

Государственное казенное образовательное учреждение для детей-сирот  
и детей, оставшихся без попечения родителей «Детский дом»  
г.Абдулино

Утверждаю:  
директор ГКОУ «Детский дом»  
г. Абдулино  Г.А. Хисаева



**Программа  
летнего лагеря отдыха и оздоровления  
«Островок детства»  
(для детей 6-16 лет)**

Автор: Калинина Т.А.  
музыкальный руководитель

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Актуальность

Детский оздоровительный отдых является частью социальной среды, в котором дети реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной компенсации в свободное время. Летний отдых является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой – пространством для оздоровления, развития художественного, технического, социального творчества.

В настоящее время государство уделяет большое внимание гражданско-патриотическому воспитанию молодого поколения, сохранению уважения и памяти к истории России, к героям Великой Отечественной войны. Формирование у молодого человека уважительного отношения к памяти погибших при защите Отечества, патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству и развитие физического здоровья молодого человека является приоритетными задачами государства и общества в целом.

Юбилейный год 75-летия Великой Победы подтолкнули нас к идее проведения тематической смены в нашем оздоровительном лагере, которая получила название «Островок детства!»

Данная программа направлена на решение современных проблем, связанных с созданием условий для всестороннего развития молодого поколения, его приобщения к общечеловеческим ценностям, интеллектуального, духовного и физического развития личности. Также будет уделено внимание профилактике асоциальных явлений.

Однако важнейшим направлением станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту, пропаганде здорового образа жизни.

Смена пройдет под девизом: «За Родину, добро и справедливость». Побеждать можно не только в спорте, но и в творчестве, конкурсах, испытаниях и проявлять организаторские способности, руководствуясь принципами уважения, честности, справедливости.

Данная программа, созданная на основе другой, уже реализованной коллективом программы «Растим патриотов». Она отличается от предыдущей, появлением набора более эффективных педагогических средств, технологий. Внесенные коррективы не затрагивают концептуальных основ программы.

Новизна программы состоит в использовании цифровых технологий:

- виртуальные экскурсии
- онлайн-площадки
- видео-конференции с интересными людьми.

### **Направленность программы:**

Данная программа имеет социально-педагогическую направленность и ориентирована на формирование у детей патриотического сознания. Воздействие на ребенка происходит через развитие гражданственности и патриотизма, формирование нравственных качеств; сознательного и ответственного отношения к своему здоровью – физическому и психическому; воспитание сплоченности и коллективизма.

Программа будет включать спортивные соревнования, интеллектуальные игры, музыкальные мероприятия, культурно-досуговые, экологические и гражданско-патриотические мероприятия, информационные мероприятия, связанные с историей Великой Отечественной войны, историей России.

### **Адресат программы:**

Программа рассчитана на детей в возрасте от 6-16 лет, воспитанники ГКОУ «Детский дом» г. Абдулино.

Количество-15 воспитанников.

## **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** формирование патриотического сознания у детей и подростков посредством вовлечения их в разнообразную творческую и активную деятельность лагеря.

### **Задачи:**

1. Формировать гражданскую жизненную позицию в осознании себя гражданином России.
2. Создавать условия для гражданско-патриотического, культурологического воспитания детей и подростков,
3. Формировать культуру здорового образа жизни, приобщать к спорту,
4. Развивать познавательную активность, интересы, творческие способности, воспитывать чувство коллективизма, дружбы и взаимопомощи.
5. Формировать положительные коммуникативные навыки воспитанников.
6. Прививать навыки бытового самообслуживания и обслуживающего труда, включать воспитанников в посильную трудовую деятельность.
7. Воспитывать уважение к государственным культурным, историческим ценностям, символам, традициям Российской Федерации.

## ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предполагаемым результатом программы станет развитие у детей интереса к истории Родины. Программа «Мы-патриоты!» позволит не только обеспечить досуг ребенка в летнее время, но и развить его кругозор, узнать о знаковых событиях военного времени. Это будет способствовать повышению качества функционирования системы гражданско-патриотического воспитания в детском доме в целом, а также развитию форм и методов гражданско-патриотического воспитания на основе новых педагогических технологий.

### **Ожидаемые результаты:**

- осознание ответственности за судьбу страны, города, формирование гордости за сопричастность к деяниям предыдущих поколений,
- сформированность осознанного отношения к себе, как к части окружающего мира,
- проявление уважения к культурному и историческому прошлому России, к традициям родного края,
- укрепление здоровья детей,
- сформированность у детей интереса к изучению истории и занятиям физкультурой и спортом,
- проявление познавательной активности, интересов, творческих способностей,
- сплоченность ребят в играх и повседневной деятельности, проявление дружбы и взаимопомощи в мероприятиях лагеря.

## ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### **Принципы реализации программы:**

#### **1. Гуманизм.**

В программе реализуется идея разумности и гуманности человека, сообщества людей. Детям предоставляется возможность, думать, говорить, выражать свои мысли, осознанно действовать, предвидя последствия своих действий, осознанно относиться к себе и к другим существам, к природе в целом.

#### **2. Целостность.**

Этот принцип позволяет формировать у детей целостное понимание современных культурологических и экологических проблем служит одним из существенных условий интеграции знаний.

#### **3. Принцип индивидуализации.**

Воспитание требует учета индивидуальных особенностей каждого ребенка при включении его в различные виды деятельности; раскрытие потенциалов личности, предоставление возможностей каждому для самореализации.

#### 4. Принцип вариативности.

Создание условий для выбора ребятами форм деятельности; поддержки различных инициатив, направленных на достижение значимых целей и самореализацию индивидуальности, как педагогов, так и детей.

#### 5. Принцип комплексности

Создание условий для использования разнообразных форм и методов работы для реализации поставленных задач.

### МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В данную Программу включены разнообразные методы обучения, воспитания и досуговой деятельности различных классификаций:

методы убеждения (информация, беседа, рассказ);

методы организации деятельности (конкурсы чтецов, писем, стихов);

метод игры;

метод театрализации;

методы состязательности, соревнования;

методы представления, творчества, труда.

### ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ

В Программе использованы основные формы воспитательной работы:

- мероприятия

- дела

- игры

Наряду с традиционными формами работы включены инновационные:

- виртуальные экскурсии

- онлайн-площадки

- видео-конференции

### РАЗВИТИЕ ДЕТСКОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ

#### Структура органов самоуправления лагеря

Высшим органом самоуправления является общий сбор участников смены, который собирается 2 раза, перед началом лагеря, чтобы утвердить предложенный советом план намеченных мероприятий и в конце смены для подведения итогов. Проводятся ежедневные линейки, на которых дается старт предстоящим мероприятиям и подводится итог прошедшего дня.

Действует орган самоуправления: совет командиров, который собирается ежедневно. Совет разрабатывает и утверждает основные дела. Именно совет в конце дня подсчитывает и подводит итоги соревнований между командами. В совет входят: педагоги-воспитатели, командиры отрядов.

Действует временное объединение – совет творчества.

<b>Элементы системы самоуправления лагеря</b>	<b>Функции</b>
<b>Собрание членов лагеря</b> (собирается весь состав лагеря).	Выбирает орган самоуправления – совет командиров (входят капитаны и их советники от отрядов, на которые делятся все члены лагеря)
<b>Совет командиров</b> (воспитатели, командиры отрядов)	Помогает педагогам организовать дежурство и дисциплину в лагере. Участвует в разработке сценарий и проведении мероприятий, принимает решение о присвоении воинских званий. Распределяет поощрения. Подводит итоги прошедшего дня и планирует работу на следующий день.
<b>Совет творчества</b> (временное объединение; выбирается в каждом отряде, может меняться в зависимости от вида мероприятия)	Помогает педагогам в оформлении помещений, подготовке мероприятий. Выпускает стенгазеты, листовки, оформляет выставки поделок и рисунков. Организует фотосъемку жизни лагеря, оформляет альбомы.

Каждый отряд имеет свое название, девиз, эмблема, они определяются на конкурсной основе в начале сезона отдельно в каждом отряде. В конкурсе участвует весь отряд.

В отряде существует свой уголок, где размещены:

- название отряда;
- девиз отряда;
- эмблема;
- достижения отряда;
- законы отряда;
- поздравления;
- численность (список отряда)

## СИСТЕМА МОТИВАЦИИ И СТИМЛИРОВАНИЯ

Программой предусмотрена система личностного и коллективного роста.

Личностный рост предусматривает, что каждый участник лагерной смены имеет возможность получить «воинское звание», принимая активное участие в мероприятиях. Напротив фамилии ребенка, который принял активное участие в мероприятии или был его организатором, воспитатель отряда по итогам каждого дня с помощью специального трафарета проставляет звездочки. Решение о присвоении воинского звания принимается на Совете командиров и объявляется на линейке.

По итогам прошедшего дня подводится коллективный росткаждого отряда. За победу отряд получает медаль - за участие в мероприятии. Кроме того, за неделю совет подсчитывает общее количество баллов у каждого отряда, что является работы за неделю.

Результаты состязаний и конкурсов отражаются в маршрутной карте на информационном стенде лагеря.

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

В содержании программы образовательная деятельность представлена в виде реализации:

- программы образовательного компонента «Лидер» социально-педагогической направленности, которая представляет собой целостную систему занятий, направленных на расширение знаний о себе, о своих способностях, формирование у детей и подростков ценностных установок об индивидуальности каждого человека.

- дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, способствующих творческому развитию детей и их самовыражению (кружки).

### Учебно-тематический план образовательного компонента «Лидер»

№ ПП	Направление разделов, тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Инструктаж по ТБ. Знакомство с группой	1	0,3	0,7
2	Лидер и его качества	1	0,3	0,7
3	Виды общения, правила общения.	1	0,3	0,7
4	Этика общения	1	0,3	0,7
5	Конфликт и пути его решения	1	0,3	0,7

6	Управление собой и самоорганизация.	1	0,3	0,7
7	Имидж лидера	1	0,3	0,7
8	Основы публичного выступления	1	0,3	0,7
9	Самовоспитание и достижение жизненных целей	1	0,3	0,7
Итого:		9	2,7	6,3

**Содержание дополнительной общеобразовательной программы социально-педагогической направленности «Лидер»**

**1 Инструктаж по ТБ. Знакомство с группой**

Теория: Правила поведения в кабинете, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Знакомство с группой.

Практика: Игра на знакомство «Пальчики».

**2. Лидер и его качества**

Теория: Кто такой лидер. Качества лидера.

Практика: «Игра на выявление лидера». Оценивание своих лидерских качеств.

**3. Виды общения, правила общения.**

Теория: Виды общения. Правила общения.

Практика: упражнение «Оратор»

**4. Этика общения**

Теория: Правила этикета при общении.

Практика: Практические упражнения по выработке привычки слушания

**5. Конфликт и пути его решения**

Теория: Конфликт. Виды Конфликтов. Пути решения конфликтов.

Практика: Ролевые игры: «Ограбление», «Покупка», «В очереди».

**6. Управление собой и самоорганизация.**

Теория: Понятие и виды самоорганизации. Самоорганизация в деятельности лидера

Практика: Коммуникативное упражнение «21 способ получить свое»

**7. Имидж лидера**

Теория: Что приводит к формированию имиджа лидера. Какие внешние и внутренние факторы влияют на становление лидерских качеств в человеке.

Практика: Упражнение «Слалом», игра «Харизматическая личность»

**8. Основы публичного выступления**

Теория: «Зерно» речи. Законы выстраивания речи и адресная группа. Виды речи и их использование. Выстраивание речи и ораторские приемы.



Практика: Публичное выступление «Лидер 21 века, какой он?»

### 9. Самовоспитание и достижение жизненных целей

Теория: Сущность самовоспитания и его результаты. Самовоспитание и достижение жизненных целей. Направленность человеческой личности. Сила характера. От чего она зависит? Самооценка и ее роль в самовоспитании. Я в ситуации выбора.

Практика: Творческая работа «Составление путеводителя жизни». Защита «Путеводителя жизни».

