вихователь спільно з медичними працівниками організують у загоні зарядку, а також інші заходи, спрямовані на оздоровлення дітей.

Рухливі ігри є важливим засобом всебічного фізичного розвитку дітей» методика організації ігрової діяльності може бути такою: вибір гри; розподіл дітей за командами; ознайомлення з правилами гри; вибір капітанів, розподіл ролей; хід гри; підсумки гри.

Інструкція з охорони праці

Вимоги безпеки під час проведення спортивно-масових заходів

Загальні положення

Відповідальний за проведення спортивно-масових заходів (*спортивних свят, змагань, конкурсів, екскурсій*), дотримуватися гігієнічних норм і вимог з охорони праці, пожежної та електробезпеки.

Заступник директора і відповідальний за електро-і пожежну безпеку проводять інструктаж із відповідальними за проведення спортивно-масового заходу, черговими вчителями, класними керівниками, класоводами, а ті, в свою чергу, з учнями про заходи пожежної безпеки у разі пожежі та правила поведінки дітей у залі та на спортмайданчику.

У приміщенні основних спортивних споруд на видному місці повинні бути вивішені правила поведінки та техніки безпеки, план евакуації учнів на випадок пожежі або Стихійного лиха.

На час проведення спортивно-масових заходів необхідно обов'язково організувати чергування членів ДПД закладу, а приміщення забезпечити необхідною кількістю первинних засобів пожежогасіння. Використовувати засоби пожежогасіння для господарських та інших потреб, непов'язаних із пожежогасінням, категорично заборонено.

Приміщення, в яких проводяться спортивно-масові заходи, повинно мати не менше ніж два виходи назовні. Відстань від найвіддаленішої точки підлоги до дверей евакуаційного виходу не повинна перевищувати 27 м. Двері, призначені для евакуації, повинні відчинятися у напрямку виходу з приміщення. Спортивне обладнання майданчика повинно бути надійно закріплене і відповідати вимогам безпеки.

Кількість місць у спортивному залі під час проведення спортивно-масових заходів та змагань треба встановлювати з розрахунку 0,7-1 м на одного учня. Заповнювати зал понад установлену норму забороняється. Забороняється проводити спортивно-масові заходи та змагання у приміщеннях, на спортивних майданчиках, які не відповідають цим нормам. Коридори і проходи, виходи з будівель, призначені для евакуації людей, повинні бути вільними. Двері з приміщень під час проведення спортивно-масових заходів забороняється замикати на замок або запори, які важко відмикаються.

Біля кожних дверей повинен невідлучно перебувати черговий педагог або учень старших класів.

Вимоги безпеки перед початком проведення спортивно-масових заходів

Відповідальний за проведення спортивно-масових заходів перед початком їхнього проведення повинен ретельно оглянути спортивний майданчик, приміщення, запасні виходи, особисто переконатися в їхній повній готовності на випадок пожежі та забезпеченні приміщення первинними засобами пожежогасіння, перевірити справність електроапаратури, задіяної на масових заходах, надійності спортивного обладнання.

Вимоги безпеки під час проведення спортивно-масових заходів

Під час проведення спортивно-масових заходів із учнями повинні невідлучно перебувати класний керівник або класовод. Вони зобов'язані стежити за точним виконанням заходів безпеки під час проведення заходів. Необхідна також обов'язкова присутність медичного працівника для надання у разі потреби першої медичної допомоги.

Вимоги безпеки після закінчення спортивно-масових заходів

Відімкнути від електромережі електроапаратуру, класоводи і класні керівники організовано виводять школярів із приміщень. Вимкнути освітлення і замкнути приміщення на ключ.

Комплекс рухливих ігор

СТАРТИ «ЗВІРЯТ»

Дві команди стають паралельно колонами. Перед ними на відстані п'яти кроків малюють лінію. У кожній команді є «заєць», «вовк», «пантера», «тигр», «лев». Після виклику звірята біжать уперед, оббігають прапорець і повертаються на своє місце. Хто на зворотному шляху перетне контрольну лінію, приносить своїй команді 1 очко. Звірят викликають у будь-якому порядку, тому необхідно бути дуже уважним. Тривалість старту - 3-4 хвилини.

ПІНГВІНИ З М'ЯЧЕМ

Дві команди шикуються в колони за лінією старту. На відстані 10 м від неї - прапорці. За сигналом перші номери затискають між колінами один волейбольний м'яч, другий тримають у руках і рухаються до прапорця (*діти перехилиються з ноги на ногу як пінгвіни*). Коли граючий дістане щілини. 1. він передає у свою команду два м'ячі: одна - ударом ноги, другий - кидком через майданчик Сам стає у кінець своєї команди. Гра закінчується, коли всі «пінгвіни» зроблять перебіжка, і м'ячі знову повернуться до першого номери. Порушенням вважається втрата м'яча під час бігу і прийом м'яча гравцем, який стоїть перед лінією старту.

ПОВІТРЯНИЙ МІСТ

Команди шикуються колонами за ростом (*спереду найменші*) паралельно одна одній. На відстані від них малюють лінію, до якої виходять капітани команд із волейбольними м'ячами у руках. За сигналом кожний капітан кидає м'яч першому гравцю своєї команди, той ловить його, а потім швидко повертає назад і присідає. М'яч від капітана летить до другого гравця, який робить те саме і т.д. Гра закінчується, коли останній гравець передає м'яч капітану, той піднімає його вгору. Гру повторюють 2-3 рази. Якщо м'яч упав на землю, його можна підняти і продовжити гру. Виграє та команда, яка швидше побудує «повітряний міст».

ЕСТАФЕТИ-ПАРОВОЗИКИ

Перед командами, які стоять у колонах, малюють лінію, а на відстані 10 м від неї ставлять прапорець. За сигналом до прапорця біжать перші гравці. Вони оббігають прапорець, повертаються до своєї команди, оббігають її і знову біжать до прапорця. Коли ці гравці порівнюються зі стартовою лінією, до них приєднуються другі номери (*беруть перших за талію*). Тепер гравці удвох оббігають прапорець, а потім усю команду. Гра закінчується після виконання завдання всією командою.

БАР'ЄРНИЙ БІГ

Команди вишикувані на стартовій лінії. Поперек дистанції натягнуті три-п'ять довгих еластичних мотузок на відстані 4-5 м між собою. За сигналом учасники по чергово проходять дистанцію туди і назад, перестрибуючи через бар'єри. За торкання до шнура команда отримує штрафне очко. Висота бар'єра варіюється залежно від віку і підготовленості учасників. Перемагає команда, яка закінчить естафету і допустить найменше помилок.

СНАЙПЕРИ

Склад команди 6-8 чоловік. Команди вишикувані у шеренги за 1,5-2 м перед лінією кидання, у кожного учасника в руках по два тенісних м'ячі. На відстані 5-8 м від лінії кидання знаходиться мішень. За сигналом гравці по чергово виходять вперед і виконують по два кидки в ціль. Виграє команда, яка попала в більшу кількість мішеней і витратила на них меншу кількість м'ячів.

Естафети з елементами спортивних ігор

М'ЯЧ У КІЛЬЦЕ

Команди вишикувані в колону по одному перед баскетбольними щитами на відстані 2-3 м. За сигналом перший номер кидає м'яч в кільце, потім кладе м'яч, а другий гравець підхоплює його і теж кидає в кільце і т.д. Виграє команда, яка набрала більше число влучень. Гравець, який не попав у корзину, повинен, спіймавши м'яч, оббігти з ним стойку, що знаходиться в 5-6 м від колони, і лише тоді передати м'яч наступному гравцю.

БАСКЕТБОЛЬНИЙ СЛАЛОМ

Склад команди до 8-10 чоловік. Команди вишикувані за лінією старту, в руках у перших номерів по баскетбольному м'ячу. За сигналом учасники з веденням м'яча (*удари об підлогу*) оббігають «вісімкою» вертикальні стояки, що стоять на 1-2 м один від одного, потім, рухаючись вперед, перекидають м'яча через горизонтальну планку (*натягнутий шнур*), ловлять його, кидають у стінку ловлять і кидають у кільце. Після попадання (*число спроб не обмежене*) учасник перекидає а зад іншому номеру, а сам повертається до команди

ШАЙБУ!

Склад команди - 10-12 чоловік. Команди вишикувані в колону по одному, в руках у направляючих хокейні ключки і на підлозі по шайбі. Перед кожною командою по подовжній лінії стоять 2-3 стояки, а на протилежному боці майданчика - ворота. За сигналом перші номери б із шайбою, обводять стояки і не далі позначеної поперечної лінії виконують кидок по вор потім бігом повертаються назад, передають к ку наступному учаснику. У грі використовуй кілька шайб, щоб не було простоїв.

Ігри - атракціони

«Слизька ціль»

У шести кроках від межі, проведеної на землі, ставлять табурет. Гравцю дають чотири невеликі мішечки, набитих піском або, краще, горохом. Треба кинути мішечки так, щоб два з них обов'язково залишилися лежати на табуреті. Зробити це нелегко, оскільки мішечки зісковзують з табурета на землю.

«3 гармати по горобцях»

На землі проводять лінію і ставлять на неї в ряд три булави (або кеглі). Відстань між ними — 18см.

Завдання гравця, стоячи напроти булав в 15 кроках, прокатати по землі волейбольний (баскетбольний або футбольний) м'яч так, щоб збити тільки середню булаву, не зачепивши ним одну з крайніх. Хто виконав це завдання виграє.

«Зумій збудувати»

Цей атракціон можна провести на майданчику для гри в городки або на рівному майданчику з обкресленим посередині квадратом. У центр квадрата кладуть 10 городків. Гравцю зав'язують очі або надягають на голову паперовий ковпак. По сигналу керівника він підходить до квадрата і приступає до виконання наступного завдання. Протягом 40 секунд потрібно усліпу побудувати з лежачих городків дві загальновідомі фігури, наприклад «колодязь» і «гармату» або «піраміду» і «кулеметне гніздо». І глядачі, і учасники змагання незабаром переконуються, що зробити це задоволено важко.

Можна провести змагання між двома гравцями. Що виконав першим і в строк вважається переможцем

«Пройди, не впади»

На горизонтальній колоді (або на колоді завдовжки 6—8 м, лежачому на землі) розкладають різні предмети: палиці, сірники, кубики і ін. Від учасника вимагається, зберігаючи рівновагу і не оступаючись, пройти по колоді до кінця і зібрати по дорозі всі лежачі там предмети, потім обернутися довкруги і пройти назад, знову розклавши предмети на колоді.

«М'яч над головою»

Гравцю дають волейбольний м'яч і пропонують 10 разів підряд підкинути його над головою, ударяючи одночасно двома руками. Цю вправу неважко виконати тому, хто добре грає у волейбол. Що зумів це зробити виграє атракціон.

«Горох в пляшку»

Атракціон можна проводити одночасно для двох-трьох учасників. Вони встають недалеко один від одного в положення «основної стійки». У руці у кожного з них 10 горошин, причому рука знаходиться на рівні грудей. Виграє той, хто протягом 1 хвилини опустить в пляшку (що стоїть на землі) 6 горошин з 10 можливих.

Естафети з колективними діями

ХТО ШВИДШЕ?

Команди вишикувані в шеренги. Перед кожною командою поставлено по два стояки висотою 50-60 см, між ними «дверний проміжок». За сигналом гравці кожної команди почергово швидко пробігають двері і перешиковуються у свою шеренгу на протилежному боці майданчика.

ПАРНІ ГОНКИ

Команди вишикувані в колону по одному. Направляючі - перший і другий номери - стоять попарно. За сигналом перша пара рухається умовленим способом до протилежної лінії. Перший залишається за лінією, другий повертається назад і виконує завдання з третім номером, потім сам залишається на місці, а третій номер повертається за партнером і т.д.

Способи переміщення:

бігом, тримаючись за руки; боком, приставними кроками, обличчям один до одного, тримаючись за руки; те саме, стоячи за одним, тримаючи партнера за пояс; стрибками на двох ногах, обхопивши один одного.

СОРОКОНІЖКИ

Команди шикуються в колону по одному перед стартовою лінією і розраховуються по 3-5 чоловік. За командою: «Приготуватися!» - всі учасники першої групи присідають і кладуть руки на пояс поперек себе. За командою: «Марш» - групи умовним кроком чи стрибками проходять навприсядки установлену дистанцію, зберігаючи з'єднання і не встаючи. Те саме повторюють другі і т.д. Виграє команда, учасники якої першими перейдуть фінішну лінію і не порушать установлених правил.

Естафети комічного характеру

КАРАКАТИЦЯ

Команди вишикувані в колони по одному. Направляючі у вихідному положенні - упор сидячи із зігнутими ногами. За сигналом вони трішки піднімають таз і швидко пересуваються в упорі на руках до протилежної лінії, розташованої на відстані 5-6 м від старту. Як тільки ноги перетнуть фінішну лінію, гравці встають і бігом повертаються назад, стаючи в кінець колони, а рух починають інші учасники.