## Механизм оценки результатов программы

Критерии и способы оценки качества реализации программы

представлены в таблице:

№	Критерий	Показатель	Формула	Инструментарий
1	Уровень комфортности	Доля детей, которые чувствуют себя комфортно	Отношение количества детей, ответивших «да» к общему количеству детей в лагере	Анкетирование
2	Уровень самореализации	Доля детей, проявивших свои способности и умения действовать в команде, осуществлять выбор, проявлять творческие способности, лидерские качества.	Отношение количества детей, проявивших свои способности и умения к общему количеству детей в лагере	Анкетирование

3	Уровень саморазвития	Доля детей, которые приобрели конкретные умения и навыки использования различных видов коммуникации, осуществления деятельности с учетом ценностных ориентиров, рефлексии собственного поведения, выбора.	Отношение количества детей, которые приобрели конкретные умения и навыки к общему количеству детей в лагере	Анкетирование
4	Профилактика подростковой агрессии	Официальная информация из ПДН о числе правонарушений отдыхающих в летний период	Отношение количества правонарушений детей к общему количеству детей в лагере	Статистические данные
5	Уровень творческой активности детей	Доля детей, проявивших творческие способности	Отношение количества детей, проявивших творческие способности к общему количеству детей в лагере	Диагностика социальной
6	Оценка лагерной смены	Доля детей, удовлетворённых лагерной сменой.	Отношение количества детей, которые удовлетворены лагерной сменой к общему количеству детей в лагере	Анкетирование

Для отслеживания результативности программы будут использованы следующие методы:

1. Анкетирование детей на начальном этапе и в конце смены.
2. Наблюдение за поведением детей во время игр, позволяющее выявить лидерские качества, уровень коммуникативности.
3. Анализ участия отряда в общелагерных творческих делах, уровня активности и достижений.
4. Экран настроения.
5. В конце смены будет подготовлен аналитический отчет о результатах

реализации программы, подготовлены фото и видео материалы.

Критерии оценки качества реализации программы:

1. Качество организации отдыха детей.
2. Использование различных форм организации детского самоуправления;
3. Удовлетворенность детей результатами процесса летне-оздоровительной работы.

### **Факторы риска**

Фактор риска	Меры профилактики
низкая активность детей в реализации программы	Выявление индивидуальных способностей и интересов ребенка для приобщения и занятости другой деятельностью (социально-значимой, спортивной, организационной и т.д.)
неблагоприятные погодные условия	Организация мероприятий согласно тематике смен в 2-х вариантах (с учетом погодных условий)

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Модель игрового взаимодействия**

Основным механизма реализации программы является сюжетно – ролевая игра, как ведущий тип деятельности, как универсальное педагогическое средство.

Сюжетно - ролевая игра представляет собой исполнение детьми какого-либо сюжета. Сценарий игры служит лишь канвой для импровизации. Эти игры проходят без зрителей, все-участники!

Ценность сюжетно-ролевой игры определяется тем, насколько в ребенке она развивает такие качества как: умение действовать в интересах коллектива, сообща добиваться победы, не разрушая позитивного отношения к действительности.

Детский оздоровительный лагерь в смене превращается в «Островок Детства». Это своеобразное государство, где в своих правах и обязанностях равны как дети, так и взрослые. Смена будет проходить в форме сюжетно-ролевой игры. Ведь сюжетно-ролевая игра как форма жизнедеятельности даёт большие возможности для формирования позитивной направленности личности ребёнка. В течение всей игры, участники и организаторы программы живут согласно уже сложившимся законам и традициям лагеря, и действуют согласно своим ролям.

Участники смены - жители Островка, объединяются в «отряды» - и сами решают, как будут жить в них. Вместе они разрабатывают название отряда, девиз, эмблему.

В основе игры – маршрутная карта с планом-заданием для каждого определенного дня. В карте – 28 пунктов назначения (каждый день смены – новый пункт, исключая день открытия и закрытия лагеря).

### **Ход реализации программы смены**

Программа включает четыре блока: военно-патриотический, физкультурно-оздоровительный, трудовой и художественно-творческий блок.

#### **1. Военно-патриотический блок**

Это направление включает в себя все мероприятия, носящие патриотический, исторический и культурный характер. Мероприятия этого направления должны воспитывать в детях патриотизм, любовь к родному краю, чувство гордости за свою страну, за ее историю и культуру.

Основные формы работы: отрядные часы, расширяющие кругозор детей, помогающие ребенку осмыслить свое место в природе и усвоить такие ценности как «Отечество», «Семья»; демонстрация художественного фильма о ВОВ; мемориальная акция «Свеча памяти, посвященная к 22 июня-начала ВОВ»; конкурс детских сочинений «Никто не забыт, ничто не забыто».

#### **2. Физкультурно-оздоровительный блок**

В это направление входят мероприятия общелагерного характера, пропагандирующий здоровый образ жизни. Разрабатываются и проводятся различные встречи, экскурсии, соревнования, конкурсные программы по физической культуре, ОБЖ, противопожарной безопасности, правилам дорожного движения, по оказанию первой медицинской помощи. С помощью спорта и физкультуры в лагере решаются задачи физического воспитания: укрепление здоровья, физическое развитие детей. Творчески подходя к делу, можно разнообразить, сделать увлекательной самую обыкновенную утреннюю гимнастику.

Основные формы работы: утренняя гимнастика (зарядка); спортивные игры на спортивной площадке; подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты, спортивные мероприятия; беседы, лекции «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», тренинг «Как сказать «нет» вредным привычкам» (с использованием ИКТ).

#### **3. Трудовой блок**

Трудовое воспитание есть процесс вовлечения детей в разнообразные педагогически организованные виды общественно полезного труда с целью передачи им минимума трудовых умений навыков, развития трудолюбия, других нравственных качеств, эстетического отношения к целям, процессу и результатом труда.

Основные формы работы: бытовой самообслуживающий труд (дежурство по столовой, по отряду); общественно-значимый труд (уборка прилегающей территории, работа на участке).

#### **4. Художественно-творческий блок**

Творческая деятельность – это особая сфера человеческой активности, в которой личность не преследует никаких других целей, кроме получения удовольствия от проявления духовных и физических сил. Основным назначением творческой деятельности в лагере является развитие креативности детей и подростков.