РОЗСИПАВ - ЗБЕРИ

Команди вишикувані на старті. У руках у перших номерів по коробці, в якій знаходяться 10-12 тенісних м'ячів. За сигналом учасник підбігає до кола, що лежить на підлозі, висипає всередину вміст своєї коробки і швидко відносить її назад, передаючи другому учаснику. Той біжить до кола і, зібравши розсипані м'ячі в коробку, повертається і передає її наступному учаснику, який знову висипає вміст у коло і т.д.

Рухливі командні ігри

Естафета з волейбольним м'ячем

Дві команди шикуються в колону по одному. За 5 м перед кожною командою стає капітан з волейбольним м'ячем. За сигналом він кидає м'яч першому гравцеві, а той передаванням м'яча згори двома руками повертає його назад своєму капітанові. Каптан ловить м'яч, а перший гравець присідає. Потім капітани кидають м'ячі іншим гравцям, які повертають їх. Останній гравець ловить м'яч і біжить з ним на місце капітана, а той стає попереду колони. Гра закінчується, коли капітан, який почав гру, повернеться на своє місце. Виграє команда, яка першою закінчить передавати м'яч і найменшу кількість разів втратить його.

Біг командами

Дві команди шикуються в колону по одному. Кожний гравець тримає за пояс товариша, який стоїть попереду. Перед командами проводять стартову лінію. На відстані 15—20 м від неї напроти кожної команди ставлять прапорець або стояк. За сигналом учителя гравці кожної команди, не порушуючи строю, біжать до своєї позначки, оббігають її і повертаються за стартову лінію. Переможцем вважається команда, гравці якої, зберігши стрій, пробігли всю дистанцію і раніше перетнули стартову лінію.

Дружно в ціль!

На майданчику креслять два кола. Гравці розподіляються на дві команди. Члени кожної команди стають за своїм колом, на відстані одного кроку один від одного, а в кожне коло входять двоє ведучих. У центрі кола встановлюють городок. Гравці, які стоять поза колом, отримують два м'ячі й перекидають їх між собою, намагаючись не переступити лінію і не затримувати м'яч у руках більше трьох секунд. Коли м'яч буде в руках у гравця, від якого ведучий не встиг закрити городок, той точним кидком пробує збити його (кидок можуть виконувати одночасно два гравці). Якщо м'яч залишився в колі, ведучий повертає його одному з гравців. Гравець, який збив городок, змінює ведучого. Якщо протягом двох-трьох хвилин городок не буде збито, призначають інших ведучих.

Кращий стрибун

Гру проводять на спортивному майданчику, де має бути яма для стрибків з натягнутим шнуром між стояками на висоті 60—70 см. На відстані 1 м від шнура через кожних 20 см розмічають 10—15 зон (можна натягнути вздовж ями шнур з позначками через 20 см). Кожна зона оцінюється певною кількістю очок. Стрибуни розбігаються (10—15 м) і стрибають якомога далі, намагаючись не зачепити шнура. Перемагає той учасник (окремо серед хлопчиків і дівчаток), який за б спроб набере найбільшу кількість очок.

Наступ

Учнів поділяють на дві команди і шикують за лініями на протилежних кінцях майданчика, обличчям один до одного. Відстань між лініями 30 м. За сигналом керівника гравці однієї команди беруться за руки і йдуть вперед, додержуючи рівняння. Це команда наступаючих. Коли до гравців протилежної команди залишається 2—3 кроки, подається сигнал. Наступаючі роз'єднують руки, повертаються кругом і біжать за свою лінію. Гравці другої команди намагаються заквачити їх.

Естафета в колі

В естафеті беруть участь чотири команди, які розміщуються в колону по одному, хрестоподібно від центра і спиною до нього. Навколо колони проводять лінію — коло. У перших номерів, які стоять ближче до лінії кола, у руках естафетна паличка. За сигналом ці гравці біжать по колу (за годинниковою стрілкою), оббігають усі команди, передають естафетну паличку другим номерам і стають у кінець своєї колони. Решта гравців повторює те саме. Перемагає команда, яка швидше закінчить естафету.

Стрибки по купинах

На майданчику з десятьма невеликими (діаметром 30 - 40 см) кружками-«купинами» позначають дві доріжки, розміщені зигзагоподібно на відстані 70-80 см одна від одної. Учасники розподіляються на дві колони і стають перед своїми рядами кружків біля стартової лінії. За сигналом гравці, які стоять першими з правого флангу, з естафетними паличками (або прапорцями) в руках просуваються вперед, стрибками з купини на купину, швидко повертаються назад, передають естафету наступним учасникам, а самі стають на лівий фланг. Виграє команда, учасники якої меншу кількість разів потрапляли в «болото» і першими закінчили гру.

Під час стрибків не можна наступати на лінію кола й пропускати «купину». Стрибати можна однією і двома ногами (за умовою). Зупинятися на двох ногах дозволяється лише на півдорозі.

Швидко в стрій!

Учасники розділяються на дві команди і шикуються паралельно середній лінії майданчика, спиною один до одного. На відстані 50—80 м проти кожного учасника встановлюють прапорець — покажчик повороту. За сигналом усі водночас біжать до своїх прапорців, оббігають їх і повертаються на свої місця. Команда, гравці якої повернулися прибігли і прийняли вихідне положення, вважається переможцем.

Комічний футбол

М'яч прив'язують довгою мотузкою до забитого в землю кілка. Гравець стає напроти м'яча, йому зав'язують очі. Нехай спробує, пройшовши вперед шість кроків, вцілити ногою по м'ячу.

Зробити це вдається далеко не кожному

Біг парами

Перед невеликою горою з крутизною 20—25° позначають лінію старту, а за 100—150 м від неї, на вершині, — лінію фінішу. Учні розподіляються на дві команди і стають за лінією старту в дві паралельні колони, за чотири кроки один від одного. За сигналом перші гравці біжать до фінішу. Як тільки один з учасників перетинає лінію фінішу, він піднімає обидві палиці, тим самим даючи сигнал наступному учасникові своєї команди виходити на дистанцію. Перемагає команда, останній гравець якої першим перетинає лінію фінішу.

Зміна номерів

У командах розподіляються на перший-другий. Перші номери шикуються в дві колони поряд. Другі навпроти них на відстані 20—25 метрів. Перші номери стають на старт. В руках у них прапорці. За сигналом стартуючі біжать до других номерів своїх же команд, які у цей час стартують, і передають партнерам прапорці, а самі стають замикаючими в колонах других номерів. Одержавши прапорці, другі номери біжать до перших номерів своїх команд, на старті передають їм прапорці та стають в кінці їхніх колон. Гра триває доти, поки всі перші номери однієї команди не перебіжать на місця других, а другі — на місця перших.

Команда, яка раніше закінчить таке переміщення номерів, перемагає.

Естафета з обручами

Учасники гри розподіляються на дві команди і стають на старті. За сигналом вони, по одному від кожної команди, біжать до півфінішної прямої. На бігу діти повинні пролізти через обручі, встановлені на півдорозі, а на півфінішній прямій взяти в руки обручі, що лежать там, підняти їх над головою, потім покласти на підлогу.

Залишивши обручі на півфінішній прямій, гравці повертаються на старт, минаючи обручі, що лежать на півдорозі. Наступні учасники гри починають бігти лише тоді, коли попередні їхні партнери повернуться з півфінішної прямої і торкнуться "їхніх рук".

Той, хто пробіг естафету, займає останнє місце у своїй колоні. Перемогу здобуває команда, в якій раніше на старті буде той, хто починав гру.

Спробуйте встати

Два хлопчики стають один до одного спинами. Беруться під руки, зігнувши їх у ліктях. Так само роблять і інші учасники цих своєрідних змагань. Одночасно діти намагаються сісти на землю, простягнувши ноги, а потім встати, не роз'єднуючи руж. хто повторить цю вправу більше разів, той перемагає.

Перестрибни через канаву

На майданчику школярі крейдою проводять дві паралельні лінії на відстані півметра одна від одної — це «канава». За п'ять метрів від ліній шикуються дві команди. Учасники гри повинні із зав'язаними очима перестрибнути «канаву», не наступавши на лінію.

Виграє та команда, в якій більше школярів зуміли виконати це завдання.

Тік-так

Ведучий ділить гравців на дві команди.

Коли він дає один свисток/перша команда повинна сказати хором «тік», а коли два, — друга команда хором каже «так».

Спочатку керівник правильно чергує свистки, потім починає плутати: дає по кілька разів підряд однакові свистки.

Гравці помиляються. Це викликає сміх, пожвавлення.

Перемагає команда, яка помиляється менше.

Конкурс на звання чемпіона

Учасники конкурсу повинні навчитися виконувати три обов'язкові вправи.

Кожна вправа повторюється тричі.

1-ша вправа. Підкинути м'яч угору, опуститись на одне коліно і спіймати м'яч обома руками.

2-га вправа. Розставивши ноги, взяти м'яч у праву руку, відвести її за спину і підкинути так, щоб він перелетів через ліве плече. Піймати м'яч спереду лівою рукою.

3-тя вправа. Тримати м'яч у правій витягнутій вперед руці (долонею донизу). Випустити м'яч і піяти його лівою рукою коло самої землі, беручи його зверху.

Зустрічна естафета з обручами

Для цієї гри роблять 21 однаковий обруч з тонкої лози і 10 загострених пакільців. На кожному пакільці на висоті 15 см від гострого кінця кольоровим олівцем, фарбою або крейдою малюють чітко помітний поясок. На майданчику роблять дві паралельні доріжки для бігу, відстань між ними — 8 кроків.

На кожній доріжці двома лініями окреслюють дистанцію бігу довжиною 60 кроків; відмірюють 10 кроків від однієї лінії старту до другої і вбивають (по кольоровий поясок) у землю по прямій лінії 5 пакільців.

Вимоги безпеки під час занять плаванням

Загальні положення

Вимоги щодо організації безпечного плавання учнів у відкритих водоймах

Купання учнів дозволяється організовувати тільки у спеціально відведених місцях, обмежених спеціальними буями аб.0 прапорцями, у присутності медичного працівника, тренера, інструктора, вчителя.

Організацію купання і безпосередній контроль за його проведенням здійснює фахівець, призначений керівником навчального закладу, який повинен бути на березі перед заходженням учнів у воду, під час їхнього купання та виходу з неї, і контролювати наявність тих, хто купається.

Допуск учнів здійснюється у присутності фахівця, призначеного керівником навчального закладу згідно з розкладом. Будь-яка заміна вчителя іншим проводиться з дозволу директора школи. Заняття з навчального плавання проводять тренери, вчителі з відповідною фаховою освітою. Учителі фізичної культури у цьому разі стають безпосередніми помічниками тренерів. Виконують різні організаційні функції і беруть участь у самому навчанні.

Проводити заняття у природних водоймах дозволяється тільки в місцях, спеціально відведених і обладнаних із цією метою, які відповідають санітарним вимогам. Місця купання дітей, їхнє обладнання повинні бути підготовленими до занять.

Вибираючи місце для навчання у природних водоймах, треба керуватися вказівками, викладеними у рекомендаціях щодо навчання учнів плавання, затверджених Головним управлінням шкіл Міністерства освіти України: Природне дно водойми в місці, виділеному для купання, або дно купальні, обладнаної на природній водоймі, повинні бути рівними.

Глибина в них повинна бути не більше ніж 1,2 м.

Швидкість течії (*руху*) води - не більше за 0,3 м/с.

Дно природного водоймища повинно бути піщаним і очищеним від каміння, водоростей, металевих та інших предметів, що є небезпечним для дітей.

Місця купання повинні бути загороджені.

Під час проведення занять потрібно мати рятувальні засоби (*рятувальні круги, мотузки, жердини, у разі необхідності рятувальні човни тощо*).

Для тих, хто не вміє плавати, купання організовують у спеціально огорожених місцях, глибиною не більше 1,2 м.

Якщо немає умов, необхідних для проведення занять із плавання, вчитель повинен вжити заходів для їхнього усунення, а у разі неможливості виконання цього - відмінити заняття.

Забороняється:

Купатися у водоймах, не рекомендованих санепідемстанцією через небезпеку виникнення інфекційних захворювань.

Купатися без відповідного дозволу керівників навчальних закладів у необладнаних місцях у години, не передбачені розкладом чи режимом дня.

Використовувати рятувальні засоби, спорядження для підводного плавання, для сторонніх цілей.

Запливати за обмежувальні знаки місць, відведених для купання, підпливати до моторних човнів, веслових човнів, барж тощо.

Вилізати на технічні й попереджувальні знаки, буйки та інші споруди.

Стрибати у воду зі споруд, не пристосованих для цього.

Правила поведінки на воді

Купання слід проводити у безвітряну сонячну погоду, коли вода добре прогрілася.

Купатися можна лише у спеціально відведених для цього місцях, на пляжах, водних станціях, у безпечних перевірених місцях.

Перебувати у воді не більше 10-15 хв.

Забороняється стрибати у воду в незнайомому місці, глибина якого не відома.

Забороняється купатися поодиночі.

Забороняється плавати з використанням надувних матраців, автомобільних камер, дошок.

Забороняються пустощі на воді.

Забороняється запливати за межі місць купання.

Забороняється штовхати будь-кого у воду, особливо несподівано.

Забороняється заходити у воду вище пояса тим, хто не вміє плавати.

У разі погіршення метеоумов припинити купання і вийти з води.

Під час грози забороняється перебувати поблизу води.

Не рекомендується купатись відразу після вживання їжі.

Вимоги безпеки перед початком плавання

Входьте у воду швидко і під час купання не стійте без руху. Відчувши озноб, швидко вийдіть із води і повідомте вчителя (*керівника*).

Не купайтеся відразу після приймання їжі та великого фізичного навантаження (*гри у футбол, боротьби, бігу тощо*). Перерва між прийманням їжі й купанням повинна бути не менша 45-50 хв. У разі вушних захворювань, особливо під час пошкодження барабанної перетинки, не стрибайте у воду головою вниз.

Після перенесення захворювання середнього вуха вкладайте у вухо під час купання вату, змащену вазеліном. Не купайтеся під час фізичної недуги і підвищеної температури.

Вимоги безпеки під час плавання

Не купайтеся більше ніж 30 хв., якщо вода холодна, то достатньо 5-6 хв. У жаркі сонячні дні купайтеся у плавальній шапочці або зав'яжуйте голову білою хустиною.

Не залишайтеся довго під водою під час пірнання. Відчувши втому, спокійно пливіть до берега.

Забороняється:

Входити у воду без дозволу чергового і керівника. Входити у воду спітнілим (*розігрітим*).

Запливати за встановлені знаки огорожі. Купатися при великій хвилі.

Стрибати з вишки, якщо поблизу від неї перебувають інші плавці.

Штовхати товариша з берега, з вишки у воду.

Вимоги після закінчення плавання

У холодну погоду після купання, щоб зігрітися, виконайте кілька легких гімнастичних вправ. Вийшовши з води, витрітьтеся насухо й одразу ж одягніться. Відчувши слабкість або недугу після купання, плавання, зверніться до лікаря.

Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

У разі судом не занурюйтесь у воду, намагайтесь триматися на воді і кличте на допомогу.

Якщо потрапите у вир, не лякайтесь, вдихніть побільше повітря у легені і занурюйтесь, у воді зробіть ривок у бік за течією і впливайте на поверхню.

Якщо зводить судом, постарайтесь утриматись на воді, покличте на допомогу. Надаючи допомогу потопуючому, не підпливайте до нього спереду, а допоможуть йому, буксуючи до берега.

У разі отримання травм, учитель повинен надати першу медичну допомогу, при важких травмах- викликати «швидку допомогу» за телефоном «03».

При утопленні, після витягання людини з води необхідно провести всі заходи щодо її оживлення. Якщо потерпілий при свідомості, то необхідно зняти з нього мокрий одяг, витерти насухо, одягнути в сухий одяг, зігріти гарячим чаєм. У разі критичного стану зробити штучне дихання, закритий масаж серця.

Розваги на воді

«Жабенята»

Діти пустують на мілкій частині водойми, зобраючи жабенят. За сигналом керівника «Щука!» «жабенята» підскакують догори й тікають на берег, а за сигналом «Качка!» - на глибоке місце (*по груді*) й ховаються під воду. За сигналом «Комарі!» - повертали на мілку частину водойми й продовжують «полювання на комарів» (*підскакують і присідають під воду*).

«Пузири»

(глибина по груді)

Діти, тримаючись за руки, утворюють коло. Один, зробивши вдих, занурюється під воду й, видихаючи, пускає пузири. Як тільки вони піднімуться на поверхню, присідає під воду правий гравець.

Примітка. Якщо в колі більше восьми чоловік, то одночасно занурюються під воду два гравці, які стоять в колі один проти другого.

«Водяний орган»

(глибина по груді)

Діти стають у коло, спершись руками в коліна, наближають підборіддя близько до води, чекаючи команди керівника, який знаходиться в центрі кола. Він довільно показує пальцем на гравця і той, не гаючись, опускає голову під воду, голосно видихаючи повітря ротом і носом (*Керівник то швидко, то повільно «натискає на клавіші»*) (*показує пальцем*), діти, які перебувають на поверхні слухають «органну музику».

«Дельфіни й кашалоти»

(глибина по пояс)

Діти, підскакуючи, роблять вдих, присівши під воду - видих. Гравцям, що виконають вправу шість разів підряд, надають звання «дельфін».

За виконання вправи десять разів підряд - звання «кашалот».

«Пароплав»

(глибина по груді)

Нахилившись уперед, діти йдуть по дну, перебираючи руками, як «пароплавними колесами», час від часу занурюють голову під воду і роблять видих (*«випускають пару»*).

«Кораблики»

(на мілкій частині водойми)

Діти довільно розміщуються в воді, а керівник із берега подає команди:

- Повний вперед! - Біг по воді, широко розмахуючи руками.
- Тихий хід! - Повільний рух, волочачи ноги по воді.
- Задній хід! - Рух спиною вперед.
- Парус! - Витягнувши руки вгору чи в сторони, діти тихо ступають по воді, міняючи напрямок руху.
- На міль! - Діти з розбігу стрибають уперед, падаючи грудьми на воду.
- Весла! - Рух, нахилившись вперед, виконуючи веслувальні рухи руками.
- Крилогом! - Діти переходять на глибину по пояс, кладуть руки на спину й, нахилившись уперед, прорізують грудьми воду, зображаючи криголам.

«Наздоженіть мене!»

(глибина по коліна, по пояс)

Керівник перебуває в воді біля дітей і, вибравши влучний момент, пропонує: «Наздоженіть мене!» - й не дуже швидко перебігає *(боком чи спиною вперед)* на інше місце.

Діти біжать за ним, намагаючись впіймати. Того, хто торкнеться його рукою чи найближче підбіжить, керівник піднімає з води й підкидає догори. Гру повторюють 5-6 разів.

«Пузир»

(глибина по коліна)

Діти утворюють коло й, тримаючись за руки, сходяться в центр, декламуючи:

Роздувайся пузир,

Роздувайся все більш,

Зоставайся таким

І не лопайся.

Потім діти відступають від центра, розширюючи коло на випростані руки і, промовляючи:

Вітерець налетів

Пузирем закрутив, обертаються в одну сторону, а зі словами:

Налетів ураган

І пузир розірвав. відпускають руки й падають у воду.

«Карусель»

(глибина по коліна)

Діти заходять у воду й, тримаючись за руки, стають у коло. Декламують:

Водне свято у басейні

Закрутилися каруселі,

рухаються по колу в один бік зі словами:

*Діти бігають веселі,
-Що за диво каруселі!*

продовжують рух, піднімаючи й опускаючи руки в ритмі речитативу. В кінці речитативу всі присідають і, піднявшись, продовжують рух у другий бік, промовляючи ті самі слова.

«Рибки»

У воді, на відстані 8-10 м од берега, стає один із гравців. Це «сом». Решта «рибок» перебувають на березі. Зі словами:

*Рибки, рибки, впливайте,
На свободі погуляйте,
Впливайте-но мерцій!*

Спить вусатий сом-злодій -діти, бавлячись, заходять у воду, пустують біля «сома» й продовжують речитатив:

*Сом вусами ворушить.
Всі на берег, він не спить!*

Промовивши останнє слово, діти тікають до берега. «Сом» доганяє їх, і з тим, кого настигне, міняється ролями. «Сом» не повинен вибігати на берег.

«Дві сестрички»

(на мілкому місці)

Тримаючись за руки, діти парами пересуваються на воді, повторюючи за керівником:

*По тепленькій водичці
Крокують дві сестрички.
За камінь зачепились*

І в воду повалились

. З останніми словами всі падають на воду. Піднявшись, продовжують:

Буль-буль-буль, не біда!

Дуже тепла вода.

Гру повторюють чотири-п'ять разів.

«Дощик»

(на мілкому місці)

Діти один за одним пересуваються по воді, повторюючи за керівником:

Дощик, дощик, кап, кап, кап...

І в такт вдаряють пальцем по воді.

По калюжі хляп, хляп, хляп...

Також в такт плескають долонями по воді.

Намочили дуже ноги

І побігли до дороги.

Вирівнявшись, діти біжать у бік керівника, який стоїть у воді.

І хотів чи не хотів.

Підсковзнувся, полетів.

Усі падають біля керівника на воду. Гру повторюють 3-4 рази.

«Каченята й гусенята»

(глибина 20-40 см)

За сигналом керівника «Каченята!» - діти, нахилившись, у півприсіді, просуваються вперед, розпростерши руки в сторони і вдаряючи ними по воді. За сигналом «Гусенята!», вирівнявшись, біжать уперед і з розбігу падають грудьми на воду.

«Морський бій»

На глибині по пояс діти стають у дві шеренги обличчям у середину. За сигналом керівника бризкають один на одного водою, змушуючи суперників відступити. Виграє шеренга, яка виявиться більш стійкою, тобто не розбіжиться й збереже до кінця гри початковий стрій.

Не дозволяють торкатися руками один одного. Гравець, що повернеться спиною до суперника, вибуває з гри.

«Жучок-павучок»

(глибина по пояс)

Діти, взявшись за руки, утворюють коло, посередині кола - «жучок-павучок». Діти рухаються по колу й примовляють:

Жучок-павучок,

Вийшов полювати.

Не зівай мошкара,

Поспішай пірнати!

З останнім словом всі занурюються під воду, а того, хто не встиг, «жучок-павучок» квацає й міняється з ним ролями.

«Поїзд»

Діти стають у колону по одному й, імітуючи звук тепловоза («чук-чук»), рухаються вперед. Спереду колони двоє гравців, взявшись за руки, утворюють «тунель». Діти по черзі пірнають під їхніми руками. Описавши коло, гравці повторюють це кілька разів.

Гравці утворюють «тунель» біля самої поверхні води, їх час від часу треба змінювати.

Стежте за тим, щоб діти, проходячи «тунель», робили повний вдих, а нахилившись під воду, - тривалий видих («пускали пару»).

«Підводний телеграф»

(глибина по груди)

За сигналом керівника діти роблять вдих і занурюються з головою під воду. В цей час керівник два-три рази вдаряє камінцем об камінець чи двома металевими предметами. Діти повинні підняти руку над водою й показати на пальцях кількість ударів, які вони чули під водою.

Примітка. Якщо заняття відбувається в басейні, діти присідають під воду, тримаючись однією рукою за бортик, а керівник ударяє металевим предметом об поручні сходів, що ведуть у воду.

Форми роботи

Екскурсія

Екскурсія - одна з форм розвитку у дітей спостережливості, фіксації своєї уваги на суттєвих відмінностях як між об'єктами природи, так і на їх сезонній зміні. Мета всіх екскурсій у природу - встановлення зв'язку між різними явищами у єдиному життєвому комплексі, визначення залежності живих організмів від субстрату, зміни кліматичних умов, антропогенного впливу. Найціннішим в екскурсії є можливість показати учням тісний зв'язок рослин із середовищем і те, як рослини реагують на зміну середовища. Таким чином, під час екскурсії в природу слід не просто вивчати рослини, а вивчати їх у тісному зв'язку з середовищем. Порівняння тваринно-рослинного світу окремих територій кристалізує дитячий світогляд, підкреслюючи єдність органічного світу.

Кожна екскурсія складається з таких трьох моментів.

1. Підготовка до екскурсії.
2. Проведення екскурсії.
3. Обробка матеріалів екскурсії.

Підготовка педагога до екскурсії починається з перегляду відповідної фахової літератури. Слід добре продумати план і маршрут екскурсії. У плані треба вказати не тільки тему екскурсії, а й докладно зупинитися на її меті і завданнях. Залежно від маршруту план екскурсії повинен бути розбитий на окремі етапи. По кожному з них треба передбачити зупинку для пояснень усій групі дітей та для збирання матеріалу. Треба коротенько зазначити зміст пояснення на кожному етапі та вказати, що саме повинні побачити і зібрати учні, а також орієнтовно намітити час, який відводиться на даний розділ екскурсії, з тим, щоб у цілому екскурсія тривала не більше ніж 6 годин.

Зважаючи на все це, вчитель перед проведенням екскурсії повинен сам за кілька днів до екскурсії пройти передбаченим маршрутом, намітити місця збирання матеріалу, місця для зупинки.

Слід передбачити підготовку всього екскурсійного обладнання - ботанічні папки, достатня кількість газетного паперу, етикетки, водяні та повітряні сачки, морилки, копачки, блокноти, фотоапарати, біноклі, лупи, пакетики для плодів та насіння, визначник рослин і тварин та ін. При проведенні екскурсії в природу бажано мати хоч на 2-3 учні по рюкзаку, в якому найзручніше носити все обладнання.

Треба пам'ятати золоте правило: під час екскурсії слід мати все потрібне, але нічого зайвого, бо все має вагу, а перенесення вантажу втомлює дітей.

Робота під час екскурсії складається з двох частин - пояснення вчителя і збирання матеріалу.