Основные формы работы: изобразительная деятельность (оформление отрядных уголков, конкурс стенгазет и рисунков); конкурсные программы («Радуга талантов», «Мой веселый, звонкий мяч»); творческие конкурсы («Летние краски», конкурс рисунков на асфальте); игровые творческие программы (конкурс поделок из природного материала); творческие игры, театрализация сказки «Каша из топора».

#### **Этапы реализации программы.**

##### ***Подготовительный этап***

Первый этап характеризуется тем, что за 2 месяца до открытия летнего лагеря начинается подготовка к летнему сезону. Деятельностью этого этапа является:

1. проведение совещаний при директоре и заместителе директора по воспитательной работе по подготовке к летнему сезону;
2. издание приказа о проведении летней кампании;
3. разработка программы организации летнего каникулярного отдыха на базе ГКОУ «Детский дом» г. Абдулино;
4. подготовка методического материала для работников;
5. подбор кадров для работы в летний каникулярный период на базе ГКОУ «Детский дом» г. Абдулино;
6. разработка необходимой документации для деятельности лагеря (план-сетка, должностные обязанности, инструкции т.п.).

##### ***Организационный этап смены***

Второй этап - короткий по количеству дней, всего лишь 2-3 дня.

Основной деятельностью этого этапа является:

1. Распределение детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;
2. запуск программы организации летнего каникулярного отдыха на базе ГКОУ «Детский дом» г. Абдулино;
3. формирование органов самоуправления;
4. знакомство с правилами;
5. проведение инструктажей.

### ***Основной этап смены***

Основной деятельностью этапа является:

1. реализация основной идеи смены;
2. вовлечение детей в различные виды коллективно-творческих дел;
3. работа творческих мастерских.

### ***Заключительный этап смены***

Основной идеей этапа является:

1. подведение итогов смены;
2. анализ предложений детей, педагогов, внесенных по итогам деятельности за период работы.
3. выработка перспектив деятельности на следующий период.

### ***Описание ключевых мероприятий:***

#### **•«Маленькие дети на большой планете»**

**Цель:** воспитывать интерес и уважение к людям разных стран и национальностей, к их культуре и деятельности.

**Форма мероприятия:** развлекательно-игровая программа

**Целевая аудитория:** 7-12 лет

**Краткое содержание:** Праздник ко Дню защиты детей. Сценарий состоит из игр и развлечений. В гости к ребятам придет Лето. Дети примут участие в конкурсе рисунков на асфальте «Здравствуй, лето». Закончится праздник праздничным чаепитием.

**Ожидаемый результат:** воспитание у детей таких важных и в то же время сложных качеств как толерантность, гражданственность, доброжелательность, по отношению к людям не зависимо от их расовой и национальной принадлежности.

•«**Моя Россия- моя страна**»

**Цель:** познакомить с основными государственными нормами; формировать глубокое понимание гражданского долга, патриотическое сознание, любовь к Родине, к своему краю; воспитывать внимательное отношение к прошлому, настоящему и будущему России.

**Форма проведения:** соревнование эрудитов

**Целевая аудитория:** 7-16 лет

**Краткое содержание:** мероприятие посвящено Дню России, где ребята смогут проявить свои способности в конкурсе рисунков, в викторине, в песенном конкурсе.

**Ожидаемый результат:** дети будут уважительно относиться к государственным символам, чувствовать гордость за свою страну, родной край.

•«**Патриотизм! Как много в этом слове!**»

**Цель:** создать условия для осознания участниками мероприятия нравственной ценности патриотизма, формирование и развитие патриотических чувств.

**Форма мероприятия:** воспитательский час

**Целевая аудитория:** 12- 16 лет

**Краткое содержание:** Разработанный для детей воспитательский час на тему «Патриотизм! Как много в этом слове...» показывает, насколько многогранно понятие патриотизма, демонстрирует, какие составляющие есть у понятия, как правильно проявлять патриотизм. Иными словами, утверждает нравственную ценность патриотизма.

Во время мероприятия используются активные формы проведения: групповая, коллективная. Применяется метод исследования, дискуссии. Диалогичность в процессе погружения в тему дает возможность услышать мнения всех участников воспитательного события: детей, взрослых.

До мероприятия и во время его участникам предлагается социально-преобразующая деятельность, в ходе которой дети и взрослые не только знакомятся с различными сторонами проявления патриотизма, но и анализируют степень развития патриотизма у себя.

**Ожидаемый результат:** в год 75-летия Великой Победы все мероприятия по патриотическому воспитанию основываются на героических делах наших славных защитников Отечества, что может сформировать не только чувство сопричастности к истории страны, но и развить базовые нравственные ценности у детей.

Реализуем следующую эффективную воспитательную цепочку:

- **Любовь к родному дому, к родным и близким людям.**

- **Воспитание и уважение к старшим, к людям труда** (приобщение детей к традициям народа, стремление чтить память погибших воинов, проявление уважения к людям пожилого возраста).

- **Любовь к родной природе** (охрана окружающей среды)

- **Моя Родина - Россия. Мой город- Абдулино** (расширение представлений о нашей Родине – России, воспитание любви к своей “малой” родине, к родному городу Абдулино).

- **Человек – защитник своего Отечества** (любовь, забота и сохранение своей родины, формирование чувства патриотизма, уважения и симпатии к другим народам, гордости за Российскую армию, желание служить своему Отечеству).

Основным механизмом реализации общелагерной деятельности являются тематические дни. Итогом всей смены является День закрытия. В этот день проводится выставка- панорама всех творческих работ детей, созданных в течение смены, подводятся итоги, звучат стихи и песни, вручаются грамоты за активное участие.