Наприкінці екскурсії потрібно провести коротеньку підсумовуючу бесіду і, головне, пояснити, ще треба робити із зібраним матеріалом.

Щоб екскурсія була ефективною, саме на обробку зібраного матеріалу слід звернути особливу увагу. Насамперед кожен учень повинен вести щоденник, у якому він описує все, що спостерігав під час екскурсій. Крім того, весь зібраний матеріал слід відповідно обробити: рослини добре висушити, визначити і відповідно змонтувати різні зібрані зразки.

Г Р А

Гра - засіб багатогранний. Це і самостійна діяльність, що сприяє всебічному розвитку особистості, і засіб формування та згуртування колективу, і метод організації інших видів діяльності, і емоційний стан, і засіб спілкування. Рухливі ігри забезпечують радість руху, дають заряд бадьорості, знімають втому і водночас забезпечують дружні контакти, формують дитячий колектив. Пізнавальні ігри - гімнастика для розуму, вони перевіряють і збагачують знання дітей. Ігри на місцевості дають відчуття радість від колективних зусиль.

Часто використовують рухливі ігри. Складовою частиною кожної рухливої ігри є біг, стрибки, метання, лазіння і перелізання, вправи з рівноваги, імітація деяких спеціальних спортивних рухів тощо. В іграх учасники закріплюють та вдосконалюють найрізноманітніші вміння і навички, розвивають спритність, силу, швидкість, витривалість. Чітко й лаконічно пояснивши зміст і правила гри, дайте змогу самим учасникам обрати ведучого, потім поставте гравців у вихідне положення. Гру починають за умовним сигналом (*свистком, сплеском, змахом руки тощо*). Гравцям, які помиляються або порушують правила, роблять відповідні зауваження в процесі гри. Якщо допущено грубі помилки, гру припиняють і додатково її роз'яснюють.

Приділіть особливу увагу учасникам, які грають неактивно, бояться складних стрибків, перелізання тощо. Допоможіть їм, підбадьорте.

Гру припиняють, коли закінчився визначений час або вичерпалось завдання, і гравці отримали відповідне фізичне навантаження. Після цього слід відзначити найактивніших, найспритніших і тих, хто цього разу грав краще, ніж раніше. Це викликає почуття впевненості у своїх силах, задоволення.

Відомі вже ігри можна повторювати, ускладнюючи їх; не забувайте про необхідність правильного дозування фізичних навантажень. Рухову діяльність дітей чергуйте з короткочасним відпочинком.

Загальна тривалість гри, залежно від її складності та інтенсивності рухових дій, для дітей 8-10 років становить 10-15 хвилин, підлітків 10-12 років - 16-20 хвилин, підлітків 12-14 років - 20-25 хвилин.

Пізнавальні ігри

«Вікторина»

Перед вами текст. Прочитайте його, будь ласка. Поділіться на дві команди. Команда, що ліворуч, має позначити абзаци цифрами і придумати запитання-загадку до кожного абзацу. Потім ця команда поставить свої запитання-

загадки команді, що праворуч. Остання команда має відповісти на запитання і сказати, до якого абзацу воно відноситься. Отже, ще раз перегляньте текст, домовтеся про нумерацію абзаців і сформулюйте запитання-загадки.

Команда, що ліворуч, отримує час на підготовку запитань-загадок, а команда, що праворуч, у цей час обговорить текст, виділивши в кожному абзаці головну думку. Потім ми оцінюватимемо оригінальність запитання-загадки, оригінальність відповіді, гумор і кмітливість гравців.

«Іменники»

Перед вами навчальний текст. Прочитайте його. Тепер, будь ласка, сядьте в коло. Ми переказуватимемо текст колективно. Зліва направо по черзі ви називатимете іменники, що найточніше відповідають кожному невеликому уривкові тексту в його звичайному порядку. Причому кожний наступний учасник гри називає іменники, вимовлені перед ним іншими гравцями, і далі додає свій. Таким чином, ми маємо відтворити основну ідею навчального тексту іменниками.

Ведучий визначає, хто точніше й дотепніше дібрав необхідне для тексту слово.

«Краще запитання»

Перед вами навчальний текст. Прочитаймо його. Тепер кожний має придумати оригінальне запитання з теми навчального тексту. Запитання, відповідь на яке покаже досконалість оволодіння цим матеріалом, дає можливість побачити його з найцікавішого боку.

Отже, ще раз прочитаймо текст і придумаймо цікаве запитання.

Учасники по черзі їх ставитимуть, а інші — відповідатимуть на них якнайповніше. Отже, давайте вирішимо, хто поставив найцікавіше запитання, а хто найкраще відповів і був найактивнішим. Ведучий визначає переможців.

«Переказ по колу»

Прочитаймо текст. Тепер станьмо в коло. Ведучий, що стоїть у центрі, заплющує очі, крутиться на місці і вказує на будь-кого з гравців, із якого й починається відтворення навчального тексту. Далі, за годинниковою стрілкою, кожний говорить по одній фразі з навчального тексту. Отже, переповідаємо текст по фразі.

Тепер іще раз прочитаємо текст. Будь ласка, давайте виправимо помилки, якщо вони є, і доповнимо переповідання тексту, тому що, певне, було щось пропущено. За годинниковою стрілкою почнемо з того, на кого вкаже ведучий.

Тепер визначимо найактивнішого учасника. Ведучий привітає переможців.

«Казкарі»

Вам дали навчальний текст. Давайте його прочитаємо. Тепер придумайте казку за заданим текстом, але таку, щоб її основна думка відображала суть навчального тексту. Це у нас буде конкурс казкарів.

Щоб придумати хорошу казку, потрібно ще раз прочитати текст • швидко й уважно. Ось тепер придумаємо казку про те, як... Далі слухатимемо всіх по черзі. Можна коротко занотовувати. Вам дається небагато часу на підготовку. Ведучий визначає переможців, не забуваючи враховувати оригінальність придуманого, гумор і незвичайність казки.

«Пошта»

Прочитаємо уважно навчальний текст. Візьміть аркуш паперу, олівець. Розрахуйтеся за годинниковою стрілкою, присвоєючи у такий спосіб кожному адресатові відповідний номер.

Напишіть і помістіть аркуш так, щоб його було видно всім. Запам'ятайте свої й чужі номери. Тепер кожний ставить запитання за текстом, коротко, бажано з гумором, і будь-кому адресує своє запитання, поставивши відповідний номер і зворотню адресу. Можна адресувати запитання двом-трьом гравцям, тобто чим більше, тим краще.

За командою ведучого гра припиняється і підбиваються підсумки. Виграє той, хто встиг поставити більше запитань і більше дати відповідей. На запитання й відповіді буде відведено певний час. Ведучий визначає переможця.

«Обсяг пам'яті»

Приготуйте папір і олівець. Виберіть одного художника. Інші діляться на дві команди. Художнику, будь ласка, намалюйте впродовж хвилини десять простих фігурок або десять предметів, пов'язаних із навчальним текстом. Тепер покажіть свої малюнки командам і відразу сховайте. Будь ласка, гравці, намалюйте те, що запам'ятали. Художнику, ви тепер суддя, визначте, у якій команді правильніше й більше запам'ятали.

«Зорова пам'ять»

Нехай хто-небудь із вас зображуватиме картину, портрет, можна свій особистий. І нехай картина буде якимось чином пов'язана з навчальним текстом. Визначте також ведучого, потім розділіться на дві команди. Будь ласка, зараз команди впродовж хвилини милуватимуться картиною, розглядаючи її якомога детальніше. Милуйтеся. Тепер усі відверніться. Ведучий, змініть у картині якнайбільше деталей. Гравці, по черзі з першої і з другої команди, підійдіть по одному до картини і мовчки приведіть у вихідне положення всі зміни. Старайтеся нічого не пропустити. Коли на місце сідає попередній гравець, до картини підходить наступний. Ведучий оголошує команду-переможницю.

Організатор гри — «вітер», діти — «флюгери». Коли керівник говорить: «Вітер дме з півночі», «флюгери» мають повернутись обличчям на південь, якщо із заходу — на схід, якщо — «буря», то «флюгери» похитуються на місці, «штиль» — усі завмирають.

Можна двічі—тричі назвати один і той самий напрямок. Перемагають ті, хто зробить меншу кількість помилок.

«Риба, звір, птах»

Діти стоять у колі. Ведучий проходить повз дітей, повторюючи три слова: «Риба, звір, птах», потім зненацька зупиняється перед ким-небудь і говорить: «Риба». Той має назвати яку-небудь рибу. Хто відповість неправильно, виконує номер художньої самодіяльності.

«Де ніс, де вухо»

Діти стають у коло. Ведучий іде колом і зупиняється перед ким-небудь із дітей, доторкується до свого вуха і каже: «Це мій ніс». Гравець має негайно показати на свій ніс і сказати: «Це моє вухо». Якщо він відповість неправильно, змінює ведучого.

«Футболіст»

Серед учасників гри діти обирають футболіста, який виходить на середину кімнати. Йому зав'язують очі, а приблизно за метр від нього, попереду, кладуть м'яч. Ведучий, розкрутивши футболіста кілька разів на місці, дає команду гравцеві зробити кілька кроків у необхідному напрямку і вдарити м'яч.

Футболістами мають стати всі гравці, крім ведучого. Потім визначається три кращих футболісти і поміж ними розподіляється три перших місця.

«Кінострічка»

Давайте пограємо в таку гру. Розподілимося на команди — кожна за протилежними сторонами стола. Ведучий оголошує назву кінострічки, що нині створюватиметься кожною командою (по черзі). Учасник першої команди, який сидить скраю, повторює назву фільму і називає наступне слово (обов'язково іменник), що визначає ту картину, яку він уявляє.

Наприклад, «ліс... *(другий учасник команди повторює сказане і додає своє слово, розвиваючи сюжет)*, ліс, вогнище».

Так назбируються слова-кадри. Кожен учень повторює всі слова, сказані до нього, і додає нове. Гра проходить у два кола в кожній команді і наприкінці має настати логічний її кінець. Ведучий оцінить сценарій.

«Подарунки»

Гравці діляться на дві команди. Гравці, що сидять скраю, поруч із ведучими, придумують, який подарунок подарували б тому хто сидить поряд, за

допомогою міміки та жестів. Як тільки той відгадує, він може загадати свій подарунок тому, хто сидить за ним. Пояснювати можна тільки за допомогою міміки та жестів.

Допускається підказка, але така, у якій не міститься назви даного предмета, тільки його опис. Перемагає та команда, яка прийшла до фінішу першою.

«Кольори»

Ведучий пропонує всім гравцям по черзі назвати п'ять предметів одного кольору (синього, червоного, жовтого тощо). Так він називатиме різні кольори. Той, хто не зможе за хвилину пригадати п'ять предметів названого кольору, виходить із гри. Повторювати вже названі предмети не дозволяється.

«Пісня»

Ведучий плескає в долоні, і всі починають голосно співати. Коли він плескає долонями вдруге, усі продовжують співати «про себе», а коли втретє — знову всі продовжують співати вголос. Так триває доти, доки хтось не зіб'ється. Той, хто помилився, виходить уперед і пропонує всім заспівати ще одну всім відому пісню. І так кілька разів.

Ведучий може допомагати учням-ведучим, диригуючи зведеним хором, особливо в ті моменти, коли учасники співають «про себе».

«Оживлені картинки»

Дві команди гравців придумують сюжет своєї картинки в секреті від іншої. Потім кожна команда показує німу сцену за своїм сюжетом.

Для показу пантоміми відводиться 15 с. Глядачі правої сторони висувають свою версію побаченого, а команда артистів пояснює, що побачила вона. Потім обговорюється друга пантоміма і разом вирішується, яка з команд точніше відгадала і яка краще показала.

Та команда, яка програла, запрошує переможців на танець.

МУЗИЧНІ ІГРИ ПІД ЧАС МАСОВОК

«Коломийка»

Діти роблять коло.

1-ша фігура. Виконується вісім пробіжок по лінії танцю, восьма — у протилежному напрямку.

2-га фігура. Стоячи обличчям до центру кола та імітуючи положення рук на жилеті, діти виконують правою ногою рух «Чарльстона» — чотири рази на місці і чотири рази в повороті праворуч.

3-тя фігура. Виконується з підскоком. Починаючи з правої ноги, діти викидають уперед чотири рази то праву, то ліву ногу, одночасно роблячи руками те саме (правою рукою рухаючи зверху вниз). Ці рухи повторюються чотири рази на місці і стільки само разів у повороті навколо своєї осі праворуч.

4-та фігура. Узявшись за руки, діти йдуть чотири кроки в центр кола і співають «Ми танцюємо «коломийку», гоп-ша гоп-ша». Відходять чотири кроки назад. Потім ці рухи зі словами повторюються ще раз.

«Танок номерів»

1. Усі діти стають у коло по п'ять осіб. Рухаються за порядком номерів і запам'ятовують їх. (*Слід перевірити, чи всі запам'ятали свій номер.*)

2. Під музику «коло» біжать праворуч, музика зупиняється і ведучий називає номери. Названі номери виходять у центр своїх кіл. Ведучий оголошує: «Перші номери виконують український танок».

3. Лунає музика. Діти з названими номерами виконують танок. Після його закінчення кращим танцюристам видають жетони.

4. Викликаються діти з іншими номерами, які виконують інший танок. Так повторюється п'ять разів.

5. Наприкінці гри треба провести загальний танець, який танцюють, хто як уміє.

«Веселий бубон»

Гравці із залу діляться на дві команди. Ведучий кидає два м'ячі. Кожна команда має швидко руками передавати м'яч із перших рядів до останніх, голосно повторюючи при цьому слова:

«Ти котись, веселий бубон,
швидко, швидко, по руках,
і в кого лишився бубон,
той станцює для всіх нас».

Діти, у чиїх руках залишилися м'ячі, виходять до ведучого. Гра повторюється кілька разів. Наприкінці діти-штрафники виконують різноманітні номери художньої самодіяльності.

«12 записок»

Це гра для дітей будь-якого віку, її можна проводити і в приміщенні, але краще — на відкритій місцевості. Гра полягає у пошуках 12 записок, в останній з яких указане місце перебування «скарбу» (солодоші, приз тощо). Особливо ретельно слід підготуватися до початку гри. Організатор має зробити ось що:

1. У блокноті під 12 номерами вказати орієнтовне положення записок.

Наприклад, № 1 — біля футбольних воріт; № 2 — в альтанці; № 3 — на терасі.

2. Вийти на територію, де відбудеться гра, і заховати заздалегідь приготовлені записки, починаючи з останньої, 12-ї, у якій указано: «Скарб знайдете у такому місці». Потім слід іти на те місце, де має бути 11-та записка, і залишити там аркуш із таким текстом: «№ 11. 12-ту записку знайдете...» (*Указати місце, де саме сховано 12-ту записку.*) У такий спосіб потрібно заховати всі записки й уже потім оголосити гру.

Рекомендуємо супроводжувати дітей на маршруті, адже якщо вони не знайдуть якусь записку, то можуть утратити азарт до гри.

До речі, цю гру можна зробити і першим етапом «Дня індіанців». Але в такому разі замість «скарбу» краще шукати зашифрований лист, у якому, скажімо, оголошується збір на галявині Великого Багаття.

Вікторина

Вікторина — це захоплююча гра, у процесі якої в певній послідовності (логічній, хронологічній) перед учасниками ставляться запитання, на які вони дають відповідь в усній чи письмовій формі. У тлумачному словнику подається таке значення слова «вікторина»: гра у відповіді на запитання об'єднані якою-небудь загальною темою.

Цілі вікторини:

- розвивати цікавість до знань;
- розширяти кругозір учнів;
- сприяти розвитку пам'яті, творчого мислення, винахідливості, кмітливості;
- виявити здібності, інтереси учнів у різних сферах науки, техніки, мистецтва.

Вікторини різноманітні за змістом. Розрізняють історичні, літературні, музичні, науково-технічні, морально-етичні і змішані вікторини, які складаються з питань різних сфер знань і людських відносин.

Переважно учасникам вікторини ставляться запитання в усній чи письмовій формі. Вікторини можуть проводитись у формі представлення глядачам малюнків, фотографій, відтворення звукозаписів, демонстрації дослідів і постановки проблемних питань.

Вікторина — це своєрідний конкурс. Її можна проводити у формі аукціону. Назва «вікторина» утворена від латинського слова *viktoria* - «перемога». Проведенню шкільної вікторини передують певні підготовчі роботи. Спочатку необхідно з'ясувати, про що хочуть дізнатися учні. Визначається вид вікторини, її форма, термін підготовки. Учитель, уважно вивчивши необхідну літературу, добирає собі двох-трьох помічників із числа найбільш підготовлених учнів для розробки запитань вікторини і разом з ними формулює в письмовій формі вичерпні контрольні запитання. Вони повинні бути змістовними, чітко сформованими. Ступінь складності, кількість запропонованих запитань залежать від віку, рівня підготовки учнів, їхніх інтелектуальних здібностей.

Перед початком вікторини слід ознайомити учнів із правилами її проведення. Якщо запитання вивішуються попередньо, то відповіді на них учні опускають у скриньку в установлений термін. У ході проведення усної вікторини важливо створити певний психологічний настрій, атмосферу зацікавленості, однак при цьому не можна допускати, щоб запитання і відповіді загубились у шумі. Запитання потрібно ставити голосно й чітко, а бажаючи відповісти піднімають руки і з дозволу ведучого по черзі дають на них відповіді. Коли учасникам вікторини важко дати відповідь на поставлене запитання, доцільно непомітно натякнути їм на правильну відповідь допоміжним запитанням, а якщо і в цьому разі ніхто не може відповісти, то ведучий сам дає правильну відповідь.

42

Кожна відповідь учнів оцінюється журі: за правильну і повну відповідь присуджується два бали, за правильну, але неповну відповідь — один. Потім бали сумують і визначаються переможці.

Вікторини можуть проводитися і в письмовій формі: у цьому разі запитання вивішуються на великих аркушах чи роздаються учням написаними на окремих картках. Кожному учневі дається аркуш паперу, де він записує відповіді, ставить своє прізвище і разом із карткою здає журі. Журі вивчає відповіді, аналізує їх і визначає переможців. Учасників вікторини можна ознайомити з кращими відповідями.

Нагороджують переможців вікторини книгами, листівками, саморобними сувенірами. Оголошення результатів і вручення призів краще проводити після закінчення вікторини, щоб не відволікати увагу учнів. Результати вікторини, імена переможців можна опублікувати в шкільній стіннівці.

Аукціон

Як відомо, аукціон — це публічний продаж, у процесі якого речі отримує той, хто запропонує більшу платню.

У шкільному колективі аукціон може набувати характеру гри, де використовується тільки форма проведення. Найчастіше він стає елементом свята, вечірки тощо.

Як форма виховної роботи аукціон забезпечує:

- виявлення в учнів інтересу до знань;
- формування умінь висловлювати власну думку;
- розвиток уміння слухати та доповнювати інших.

Дух суперництва і змагання на аукціоні спонукає кожного учасника бути ввічливим, зібраним, передбачливим і лаконічним у відповідях, вчить майстерності полеміки.

Аукціони бувають різними за тематикою: інтелектуальний, літературний, книжковий тощо. Утім, методика підготовки аналогічна: одні учасники готують речі для «продажу» (зроблені власноруч іграшки, малюнки тощо), інші готуються до відповідей.

Ведучим обирають того учня, який може вдало представити річ — яскраво її описати, знайти в ній щось особливе або поставити цікаве запитання, стимулюючи у присутніх бажання брати участь у змаганні інтелекту.

Ведучий розташовується за столом (кафедрою), в руках у нього молоток. Він представляє річ, виставлену для «продажу», або оголошує тему завдання (приміром, пригадати приказки, прислів'я, кінофільми, п'єси, опери, у заголовку яких використовується власна назва або чилівник; назвати байки, вірші, присвячені природі тощо). Учасники пропонують варіанти відповідей. Ведучий фіксує кожну правильну відповідь ударом молотка об стіл. Коли варіанти вичерпано, ведучий рахує до трьох, ударяючи при цьому молотком. Переможцем стає той, хто дав правильну відповідь до третього удару. Про кінець розіграшу сповіщається ударом у гонг. Далі все повторюється у такому самому порядку.

Аукціон інтелектуальний

Суть інтелектуального аукціону полягає у «продажу» й «купівлі» духовної цінності, матеріалізованої у книжці, репродукції, диску тощо. Тобто учасник, який дає правильну відповідь на запитання до третього удару гонга, отримує диск, книгу тощо, про які йшлося.

Методика проведення інтелектуального аукціону передбачає:

- представлення і показ аудиторії «товару», тобто стимулювання інтересу до нього;
- оголошення платні за «товар»;
- прийом перших «внесків-платежів»;
- пропозицію ведучого збільшити «платню»;

- чітке дотримання умовного часу, відведеного для призначення нової «платні» (на рахунок один-два-три);
- вручення «товару» тому, хто останній «призначив ціну»;
- привітання «покупця», який придбав «товар».

В інтелектуальному аукціоні важливо дотримуватися таких умов:

- проводити аукціон необхідно для учнів однієї вікової групи, щоб забезпечити однакові інтелектуальні можливості учасників;
- ведучий зобов'язаний чітко фіксувати найпершу підняту руку;
- ведучим може бути тільки той учень, який добре володіє інформацією про предмет «продажу»;
- імітація «купівлі-продажу» має відбуватись у веселій, іронічній тональності, проте зі збереженням відповідального, зацікавленого ставлення до процедури аукціону.

«Аукціон знань»

Загони отримують домашні завдання — таємно виготовити один-два предмети-велетні з кількох раніше обговорюваних галузей знань (техніка, наука, мистецтво, спорт тощо). Вивчається література з цих предметів.

Предмети виставляються на аукціон, де вони можуть бути придбані загонами в обмін на знання про ці предмети, про їх значення у житті, про історію, устрій, призначення і різноманітні властивості. Основні ігрові завдання — активно, чітко, коротко викласти наявні дані про предмет, показати максимум

наявних знань, якомога скоріше набрати певну суму балів, щоб мати право отримати речі з аукціону.

Костюмовані лише виконавці центральний ролей — розпорядник і його помічник, решта учасників гри — у повсякденному одязі (у розпорядника — костюм із краваткою, його помічники святково одягнуті, мають однакові емблеми).

Виконуючи роль розпорядника, бажано все стилізувати під аукціонний розпродаж. Реквізит — гонг, молоток, дошки і крейди для підрахунку балів, стіл для демонстрації речей, мікрофон ведучому (якщо грає кілька загонів, мікрофони необхідні у залі), музика для пауз, під час яких загони готують творчі «комісійні збори». На старті шикуються перші учасники. Виставлення предмета на «продаж», установлення його «ціни», «купівля» предмета в обмін на знання. Усі загони по черзі отримують слово для розповіді про виставлений предмет. Упродовж хвилини кожний має точно й коротко викласти суть наявної у загоні інформації про предмети. Розпорядник аукціону оцінює кожне висловлювання в балах. Лічильники вписують кількість отриманих балів на табло. Коли який-небудь загін набрав певне число балів, річ оголошується проданою. Загін, що «купив» річ, має тут же впродовж хвилини підготувати, а потім показати творчий «комісійний збір» (це пісня, сценка, жива картина з приводу придбаного предмета). Якщо він не виплачується, річ не видається власникам.

На «продаж» виставляється наступний предмет. Цикл гри повторюється.

Поради щодо проведення. У ролі розпорядника аукціону має виступити педагог, що відзначається швидкістю реакції, почуттям гумору і широким кругозором. Він має вміти розпалити змагання й керувати його темпом з урахуванням вікових особливостей та інтелектуального рівня гравців. Діти краще можуть виявити свої знання, якщо для гри взяти достатньо прості предмети (наприклад, колесо, яйце, яблуко, цибулину, стріли тощо). Використання складних предметів і слабо підготовлена аудиторія роблять гру в'ялою, нецікавою. Предмети, що виставляються на аукціон, мають бути яскравими, великого розміру, щоб були добре всім видні (наприклад, яблуко може бути зроблене із м'яча і гофрованого паперу). Оцінювання знань має ігровий гатунок, тому умовно ціна предмета і відповідей може визначатись у вигаданих одиницях. Продаж одного предмета проводиться доти, доки є ігровий азіотаж, атмосфера інтелектуальної боротьби. Для активізації колективної роботи допускається введення додаткових правил. Наприклад, скорочення часу викладення інформації з однієї хвилини до 30 секунд, зняття балів як штрафу за повтори вже висловленої інформації, вища оцінка інформації на заключному етапі продажу предмета і введення «особистого рахунку» у грі для «вискочок», які працюють не на загін, а на особисте марнославство (ці бали не йдуть у залік колективу, а зараховуються на рахунок одного гравця. Якщо навіть він набирає самостійно встановлену ціну предмета, то отримує не розіграваний предмет, а жартівливий приз). Можуть виникнути ситуації, коли ведучий буде не спроможний правильно оцінити інформацію, тоді він має право взяти впродовж гри дві хвилини на нараду з компетентнішими з даного питання людьми із залу. Усі паузи заповнюються музикою.

«Аукціон народних мудростей»

Загони отримують домашнє завдання зібрати прислів'я, приказки, загадки і народні прикмети про рослини, тварини, природні явища. Народний фольклор вивчається за допомогою літератури, зустрічей-бесід і власних спостережень у природі. На аукціон виставляються вироби дітей, які отримали високу оцінку журі на попередньо проведеному конкурсі «Природа, майстерність і фантазія». Вони можуть бути придбані в обмін на знання народних мудростей про природу.

Для проведення гри слід підготувати костюми для ведучого аукціону та знаки (емблеми, значки, головні убори, пов'язки) для демонстраторів товарів. Допускається стилізація атрибутів аукціону і мовна стилізація процесу купівлі-продажу.