**План – сетка мероприятий  
летнего лагеря отдыха и оздоровления «Островок детства»**

№	Дата	Название дня	Основные дела дня	Ответственный
1	01.06	День Мира и Добра.	Инструктаж по ТБ, ознакомление правил поведения, законы и заповеди жизни лагеря, выбор командира отряда. Торжественное открытие смены. Праздничная программа, приуроченная к Международному дню защиты детей Оформление отрядных комнат. Весёлые старты.	Воспитатели отрядов
2	02.06	День Дружбы.	Оформление отрядных уголков. Беседа по ПДД «Безопасное лето» Музыкальный ринг	Воспитатели отрядов



			«Песни о дружбе»	
3	03.06	День «Наследники Победы»	Военный «Огонек» Акция «Солдатские письма»	Воспитатели отрядов
4	04.06	День Истории	Час истории «Не забывать о прошлом нельзя» Громкие чтения книг фронтовиков	Воспитатели отрядов
5	05.06	День Экологии	Экологическая викторина, приуроченная ко Всемирному дню окружающей среды. Экологическая акция «Дерево Победы»	Воспитатели отрядов
6	06.06	Пушкинский день	Выставка книг «Великий Пушкин» Конкурс чтецов Литературный час «По страницам любимых произведений»	Воспитатели отрядов
7	07.06	День чистоты	Акция «Мойдодыр» (посещение бани) Операция «Уют» Беседа «Чистота – залог здоровья»	Воспитатели отрядов
8	08.06	День музея	Краеведческий тур «Я в этом городе живу, я этот город знаю» Виртуальная экскурсии по Музеям воинской Славы	Воспитатели отрядов
9	09.06	День развлечений	Час творчества «Радуга талантов» Игровая программа «Мой веселый звонкий мяч»	Воспитатели отрядов
10	10.06	День библиотеки	Конкурс рисунков «Пусть всегда будет	Воспитатели

			солнце!» Викторина «Любимые сказки».	отрядов	
1	1	11.06	День спорта	Спортивные соревнования «Планета детства под созвездием спорта» Теннисный турнир Эстафеты «Выше, сильнее, быстрее!»	Воспитатели отрядов
2	1	12.06	День России	Викторина «Великая Россия» Соревнование эрудитов «Моя Россия, моя страна» Праздничное чаепитие	Воспитатели отрядов
3	1	13.06	День профориентации	Конкурс рисунков «Моё будущее». Практическое занятие с выпускниками Просмотр презентаций «Моя будущая профессия»	Социальный педагог Сундукова Н.Д.
4	1	14.06	День кино	Просмотр и обсуждение художественного фильма «Солдатик» «Путешествие в страну Мультляндию» Акция «Мойдодыр»	Воспитатели отрядов
5	1	15.06	День природы	Эко- путешествие «Зеленый мир родной природы» Интеллектуально – развивающая игра «Уникальные растения и животные Оренбуржья» Русские народные	Воспитатели отрядов

			игры		
6	1	16.06	День Героя	Онлайн – конференция с ветераном ВОВ Москалевым Федором Сергеевичем Флешмоб «Слава победителям»	Воспитатели отрядов
7	1	17.06	День театра	Театрализация сказки «Каша из Топора»	Воспитатели отрядов
8	1	18.06	День творчества	Творческий конкурс «Краски лета» Конкурс поделок из природного материала Конкурс рисунков на асфальте «Лето красное, прекрасное»	Воспитатели отрядов
9	1	19.06	День здоровья	Лекция «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» Тренинг «Как сказать «НЕТ» вредным привычкам Прогулки, подвижные игры на свежем воздухе	Воспитатели отрядов
0	2	20.06	День трудового десанта	Операция «Мы - патриоты» (уборка аллеи воинов - интернационалистов) Операция «Цвети, мой сад» Акция «Мой огород»	Воспитатели отрядов
1	2	21.06	День краеведа	Краеведческий квест Интеллектуально-	Воспитатели отрядов

			развивающая игра «Знатоки родного края» Акция «Мойдодыр»		
2	2	22.06	День памяти	Конкурс детских сочинений «Никто не забыт, ничто не забыто» Мемориальная акция «Свеча памяти», посвященная 22 июня –начало ВОВ	Воспитатели отрядов
3	2	23.06	День эрудита	Игра «Слабое звено» Интеллектуальный турнир	Воспитатели отрядов
4	2	24.06	День ПДД	Викторина «Знатоки по правилам дорожного движения» Игра «Светофор»	Воспитатели отрядов
5	2	25.06	День правовых знаний	Урок права «Я - гражданин своей страны» Просмотр презентаций «Мои права и обязанности»	Воспитатели отрядов
6	2	26.06	День вежливости	Конкурс вежливых слов «Мы – ребята вежливые» Познавательная - развлекательная викторина о вежливости «Давайте будем вежливыми»	Воспитатели отрядов
7	2	27.06	День спортивных игр	Матч по футболу Бадминтон	Воспитатели отрядов
8	2	28.06	День патриота	Воспитательский час «Патриотизм! Как	Воспитатели отрядов

			много в этом слове!» Видеоэкскурс «Города -Герои» Просмотр художественного фильма о войне	
9	2	День музыки	Музыкальный конкурс «Угадай мелодию военных лет» Литературно- музыкальная композиция «Война –глазами детей»	Воспитатели отрядов
0	3	День закрытия лагеря	Закрытие смены Праздничный концерт	Воспитатели отрядов

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### Кадровое обеспечение программы

- Директор детского дома – Хисаева Г.А.
- Начальник детского лагеря – Калинина Т.А. имеет 1 категорию
- Зам. начальника детского лагеря- Ляпина У.К.
- Педагог-психолог – Силантьева Н.Н. имеет 1 категорию
- Музыкальный руководитель – Калинина Т.А. имеет 1 категорию
- Воспитатели:
  - Садчикова Л.М имеет высшую категорию;
  - Сахаутдинова Р.Р. имеет 1 категорию;
  - Николаева Н.В. имеет 1 категорию;
  - Сукманова Л.В.

### Информационно-методическое обеспечение программы

Чтобы программа была реализована в полном объеме, создано её информационно – методическое обеспечение:

- Разработана и собрана нормативно – правовая документация, регламентирующая деятельность лагеря.
- Разработаны должностные инструкции и инструкции по ТБ, ППБ, правилам безопасности проведения массовых мероприятий, проведения экскурсий, организации выхода и транспортировки детей и т.д.
- Определены темы педагогических советов, проводимых в течение смены.

- Разработана документация по работе лагеря: - график работы персонала, режим дня.

- Подготовлены журналы инструктажей.
- Разработаны планы лагерной смены.
- Разработано оформление лагеря и отрядных мест

Кроме нормативно-правовой базы, грамотно разработанного плана работы, необходимо иметь еще и наглядные материалы.

Цель всего педагогического коллектива – создать такую обстановку, при которой дети не только интересно и с пользой проводят время, но и с удовольствием находятся в стенах учреждения.

### Ресурсное обеспечение программы

Территория детского дома	
Спортивная площадка	Шведская стенка, турник, бревно, тропа здоровья, площадка для мини-футбола.
Игровая площадка	турники, гимнастические стенки, лесенки, песочница, беседка, качели подвесные, домик- беседка, 2-местная качалка-балансир
Специализированные помещения	
Кабинет педагога-психолога	имеются рабочие места для проведения подгрупповых занятий с детьми, место для педагога-психолога; материал для проведения диагностики, коррекции, осуществления профилактической и просветительской деятельности; различные виды наглядно-иллюстративного материала; учебная доска - кабинет оснащен компьютером, -дидактический и методический материал.
Музыкальный зал	Компьютер с колонками; проектор, экран для проецирования, музыкальный центр - детские музыкальные инструменты, дидактический и методический материал, магнитная доска.
Зал ЛФК	Гимнастические маты - 2 шт. Деревянные стойки - 2 шт. Мешочки с песком Деревянные лесенки - 2 шт. Кегли - 20 шт.

	Набивные мячи - 2 шт. Мячи для метания вдаль - 10 шт. Длинная верёвка Канат Дорожка для ходьбы Деревянная ребристая дорожка Деревянные доски - 2 шт. (узкая и широкая). Прыгалки Гимнастические палки Сухой бассейн
Спальное помещение	Спальная мебель Кухонный уголок для приема пищи Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики
Раздевальные комнаты	Шкафчики, лавочки
Отрядное помещение	Мягкий уголок, телевизор, компьютер, шкафы, столы.

## МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОГРАММЫ

### Система показателей оценки качества реализации программы

На детском уровне:

1. Укрепление здоровья отдыхающих: 100% охват детей спортивными и оздоровительными мероприятиями; нулевой показатель заболеваемости в период организации смен.
2. Развитие личностных качеств ребенка.
3. Развитие и реализация творческого потенциала.
4. Развитие коммуникативных навыков и эмоциональное состояние отдыхающих.
5. Профилактика подростковой агрессии.
6. Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, самоуправления, социальной активности.

На уровне администрации лагеря:

- обсуждение результатов смены на планерке;
- ежедневный анализ

На уровне социального заказа лагеря отдыха и оздоровления детей:

- социально-педагогическое сопровождение летнего отдыха и оздоровления детей

### **Система обратной связи**

Обратная связь с участниками программы (детьми, специалистами) обеспечивается:

- рефлексия каждого дня (в конце каждого дня ребята отмечают свое настроение в уголке);
- обсуждение итогов работы каждого дня на планерках воспитателей;
- сотрудничество со СМИ.
- ежедневным ведением фото-видео отчета;
- изучением степени удовлетворенности детей реализацией смены (по результатам мониторинга, осуществляемого психологической службой лагеря).

### **Список используемой литературы:**

1.Афанасьев Сергей, Сергей Коморин. 300 конкурсов для ребят разного возраста. - МЦ «Вариант», г. Кострома, 2000.

2.Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Волгоград: Учитель, 2007;

3.Гончарова Е.И., Е.В.Савченко, О.Е. Жиренко. Школьный летний лагерь. Москва «ВАКО» 2004г;

4.Жиренко О. Е. Мир праздников, шоу, викторин, - М.: «5» за знания, 2008г.

5.Журналы «1 сентября», электронная версия газеты «1 сентября. Начальная школа



- 6.Кувватов С.А. Активный отдых детей на свежем воздухе. Ростов.
- 7.Лобачёва С.И., Великородная В.А. Загородный летний лагерь.– М.:ВАКО
- 8.А.Н. Никульников. «Школьная площадка», Новосибирск,2006;
- 9.Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья– М.: ВАКО, 2008.
- 10.Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере ВАКО, 2007г
- 11.Роткина Т. С., Курзова О. А., Нестеренко А. В. Уроки добра и милосердия, - О.: «Детство», 2007г.
- 12.Руденко В.И. Лучшие сценарии для летнего лагеря. – М., 2006г.
- 13.Соколова Н. В. Лето, каникулы – путь к успеху: сборник программ и игр для детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря, - О.: «Детство», 2009г.
14. Агапова, И.А. Мы - патриоты! Классные часы и внеклассные мероприятия: 1-11 классы. - М.: ВАКО, 2010.
15. Беспятова, Н.К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков методическое пособие / Н.К. Беспятова, Д.Е. Яковлев - М.: Айрис Пресс: Айрис дидактика, 2006.

## Приложение №1

### Режим дня

#### летнего лагеря отдыха и оздоровления «Островок детства»

- 9:00 – 9:30 – подъем, зарядка, утренние процедуры
- 9:30 – 10:00 – завтрак
- 10:00 – 10:30 - линейка
- 10.30– 12:00 - отрядные мероприятия
- 12:00 – 12:30 -II завтрак
- 12:30 – 14:00 - прогулка, игры на свежем воздухе
- 14:00 – 14:30 - обед
- 14:30-16:30 – тихий час
- 16:30-17:00 – полдник
- 17:00 – 18:00 – трудовой десант
- 18:00 – 19:00 - общелагерные мероприятия
- 19:00- 19:30 – ужин
- 19:30- 20:30 – вечерняя прогулка

20:30 – 21:00 – II ужин  
21:00 – 22:00 – подготовка ко сну  
22:00 – отбой

**Анкета №1 «Изучение ожиданий от отдыха»**

**Анкета для воспитанников «Мои ожидания»**

**(в начале смены)**

Мы снова вместе! Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы

просим тебя ответить на некоторые вопросы:

– Твои первые впечатления от лагеря?