Реквізит — гонг, молоток, дошка-табло, крейда, столи для демонстрування предметів, мікрофон, музика для заповнення пауз.

Відкриття аукціону (представлення товарів і встановлення їх цін). Купівля-продаж предметів у обмін на знання народних мудростей. Усі загони по черзі дають коротку характеристику їх художніх цінностей і заявляють, в обмін на знання яких народних мудростей буде проведено купівлю (наприклад,

прислів'їв, приказок про пори року, загадок про рослини, народних прикмет тощо). Розпорядники аукціону оцінюють кожний вислів у балах. Лічильники вписують отримані колективами бали на табло. Як тільки який-небудь загін набирає встановлене число балів, річ вважається проданою. Загони, отримавши речі з аукціону, упродовж 10 хвилин готують творчі сюрпризи (як знак вдячності авторам) та інсценують їх.

Для тих, хто в поході

Чи завжди потрібне велике багаття?

В поході під час приготування їжі зручно користуватися казанками з триніжками. Вони коштують недорого і дуже зручні. (Палива потребують мало, їжа готується в них швидко, вони безпечні у використанні, легкі і портативні під час перенесення. Маленьке багаття ко в неглибокій ямці під кожним казанком, багаттячко із сухих гілок та шишок приготує будь-яку страву за 15—17 хвилин. Верхня частина триніжка не розжарюється, тому казанок легко зняти з вогню: однією рукою весь триніжок з казанком виймаються із землі, переноситься в інше місце і знову усаджується в землю відразу трьома кінцями.

Під час переходу триніжок, обгорнутий шматком тканини, можна загорнути у намет, а казанок прикріпити за ручку до рюкзака. На групу 12—15 чоловік достатньо взяти три казанки.

На всяк випадок

Щоб захистити сірники від вологи, покрийте їх лаком для нігтів або парафіном. Сірники краще зберігати не в коробці, а в пляшечці, щільно закривши отвір пробкою.

Як важко відмити закопчений у поході посуд! Спробуйте використати замість мочалки хвощ, високі трубчасті пагони якого часто зустрічаються в затінених лісових куточках. Ягоди бузини чудово заміняють мило.

Одяг і рюкзак туриста

Одяг туриста повинен бути легким, теплим, зручним, а взуття — міцним і розношеним. На випадок поганої погоди візьміть із собою светр або плащ. Покладіть в рюкзак кружку, миску, носові хустинки, легеньку ковдру, сірники, компас, нитки, голку, запасну зміну білизни, блокнот, олівці, топографічну карту, фотоапарат. М'які речі покладіть до спини вздовж задньої частини рюкзака. Сипучі продукти в торбинках (крупу, сіль), консерви покладіть в середину рюкзака, а хліб зверху, щоб він менш кришився. Металеві речі обгорніть папером і розкладіть в різні місця рюкзака, щоб вони не билися одна об одну. Рюкзак повинен бути добре підігнаним, з широкими лямками, підшитими фетром або повстю. Більш важкі речі мають бути ближче до спини. Правильно складений рюкзак, якщо його поставити на

підлогу, почне нахилитися назад, до лямок, а не вперед, до кишень. Кожен турист повинен знати, що з групового спорядження він буде нести: намет, ліхтар, продукти, тару для продуктів, посуд, сокиру, лопати, свічки.

Перша медична допомога

Якщо хтось порізав руку або натер ногу, змастіть шкіру навколо рани йодом і присипте порошком білого стрептоциду. Це допоможе зупинити кров.

Дуже небезпечні тепловий і сонячний удари. Їх ознаки: почервоніння обличчя, нудота, блювання, утруднене дихання. Якомога швидше перенесіть потерпілого в тінь, змочіть груди і голову холодною водою.

Як влаштувати бівуак

Найкраще місце для привалу з ночівлею — лісова галявина із піщаним ґрунтом неподалік від річки або озера. Бівуак, як правило, розташовують на сухому підвищеному місці так, щоб у разі дощу намети не заливало водою. Навколо намету на випадок негоди зробіть рівчачки для збігання води. Для ночівлі дно намету застеляють шаром сухого моху, папороті, очерету. А подушкою може / слугувати рюкзак, набитий сухим ^v листям і травою. На ніч біля входу розкладають полин, це певною мірою захистить намет від комах. Вогнище розпалюйте з підвітряної сторони, не ближче 10 метрів від намету і дерев, щоб не призвести до лісової пожежі і не пошкодити намети. Перш ніж розводити багаття, зніміть дерн і приберіть його в бік (він вам ще знадобиться!). Місце для вогнища обкопайте широким рівчаком. Найкращим паливом є сухостійна ялина, сосна, береза. Ніколи не рубайте дерев, не здирайте кору з живої берези! Розпалювання із дрібних гілочок кладіть решіткою. Підпалюйте вогнище знизу із тієї сторони, звідки дме вітер. Якщо погода волога, розпал вибирайте з дрібних сухих смолистих коренів ялини, сосну, кедр.

Знімаючись із бівуаку, охайно приберіть все сміття. Консервні банки закопайте, сміття спаліть.

Загасіть вогнище, засипте його землею, а зверху накрийте дерном. Намети виверніть, витрусіть з них все сміття.

Що брати в похід?

«У поході грам важить кілограм», — кажуть досвідчені туристи. Отож брати з собою слід найнеобхідніше й найпотрібніше.

Передусім про одяг і взуття. Вони повинні бути зручними і не тісними. Не рекомендується брати одяг із синтетичних матеріалів. Краще одягніть легкий костюм з бавовняної тканини. На випадок похолодання необхідно мати теплі речі — светр, вовняну куртку. Добре, якщо у вас є штормівка, — вона послужить вам і в негоду, і в часи ранкової та вечірньої прохолоди. Взуття має бути зручним, розношеним. Найкраще, звичайно, скористатися туристськими черевиками з рифленою подошвою або кедами. Шкарпетки візьміть прості чи вовняні, без синтетики.

Крім того, кожен повинен мати з собою спальний мішок (а якщо його нема — ковдру), кухоль, миску, ложку, ніж, предмети особистої гігієни, голку, нитки, сірники.

Успіх походу значною мірою залежить від правильно підбраного групового спорядження. Вирушаючи у тривалу подорож, обов'язково треба мати намети, куховарське начиння (казанки, ополоник, кухонні ножі), 1—2 сокири, невелику лопатку, ліхтарі, компаси, а також медичну аптечку.

І, нарешті, про продукти. Їх треба брати, враховуючи що на добу норму харчування одного туриста складають: півхлібини, 200—250 г різних круп, 50 г макаронних виробів, 20—30 г вершкового масла, 100 г м'ясопродуктів, 50 г цукру, чай, сіль, лавровий лист та інші спеції. Щоб полегшити куховарські турботи, радимо закупити супи, кашу, киселі у концентратах, а також м'ясні і рибні консерви.

Групове спорядження і продукти рівномірно розподіляються між усіма учасниками походу.

Кілька порад початківцю

У поході виникає чимало різноманітних проблем. Особливо у тих, хто подорожує вперше. Отож візьміть до уваги деякі практичні поради бувалих туристів. Вони допоможуть уникнути вам скрутних ситуацій, у які часом втрапляють туристи-початківці.

Під час переходів менше пийте. Посилене пиття не вгамовуючи спраги, лиш утруднює роботу серця і викликає передчасну втому.

Перечікуючи у наметі дощ, не торкайтеся стінок і даху, інакше вони почнуть протікати.

Якщо доводиться пити воду некип'ячену, попередньо продезинфікуйте її кількома кристаликами марганцевокислого калію (до ледь-ледь помітного порожевіння води).

Йдучи у похід, не забудьте про захист від шкідливих комах — вони можуть зіпсувати всю мандрівку. Запасіться препаратами «Дета», «Тайга» або диметилфталатом. Їх можна придбати в аптеці.

Щоб не заблукати, будьте в дорозі спостережливими. Звертайте увагу на різноманітні орієнтири: перехрестя доріг, примітне дерево, просіку тощо. Це допоможе орієнтуватися на зворотному шляху.

Вибираючи місце для ночівлі, не влаштовуйтеся на пагорбі, біля поодиноких дерев. Під час грози такі місця найчастіше вражає блискавка.

Від дощу чи вранішньої роси сірники можуть відсиріти. Тому в поході не завадить мати резервний коробок, надійно запакований в поліетиленовий мішечок.

Дитяче самоврядування у літньому таборі

ОСНОВИ ДИТЯЧОГО САМОВРЯДУВАННЯ

1. Зміст дитячого самоврядування полягає не в тому, щоб діти залучалися в наявні піраміди керівництва-виконання, а в тому, щоб вони набували особистісного досвіду демократичних стосунків.
2. Самоврядування в таборі не спеціальна дитяча діяльність «із керування» (звідси поширилося копіювання схем і структур керування), а й режим перебігу спільної й самостійної дитячої діяльності, що забезпечує необхідну динаміку демократичних, подієвих стосунків у дитячому середовищі. Самоврядування дає реальні можливості цивільного й особистісного самовизначення підлітків і юнаків.
3. Дитяче самоврядування виростає навколо підготовки і реалізації подій табірного життя (колективно-творчих справ на рівні загону, тимчасової творчої групи, дружини). Адже зміст «взаємин у події» може транслюватися в повсякденне життя дитини.
4. Виникнення системи дитячого самоврядування — явище високого рівня складності, результат тривалої роботи педагогічного й учнівського співтовариств із визначення елементів, зв'язків, якостей системи. Система самоврядування (постійні органи самоврядування з визначеними владними повноваженнями) не обов'язкова. Неможливо «будувати» систему дитячого самоврядування, її можна лише «вирощувати».
5. У ситуаціях самоврядування дітей педагоги не можуть регламентувати міжвікові й міжгрупові стосунки. Однак діагностувати їх стан, проблематизувати діяльність, у якій складаються ці взаємини, надавати допомогу й підтримку тим дітям, що мають потребу у зміцненні власної самоуправлінської позиції, — професійний обов'язок педагога як вихователя.

ЯК НА ПРАКТИЦІ РЕАЛІЗУВАТИ СПРАВЖНЄ САМОВРЯДУВАННЯ?

Можлива модель становлення й розвитку дитячого самоврядування є послідовністю чітко окреслених кроків.

1. Діагностування простору взаємин — головне завдання початкового етапу. На цьому етапі проводиться діагностика міжособистісних, міжвікових та інших стосунків дітей у рамках загону (виявлення лідерів у різних царинах). Навколо вожатих можуть об'єднатися діти, небайдужі до процесу розвитку загону. Вони складають групу колективного дослідження, а потім і проєктувальника діяльності в заgonі за допомогою самоврядування.
2. Проєктування і реалізація «прецедентів самоврядування».

На цьому етапі ініціативною групою розпочинаються зміни у подієвому житті загону (табору).

З'являються «прецеденти самоврядування» — події, що можуть здійснюватися школярами переважно самодіяльно і самокеровано (організація чергувань, ведення радіопередач).

3. Становлення самоврядування як основного принципу по-дієвого життя загону (табору).

Тепер будь-яка загонова чи дружинна подія, за можливості, має стати самодіяльною і самокерованою.

Подія може розгортатися в кілька етапів

Оголошення конкурсу на кращий проект колективно-творчої справи в рамках зміни в таборі (загоні).

Створення тимчасових творчих груп з розробки проектів.

Визначення «експертною радою» кращого проекту чи — у випадкові неможливості подібного — кращих проектувальників за результатами внутрішньогрупового рейтингу в загонах.

Складання «команди справи», готової запустити проект у життя; робота «команди справи» із залученням усіх зацікавлених осіб.

Однак подібна динаміка розгортання події ще не є гарантом виникнення лорієвих, демократичних взаємин між дітьми як суб'єктами діяльності в режимі самоврядування.

Необхідне прийняття деяких формальних демократичних принципів:

- особистої відповідальності;
- прагнення до згоди;
- свободи думки;
- змінюваності управлінських позицій;
- рівності можливостей.

Прийняття принципів закріплюється у «Положенні про підготовку і реалізацію події», де мають бути визначені місце і роль педагогічного колективу, окремих педагогів — організаторів самоврядування, рівні підтримки адміністрації, роз'яснені особливості дитячої діяльності в режимі самоврядування.

У самому понятті *самоврядування* присутня відповідь на те, яким чином воно має організовуватися — *само!* Але це в ідеалі, а для початку — само - довільно, а не за чиеюсь указівкою.

Саме самоврядування розвиватиметься тоді, коли цього захочуть самі діти, відчують у цьому необхідність, потребу. Потреба виникне згодом, а для початку постарайтеся, щоб діти хоча б дістали задоволення від цієї *самодіяльності*. Діти здатні на багато чого, якщо це їм цікаво.

Використовуйте різні форми заохочень:

- матеріальні — призи, цукерки;
- змагально-спортивні — грамоти, дошка пошани;
- енергетичні — словесна підтримка, ситуація успіху;

- дружні — любов і визнання;
- естетичні — гідно виглядати в очах навколишніх. Пам'ятайте, що один із найсильніших мотивів діяльності — реальна допомога ближньому!