– Что ты ждешь от лагеря?

– Есть ли у тебя идеи, как сделать жизнь в нашем лагере интересной и радостной для

всех?

– В каких делах ты хочешь участвовать?

– Что тебе нравится делать?

– Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других?

– Кто твои друзья в лагере?

– Пожалуйста, закончи предложения (фразы):

Я пришел в лагерь потому,

что \_\_\_\_\_

Я не хочу,

чтобы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Я хочу, чтобы

\_\_\_\_\_ Я боюсь, что

\_\_\_\_\_ Пожалуйста, напиши также свои фамилию и имя

**Анкета для учащихся (последний день смены)**

Близится к концу время нашей встречи. Подводя ее итоги, мы хотим задать тебе

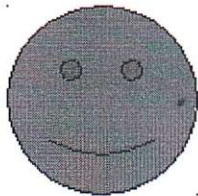
некоторые вопросы. Надеемся на помощь и понимание.

- Тебе понравилось в лагере?
- Какие мероприятия особенно запомнились тебе?
- Что тебе не очень понравилось?
- Какую отметку ты поставил себе за активность в жизни лагеря? (по пятибалльной системе)
- Какую отметку за работу ты поставил бы взрослым?
- Что тебе дал отдых в лагере, чему ты научился, что приобрел?

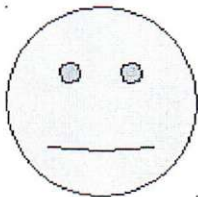
## Графики настроения

1. Дерево настроения
2. Ромашки настроения
3. Смайлики настроения
4. Карта настроения

В каждом отряде имеется специальный экран с фамилиями В конце каждого дня на специальном экране ребята отмечают свое настроение.



мне нравится в лагере



Мне было не интересно



Мне было скучно

## Приложение №3

Каждый участник лагерной смены имеет возможность получить «воинское звание», принимая активное участие в мероприятиях. Воспитатель отряда проставляет звёздочки детям с помощью специального трафарета по итогам каждого дня. Решение о присвоении воинского звания принимается на Совете командиров и объявляется на линейке.

Воинское звание	Знаки отличия											
Рядовой												
Ефрейтор	☆☆☆											
Младший сержант	☆☆☆	☆☆☆										
Сержант	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆									
Старший сержант	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆								
Старшина	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆							
Младший лейтенант	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆						
Лейтенант	☆☆☆☆ ☆	☆☆☆☆ ☆	☆☆☆☆ ☆	☆☆☆☆ ☆	☆☆☆☆ ☆	☆☆☆☆ ☆	☆☆☆					
Старший лейтенант	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆				
Капитан	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆			

Майор	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆		
Подполковник	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	
Полковник	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆	★☆☆

## Приложение №4

### Диагностики, применяемые в основной период

#### Анкета №1 «Опросник психоэмоционального состояния»

1. Если бы твое настроение было бы цветом....
2. Если бы твои воспитатели были цветом...
3. Если бы лагерь цветом...
4. В отряде меня не обижают
5. В отряде мне хватает любви, понимания, принятия
6. Я точно знаю, что воспитатели в любой момент придут ко мне на помощь
7. Мне кажется, что я хорошо проведу время в лагере

#### Анкета №2 «Методика отслеживания эмоционального состояния ребенка»

Пожалуйста, не спешите, остановитесь, подумайте, ответьте, как прожит день.

Что повлияло на твое настроение сегодня:

- Состояние здоровья
- Отношения с воспитателем
- Отношения с ребятами в отряде
- Погода
- Скука в отряде
- Усталость
- Слухи, конфликты в отряде
- Очень личное

### Легенда « Островка детства»

Далеко-далеко на небе жила одна звезда. Ей было холодно и грустно одной, и она многопутешествовала в надежде найти себе друзей. Однажды, двигаясь в ночном безмолвии Космоса, далеко внизу, на Земле, она увидела необычный Островок. Жители в нем пели удивительные песни, играли в разнообразные игры, совершали замечательные открытия- мечтали подрасти и вести всех за собой. Это был Островок Детства. Но бег времени неумолим, злой ураган, налетевший внезапно, разрушил это место. Всем показалось, что уже никогда не загорится костёр романтики, не будут слышны удивительные песни, не будут свершаться волшебные дела и большие открытия.

Звезде захотелось спуститься на Землю и помочь ребятам. Но суров закон Космоса! Звездамнельзя спускаться на Землю, иначе они погибнут! Однако, желание было сильнее, и Звезда устремилась к Земле.

Нет, она не погибла! Достигнув Островка, она подарила частицу своего огня, света, тепла тем, кто верил в добро, справедливость, мечтания совершал хорошие поступки. В каждом городе жители стали стремиться завоевать утраченные качества, мечтая об алых парусах. Звезда распалась на тысячи искр. Эти «искорки» - наши воспитатели, они собрали вокруг себя ребят.

Вместе они выбрали семь главных достояний, семь ценностей, семь главных идеалов: Земля, Отечество, Семья, Мир, Труд, Любовь, Культура.

Девиз: «За Родину, добро и справедливость». Люди поверили в чудо, поняли, как прекрасен мир, и как важно его сохранять.

#### Законы жителей Острова Детства.

Закон правды: запомни, правда нужна не только тебе, но и окружающим тебя людям! Будь правдив!

Закон чести: вспоминай о своей физической силе только наедине с собой. Помни о своей духовной силе, долге, благородстве, достоинстве.

Закон заботы: прежде чем требовать внимание к себе, прояви его к окружающим. Помни об их интересах, нуждах, потребностях.

Закон добра: будь добр к ближнему и добро вернется к тебе.

Закон милосердия: тебе хорошо, но посмотри вокруг, рядом могут быть люди, у которых слезы на глазах, помоги им. Не забывай о них.



Закон свободы: можно всё, что безопасно для тебя и других людей.  
Можно всё, что не мешает окружающим.

Закон сюрпризов: доброе слово и кошке приятно!