Без залучення в самостійну діяльність дитячого колективу організація самоврядування неможлива. Процес залучення в діяльність можливий через запровадження позитивних традицій (ритуалів), подальше доведення їх до автоматизму, і наступна розмаїтість форм, внесення елементів новизни.

Із чого розпочати? — Із упровадження у своє загонове життя «золотинок»: гри «Мій таємний друг», сюрпризних моментів, години розучування пісень, нетрадиційного підйому і пересування в їдальню, допомога в укладенні малят, організації для них ігрових моментів.

Постарайтесь, аби щодень у вашому загоні був схожим на свято: чистоти, здоров'я, доброти, сміху. Влаштуйте «свято шлунка» зі спільним розподілом в ігровій формі й «поїданням» того, що передали з дому батьки.

Обов'язковою умовою організації самоврядування є перерозподіл відповідальності: призначення старших у групі, відповідальних, приміром, за порядок (можливо, з кількості тих, хто його порушує - тоді проблема вирішується сама по собі).

Пам'ятайте, що діти вчать в самого життя. Неталановитих дітей немає!

Не соромтеся визнавати своїх помилок, майте сміливість вибачитися за допущені помилки.

Прислухайтесь до слів академіка АПН України М.Ярмаченка:

- Якщо дитину постійно критикують, вона вчиться ненавидіти.
- Якщо дитина живе в атмосфері ворожнечі, вона вчиться агресивності.
- Якщо дитину висміюють, вона стає замкнутою.
- Якщо дитина виростає в терпимості, вона вчиться розуміти інших.
- Якщо дитину хвалять, вона вчиться бути вдячною.
- Якщо дитина росте серед правди й чесності, вона вчиться бути справедливою.
- Якщо дитина росте у дружелюбності, вона вчиться любити людей.

ЗАГОНОВЕ САМОВРЯДУВАННЯ В ЛІТНЬОМУ ОЗДОРОВЧОМУ ТАБОРІ

Загонове самоврядування є конкретним видом діяльності дітей.

Відповідаючи за окремі розділи роботи свого колективу, беручи участь у діяльності активу загону, комісій, у чергуванні, діти організують своїх товаришів на виконання певних завдань, беруть участь у плануванні, контролюють і перевіряють один одного, організують змагання. Цю діяльність дітей можна назвати організаторською.

Усяка діяльність людини є поштовхом до розвитку, що дуже важливо. В організаторській роботі діти набувають низки навичок, умінь і знань. У них розвиваються певні моральні якості й формуються риси характеру.

У таборі первинним колективом є загін. У ньому обираються відповідальні за розділами роботи й формуються таким чином органи самоврядування. Чим більше дітей активно працюють в органах самоврядування, тим більше вдосконалюється робота кожного з них, нагромаджується корисний досвід, складаються традиції. Самоврядування збільшує обов'язки, значно розширює права органів колективу.

Навколо окремих організаторці у загонах складається актив, тому що їм поодиноці не під силу виконувати певні обов'язки. Утім, водночас, поруч із ними є багато дітей, що бажають прилучитися до роботи. Так, замість окремих уповноважених у загонах створюються сектори (ланки), що поєднують групи дітей, які працюють в одній галузі, але з відомим розподілом обов'язків. Таким чином, кожен розділ роботи закріплюється за окремою відповідальною дитиною, а складніші розділи — за кількома відповідальними. Тим самим вирішується відразу кілька педагогічних завдань:

- по-перше, збільшується кількість організаторів у колективі, чим створюються можливості для кращого виконання справи.
- по-друге, досягається завантаження всіх чи більшості дітей суспільною роботою, і кожний набуває власного досвіду організатора.

Загонове самоврядування має кілька стадій розвитку, це:

- виконання прямих доручень вихователя, застосовується в перші дні зміни, прийнятна для дітей молодшої вікової категорії;
- виконання доручень колективу, обговорення колективом. Ця стадія розвитку самоврядування прийнятна для дітей старшої і середньої вікових категорій.

Самоврядування не гра, а відповідальна справа, керівництво життям загону (табору), яке ми доручаємо спочатку кращій частині активу, а потім усьому дитячому колективові в цілому. Там, де за спиною дітей стоїть педагог і виконує за них усю роботу, не може бути й мови про справжнє самоврядування: така обстановка виховує у дітей лише формальне ставлення до нього.

Тому з моменту залучення дітей у роботу з організації життя свого колективу права й обов'язки кожного активіста, кожної групи, будь-якого органа самоврядування мають бути чітко сформульовані, роз'яснені всьому колективі. Також необхідно навчити їх виконувати свої обов'язки і користуватися правами. Тільки тоді почне розгортатися дитяче самоврядування, коли педагог (вихователь) зуміє по-справжньому зажадати від своїх дітей відповідальності за доручену справу. Основою цієї вимоги є принцип високого оцінювання творчих сил дитячого колективу. Самоврядування є внутрішньою організуючою силою, що виводить дітей на вищий ступінь взаєморозуміння і спонукає до життя могутній саморегулятор діяльності колективу — суспільну думку.

ВИМОГИ ДО ПЕДАГОГА В ОЗДОРОВЧОМУ ТАБОРІ В УМОВАХ САМОВРЯДУВАННЯ

Будь-який педагог, що виступає в ролі організатора дитячого самоврядування, має сам збагнути всі тонкощі й деталі організаційної роботи, тому що тільки при цьому він може керувати й окремими активістами, й органами колективу.

Зрештою, уся робота дітей в органах самоврядування має бути ланцюгом вправ, що безперервно ускладнюються у самостійному й ініціативному вирішенні життєвих проблем свого колективу.

На першій стадії самоврядування вихователям слід докладно і точно інструктувати дітей, контролювати кожен крок їхньої практичної діяльності, вчасно підказувати правильні рішення. Потім завдання стають конкретнішими й лаконічнішими, містять тільки мету, основний настрій. Вимоги вихователя завжди мають відповідати реальним силам і здібностям дітей.

На другій стадії вихователі обмежуються тим, що дають саме завдання і не втручаються у процес виконання. Тільки після його виконання контролюють роботу дітей.

На третій, вищій, стадії самоврядування, завдання педагога полягають у включенні окремих відпрацьованих дій у систему діяльності загону в цілому. Таким чином доручається виконання цілого розряду робіт (проведення КТС, «Вогника», трудового десанту тощо), де потрібно, дивлячись на умови, самостійно діяти. Так формується в дітей самостійне орієнтування в умовах роботи й уміння правильно вибирати потрібні засоби і прийоми для вирішення завдань, що виникають.

Завдання вихователя — допомогти дітям побачити зв'язок між проробленою роботою та її кращими результатами. У зв'язку з цим на початку згуртування колективу особливо велику роль відіграє заохочення. Дитині необхідно пережити радість своїх досягнень, відчути задоволення од результатів своєї роботи, побачити її користь — тільки тоді зміцніє в неї віра у свої сили, переконаність у необхідності своєї організаторської діяльності на користь колективу.

Конкурси для лідерів команд

«Показуха»

Показати пантомімою: (тварину, пісню, приміром — приказку «Баба з воза — кобилі легше», назву кінострічки чи популярну рекламу).

«Розшифруй»

Кожну букву у словах МОРЕ, ВЕСНА чи будь-яких інших тематичних словах пропонується розшифрувати. Приміром, МОРЕ можна розшифрувати як «Маленькі Олені Радіють Едельвейсам».

«Чарівна паличка»

За допомогою «чарівної» палички треба на дотик дізнатися, що знаходиться на столі. Усе це слід робити із зав'язаними очима.

«Рима по колу»

Кожний по черзі задає сусідові слово, а той має придумати до нього риму.

«Визнач за запахом»

За запахом потрібно з'ясувати, що знаходиться в коробці, й описати за допомогою слів чи тільки жестів.

«Не зіб'юся»

Замість числа 3, чисел, що містять 3, і які діляться на три, при почерговій лічбі, потрібно говорити «не зіб'юся». Наприклад: 1, 2, «не зіб'юся», 4, 5, «не зіб'юся» тощо. Гравець, що збився, вибуває з гри, а рахунок починають спочатку.

«Нові застосування старим речам»

Гравці беруть, приміром, повітряну кульку, і по черзі розповідають, як її можна ще використовувати. Оцінюються оригінальні ідеї.

Варіанти завдань — знайти застосування:

- порожній консервній бляшанці;
- кульковій одноразовій ручці;
- перегорілій лампочці.

«Повтори за мною»

Лідери команд по черзі показують танцювальні рухи, не повторюючи. Інші намагаються за ними повторити.

«Скоромовки»

Спробуйте швидко, чітко і не збиваючись проговорити 10 разів або 3 (якщо дуже велика фраза) слова: Король-орел; «Мій ідентифікаційний код» та інші відомі скоромовки.

«Хто кмітливий?»

Ведучий ставить гравцям запитання на кшталт анекдотів із вірменського радіо. Приміром, мишеня і пацючок наближаються до сиру, хто з них добереться швидше? (Відповідь — мишеня, бо воно **на велосипеді**.)

• Як визначити, хто в холодильнику — мишеня чи пацючок? (По велосипеду.)

«Ріпка»

Гра на розвиток уваги. Ведучий роздає ролі героїв казки. Далі він читає текст, а герої мають присісти, коли чують свої ролі.

Можна кожному герою казки дати ключову фразу і відповідний їй рух.

Приміром, ріпка — «оце так!», дід — «так, так», бабка — «убила б!», онучка — «я готова», Жучка — «не зрозуміла», Мурка — «краса!», мишка — «пі-пі-пі, зараз зробимо!».

«Два в одному»

Пари гравців одержують завдання, де вони зможуть виявити свою згуртованість і вміння приходити на допомогу, а також перевірити координацію рухів. Потрібно об'єднатися, взявшись за талію. Об'єднавшись, стати одне для одного правою і лівою рукою.

А тепер слід виконати єдиному організмові низку таких завдань:

- зав'язати шнурки на черевиках;
- зробити літачок із паперу;
- надути кульку і зав'язати її;
- проплескати заданий ритм.

Ще цікаво спробувати, розділившись на команди в такий спосіб, зіграти у футбол чи якусь іншу спортивну гру.

ВИХОВАТЕЛЬ-ЦЕ...

Ні в кого не виникає сумніву, що вихователь для дитини в ДОТ, як правило, — близька і значуща людина.

Щоб домогтися успіху у своїй діяльності, вихователь оздоровчого табору має стати для дітей і підлітків не тільки керівником і організатором, а й старшим товаришем, людиною, до якої усі прислухалися б, яка вміє відчувати настрій, правильно добирати ігри, розумно реагувати на витівки, запобігати конфліктам, контролювати ситуацію, розв'язувати конфлікти й уміло надавати дітям свободу дій. Для цього вихователіві необхідно знати свої обов'язки і права, прагнути виконувати ці обов'язки, з повагою ставитися до дітей і, якщо це можливо, любити їх незалежно від їхніх моральних рис. Вихователь має пам'ятати, що немає готових рецептів для вирішення педагогічних проблем, але є деякі закономірності, знаючи які можна знайти свій вихід, своє рішення. Знання вікових особливостей дітей і підлітків, характеристику фізичного розвитку, особливостей їхньої поведінки в

певному віці — перший крок на шляху до розуміння своїх вихованців. Наступний — уміння розв’язувати складні педагогічні ситуації, що виникають під час роботи з дітьми. Це не завжди вдається одразу, для цього необхідний досвід, що здобувається досить швидко. А найголовніше — бажання вихователя навчитися педагогічної мудрості.

Три золотих правила педагогіки канікул

Правило перше: зацікавлена участь дитини або підлітка в діяльності повинна передбачати її незавершеність, ймовірність, невідомість, навіть дивність, що і примушує кожного її учасника до вибору, самостійного рішення і творчої діяльності.

Правило друге: кожна дитина повинна брати участь у створенні суспільно значимого продукту діяльності.

Правило третє (правило свободи): створення умов для природного розвитку. Кожна дитина чи підліток не почуватимуть себе обділеним, якщо немає перепон для здійснення цікавої для нього і продуктивної діяльності.

РОБОТА З АГРЕСИВНИМИ ДІТЬМИ

Слово «агресія» походить від латинського «agressio», що означає «напад». У психологічному словнику наведено таке визначення терміна; *агресія – це мотивована деструктивна поведінка, що суперечить нормам і правилам існування людей у суспільстві, яка завдає шкоди об’єктам нападу, завдає фізичних і моральних травм людям.*

Причини появи агресії в дітей можуть бути дуже різними. Виникненню агресивних рис сприяють також деякі соматичні захворювання.

ПРАВИЛА РОБОТИ З АГРЕСИВНИМИ ДІТЬМИ

Шпаргалка для вихователя

1. Бути уважним до потреб дитини.
2. Демонструвати модель неагресивної поведінки.
3. Бути послідовним у покараннях дитини, карати за конкретні вчинки.
4. Покарання не повинні принижувати дитину.
5. Навчати прийнятних способів вираження гніву.
6. Давати дитині можливість виявляти гнів безпосередньо після фрустрації.
7. Навчати розпізнавати свій емоційний стан і стан оточення.
8. Розвивати здатність до емпатії.
9. Розширювати поведінковий репертуар дитини.
10. Відпрацьовувати нові способи реагування в конфліктних ситуаціях.
11. Вчити брати відповідальність на себе.

ПРАВИЛА РОБОТИ З ГІПЕРАКТИВНИМИ ДІТЬМИ

Шпаргалка для дорослих

1. Давати завдання на початку дня, а не ввечері.
2. Поділяти роботу на коротші, але частіші періоди. Використовувати фізкультхвилинки, паузи, переключати увагу;
3. Бути драматичним, експресивним педагогом.
4. Знизити вимоги до акуратності на початку роботи, щоб сформувані почуття успіху;
5. Посадити дитину під час занять поруч з дорослим.
6. Використовувати тактильний контакт (елементи масажу, дотику, погладжування).
7. Домовлятися з дитиною про певні дії заздалегідь.
8. Давати короткі, чіткі й конкретні інструкції.
9. Використовувати гнучку систему заохочень і покарань.
10. Заохочувати дитини одразу, не відкладаючи на майбутнє.
11. Дати дитині можливість вибору,
12. Намагатися у вечірній час обмежити фізичну активність.
13. Залишатися спокійним.

РОБОТА З ТРИВОЖНИМИ ДІТЬМИ

Слово «*тривожний*» з'являється у словниках з 1771 року. Існує багато версій, що пояснюють походження цього терміна. Автор однієї з них вважає, що слово «тривога» означає тричі повторений сигнал про небезпеку з боку ворога.

У психологічному словнику є таке визначення: *тривожність* — це індивідуальна психологічна особливість, що полягає в підвищеній схильності відчувати занепокоєння у різних життєвих ситуаціях, зокрема й у таких, які до цього не призводять.

Варто відрізнити тривогу від тривожності. Якщо *тривога*—це епізодичне виявлення занепокоєння, хвилювання дитини, то *тривожність* є стійкою. Тривожність може поєднуватися з неврозом або іншими психічними розладами. Тривожні діти намагаються тримати свої проблеми при собі. Їх вирізняє надмірне занепокоєння, причому іноді вони бояться не самої події, а її передчуття. Часто вони очікують найгіршого. Діти почуваються безпорадними, побоюються грати в нові ігри, вдаватися до нових видів діяльності. У них високі вимоги до себе, вони дуже самокритичні. Рівень їхньої самооцінки низький. Такі діти вважають, що вони гірші за інших в усьому, некрасиві; нерозумні, незграбні. Вони шукають заохочення, схвалення дорослих у всіх справах.

Для тривожних дітей характерні *соматичні проблеми*: болі в животі, запаморочення, головні болі, спазми в горлі, важке поверхневе дихання тощо.

Під час виявлення тривоги вони часто відчують сухість у роті, слабкість у ногах, прискорене серцебиття.

ПРАВИЛА РОБОТИ З ТРИВОЖНИМИ ДІТЬМИ

Шпаргалка для вихователя

1. Уникайте змагань і роботи на швидкість.
2. Не порівнюйте дитину з іншими.
3. Частіше використовуйте тілесний контакт, вправи на релаксацію.
4. Сприяйте підвищенню самооцінки дитини, частіше хваліть її, але так, щоб вона знала, за що.
5. Частіше звертайтеся до дитини на ім'я.
6. Демонструйте зразки впевненої поведінки, будьте у всьому прикладом дитині.
7. Не ставте до дитини завищених вимог.
8. Будьте послідовні у вихованні дитини.
9. Намагайтеся робити дитині якнайменше зауважень.
10. Використовуйте покарання лише в крайніх випадках.
11. Не принижуйте дитину, караючи її.

РОБОТА З АУТИЧНИМИ ДІТЬМИ

Аутизм — це стан психологічного відчуження, що виражається у втечі людини від контактів з дійсністю, зануренні в замкнутий світ своїх переживань.

Дитячий аутизм — це властивість дитини або підлітка, розвиток якого характеризується різким зниженням контактів з оточенням, слабо розвинутою вимовою і своєрідною реакцією на зміни в оточенні. Для аутизму характерний аномальний розвиток усіх сфер психіки: інтелектуальних, емоційної, сприйняття, моторики, уваги, пам'яті, мовлення.

Аутизм виявляється в різних формах.

Дитячі психологи визначають чотири основні форми виявлення аутизму:

- повна відчуженість від того, що відбувається;
- активне неприйняття більшої частини світу;
- переймання аутичними ідеями, конфліктність;
- надзвичайні труднощі організації спілкування та взаємодії.

За статистикою, глибокий аутизм буває тільки в однієї дитини з тисячі. У повсякденній практиці, у школі, в таборі ми, як правило, маємо справу з дітьми, в яких є лише деякі аутистичні ознаки. Серед хлопчиків аутизм трапляється в 4—5 разів частіше, ніж серед дівчаток.

Причини виникнення аутизму в наш час до кінця не досліджені. Учені вважають, що найпоширеніші серед них — це порушення внутрішньоутробного розвитку й важкі хвороби раннього дитинства.

ПРАВИЛА РОБОТИ З АУТИЧНИМИ ДІТЬМИ

Шпаргалка для вихователя .

1. Будьте уважним до дитини, делікатним.
2. Виявляйте гнучкість: не треба змушувати дитину робити заплановане дорослим, краще стежити за її інтересами і прагненнями.
3. Намагайтеся зрозуміти дитину, приймайте її такою, якою вона є.
4. Поетапно долучайте її до групових справ, не змушуючи, а стимулюючи до активності.
5. Застосовуйте в роботі з дитиною якнайбільше різноманітних форм взаємодії, збагачуючи її емоційний та інтелектуальний досвід.
6. Створюйте ситуацію успіху: добирайте такі завдання, з якими дитина обов'язково впорається.
7. Запропонована діяльність має бути чітко запрограмована: дитина повинна знати, що робити спершу, яка послідовність дій робити, як закінчити.
8. Схвалюйте, заохочуйте дитину.

Інформація для батьків

БАТЬКАМ ПРО ВІДПОЧИНОК У ТАБОРІ

Відпочинок у таборі—це захід, якого з нетерпінням чекають і дорослі: мами, тата, бабусі, дідусі й інші родичі. Саме від внутрішньої готовності й позитивного настрою батьків багато в чому залежить успішне перебування дітей у ДОТ. Тому, готуючись до чергового оздоровчого сезону, дуже важливо через ЗМІ актуалізувати знання батьків про сучасний дитячий відпочинок, що триває, як правило, 14 (18,21) днів.

Відпочинок передбачає:

- перебування на свіжому повітрі (море, но-ходи, прогулянки в лісопосадки, рухливі ігри на відкритих майданчиках);
- участь у різних спортивних заходах (змагання з футболу, баскетболу, піонерболу, настільного тенісу, шашок, шах, заняття легкою атлетикою, «Веселі старти»);
- розвиток творчих здібностей (удосконалення акторської майстерності шляхом участі в різних конкурсах і виставах);

- спілкування і спільне проживання з однолітками й дорослими (тимчасовий дитячий колектив — добра школа для міжособистісного пізнання);
- роботу в різних гуртках (завжди корисно набути нових умінь і навичок, приємно зробити своїми руками подарунок близьким);
- різні медичні процедури: лікувальна фізкультура, масаж, заняття з окулістом;
- набуття навичок ефективного спілкування і опанування прийомів релаксації (робота з психологом);
- активне відвідування дискотеки (його інтригує вечірня розвага).

ПАМ'ЯТКА-ЗВЕРТАННЯ

Шановні батьки!

Прийнявши на сімейній раді рішення відправити свого сина або дочку на оздоровлення до екологічно чистого району Азовського узбережжя, постарайтеся не забути, а отже **ОБОВ'ЯЗКОВО ПАМ'ЯТАТИ**, про необхідність:

1. Повідомити вашому сину або дочці про прийняте вами рішення, про майбутню розлуку на 14, 18, 21 день і отримати його (її) згоду на цей вид відпочинку. Це дуже важливий момент, тому що від бажання й готовності дитини залишити рідний дім залежить і її успішне перебування в ДОТ, і ваш спокій за правильність прийнятого вами рішення.
2. Разом з дитиною відвідати дитячу поліклініку й одержати довідку про реальний стан її здоров'я на цю мить. На жаль, відсутність вичерпної та правильної інформації про здоров'я дитини, хронічні захворювання, диспансеризацію ставить під сумнів оздоровлення дитини.
3. Заповнити анкету, що додається до путівки. Ця анкета — реальна допомога викладачу, вихователю у виборі правильних психолого-педагогічних форм і методів роботи саме з вашим сином або дочкою. Крім офіційних даних (ШБ, дата народження тощо), хотілося б ознайомитися з усіма захопленнями, інтересами вашої дитини, а також бути готовими до можливих «сюрпризів» з її боку.

4. Обговорити разом з дитиною гардероб, що складе основну частину багажу. Одяг і взуття мають відповідати сезону, бути акуратними, зручними й подобатися дитині.

5. Актуалізувати знання своєї дитини про властивості різних рослин і комах, які трапляються на узбережжі Азовського моря та які можуть становити небезпеку для її здоров'я.

6. Ще раз нагадати, підкріпивши особистим прикладом, про необхідність дотримуватись правил особистої гігієни, тому що «чистота — запорука здоров'я».

7. Провести просвітницьку бесіду про «білу» і «чорну» магію, давши зрозуміти, що, звичайно ж, можна витратити всі години нічного відпочинку на виклик «жувального гнома», «пікової дами» та інших представників «паралельних світів», але не факт, що вони захочуть вступити в контакт. Тому вночі все-таки краще спати.

8. Ввести в активний словник дитини (особливо підлітка) поняття здорового способу життя, що передбачає відсутність шкідливих звичок. Паління (а в ДОТ є велика спокуса самому спробувати те, від чого застерігає МОЗ України), вживання алкогольних напоїв можуть назавжди зруйнувати мрії про приємний відпочинок і зашкодити і дитині, і вам.

9. У тихій вечірній задушевній бесіді поділитися з хлопчиками або дівчатками спогадами про свою першу любов, проте, що трапилося з вами в такому самому юному віці теж на морському узбережжі. «Любов,—можливо, скажете ви,—завжди буває перша (але, подумаєте, що далеко не єдина, — вам це підказує ваш життєвий досвід). Закоханість — інша річ! Це ж чудово, коли одна людина відчуває позитивні емоції до іншої, коли прагнення повернути до себе увагу робить її ще кращою. Але симпатія, — продовжите ви, — не завжди, на жаль, а може, й на щастя, буває взаємною. Відсутність останньої не є показником фізичної привабливості, рівня IQ і не може бути приводом для тривалих страждань, негативних думок і бурхливого виявлення емоцій».

10. Якщо ж ваш хлопчик(дівчинка) уже вступили в період статевої зрілості і ви гадаєте, що далеко від рідного дому в нього. (неї) може виникнути бажання піддатися спокусі й набути особистого досвіду «дорослого життя», запропонуйте йому (їй) ознайомитися з численною медичною, довідковою, психологічною літературою, у якій доступно описані можливі наслідки прийняття такого необдуманого рішення: ранньої небажаної вагітності, інфекції, що передаються статевим шляхом, СНІД/ ВІЛ.

11. Підказати, що встановлення дружніх взаємин з однолітками можливе не тільки за допомогою грубої фізичної сили й слів приниження. Вихованість, тактовність, толерантність, уміння слухати, почуття гумору і, звичайно ж, особиста чарівність — гарантія успіху на шляху до визнання й поваги.

12. Усвідомлено підвести дитину до думки про те що в ДОТ працюють прекрасні люди й досвідчені педагоги (не тільки за освітою, а й за покликом серця), що намагатимуться зробити її відпочинок цікавим і захопливим. Цьому, безумовно, сприятиме уміння вашої дитини слухати, чути й розуміти свого вихователя. Адже вихователь — це «і тато, і мама, і нянька, і друг», можливо, не тільки на всю табірну зміну, а й на довгі роки.

Дорогі дорослі! Ми дуже сподіваємося, що наше бажання допомогти вам виявиться затребуваним, і наші з вами спільні зусилля обов'язково увінчаються успішним і незабутнім відпочинком ваших дітей!

Л і т е р а т у р а

1. Шелестова Л. Щоб у таборі було комфортно // Шкільний світ. - 2005.
2. Коваль О. Ура, канікули! Досвід організації літнього відпочинку дітей // Позакласний час. - 2005.
3. Гончарова Т., Олійник Н. Оздоровчий заклад - центр виховної роботи з дітьми влітку // Позакласний час. - 2004.
4. Балицький О. Дитяче самоврядування // Шкільний світ. Бібліотека - 2004.
5. Глазунова Л., Панченко А. Пізнавальні ігри//Шкільний світ. Бібліотека - 2004.
6. Організація літнього відпочинку школярів//Позакласний час- 2008, 2007.
7. Психолог – 2007.