Приложение №6

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГУ- ВОСПИТАТЕЛЮ для работы в летнем оздоровительном лагере

### СОДЕРЖАНИЕ:

1. Дисциплина в отряде
2. Работа с агрессивными детьми
3. Дети с повышенной активностью
4. Игры для поднятия настроения
5. Игры на сплочение
6. Спортивные эстафеты

### ПОДДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ В ОТРЯДЕ.

1. Единство требований воспитателей – условие настолько само собой разумеющееся, что можно было бы о нем не писать, если бы нам не приходилось снова и снова сталкиваться с нарушениями этого положения. Если один взрослый запретил что-либо, а другой разрешил, если один сказал: «Надо сделать так!», а второй – «Нет, по-другому!», это приводит тому, что ни один вожатый не имеет авторитета в глазах детей и отряд становится неуправляемым.

2. Наведение дисциплины начинается с первых минут существования отряда. Лучше сформировать чуть более жесткие нормы, а потом их ослабить, чем вначале допустить излишнюю свободу поведения подростков, а потом пытаться укреплять и наводить дисциплину. Групповые нормы закладываются на первых этапах взаимодействия, и менять их, когда они уже сформированы, почти невозможно.

3. Работа по укреплению дисциплины начинается с мелочей. К примеру, недопустимо, чтобы ребенок, первым закончивший есть, ушёл из столовой, не дождавшись остальных. Необходимо вовремя замечать и исправлять мелкие нарушения дисциплины. Если же дело дошло до крупных нарушений, воспитательное воздействие явно запоздало.

4. Обращение ко всем сразу – это обращение ни к кому. Делая замечание, следует адресовать его к конкретному человеку. Остальные сами сделают соответствующие выводы, не ожидаясь, когда воспитатель обратится к ним.

5. Нельзя делать замечания лидеру в присутствии остальных. В паре ведущий-ведомый воздействуй на ведомого. Должна быть уверенность в том, что адресат выполнит твоё распоряжение и не начнет пререкаться,

снижая тем самым авторитет взрослого. Если же есть необходимость воздействовать на вожака, этот разговор лучше провести индивидуально, по возможности создав «численный перевес» взрослых.

6. В любом случае, если у вожака есть сомнение в том, что его распоряжение будет выполнено, его отдавать не следует.

### **РАБОТА С АГРЕССИВНЫМИ ДЕТЬМИ.**

В лагере педагогам приходится достаточно часто сталкиваться с проблемой агрессивного поведения детей. Руководителю детского коллектива важно учитывать причины, возрастные особенности и типы проявления агрессии с целью прогнозирования конфликтных ситуаций и подготовки к ним.

Агрессия личности может проявляться в виде:

1. Физической агрессии - нападение (использование физической силы против другого лица).

2. Косвенной агрессии (злые шутки, сплетни, а также взрыв ярости, ненаправленный и неупорядоченный).

3. Склонности к раздражению (готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости).

4. Негативизма (оппозиционное поведение, направленное обычно против авторитета, руководства).

5. Обиды (зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные и мнимые страдания).

6. Подозрительности (недоверия и осторожность по отношению к людям), основанной на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

7. Вербальной агрессии (выражение негативных чувств через крик, визг, словесные угрозы, проклятия, ругань).

8. Чувства вины (убеждения обследуемого в том, что он является плохим человеком, поступает неправильно, наличие у него угрызений совести).

На разных возрастных этапах проявление агрессивности у детей различно.

У детей 10-11 лет преобладает физическая агрессия. На силу агрессивных привычек влияет ряд факторов. С целью выбора правильной позиции надо их различать.

1. Дети, которые часто сталкивались с гневом, враждебностью в свой адрес, сами реагируют агрессивно даже на небольшое раздражение.

2. Частое достижение успеха путём агрессии приводит к сильным атакующим привычкам. Если подросток привык добиваться успеха в отношениях устранением какого-либо препятствия силовым способом или каким-то образом за это вознаграждаться, выбранный способ

взаимоотношений становится преобладающим. Причём тенденция к враждебности может не зависеть от ситуаций, провоцирующих на агрессию и не провоцирующих.

### 3. Культурные и субкультурные нормы.

Кроме того, рассматривая детскую агрессию, необходимо учитывать роль темперамента, то есть врожденные свойства человеческой личности, такие, как импульсивность, интенсивность поведенческих реакций, высокий уровень активности и независимости, могут оказать существенное влияние на развитие агрессивности ребёнка.

Так, например, независимые дети особо ярко сопротивляются групповому давлению, стремясь к самовыражению.

Занимаясь с агрессивным ребёнком, важно учитывать то, что его поведение нельзя однозначно считать «плохим».

Агрессия выполняет защитную функцию в критической ситуации. Поскольку агрессивное поведение чаще наблюдается в критические возрастные периоды, его проявления свидетельствует о том, что ребёнку стало сложнее переживать любую трудную ситуацию. Таким образом, периоды выраженной агрессивности случаются даже у здоровых, нормально воспитываемых детей.

Распространёнными методами детской агрессии считаются следующие:

1. Игнорирование агрессивной тенденции, не фиксирование на ней внимания окружающих.

2. Включение агрессивного действия в контекст полезной деятельности и придание ему нового социально приемлемого, эмоционально наполненного смысла. Этим обеспечивается возможность разрядки агрессивных тенденций без ущерба для отношений с окружающими. (Участие в спортивных состязаниях, трудное поручение в походе, «конкурс крикунов».)

3. Установление запрета на агрессивные действия ребенка (не разрешать проявлять агрессию). Например - отрядное правило: «У нас нельзя обзывать друг друга».

4. Активное подключение психолога для специальной поведенческой коррекции в случае крайней агрессивности ребёнка разрушительного поведения.

#### **Можно использовать следующие игры на снятие агрессии:**

1. Предложите ребятам нарисовать на листах бумаги портрет человека, к которому они питают агрессивные намерения или написать его имя корявыми, некрасивыми буквами. Когда это будет сделано, попросите всех одновременно разорвать и скомкать свои листы и бросить их в корзину с мусором.

2. Вожатый предлагает собрать фигуру из всего плохого, злого и агрессивного, что есть в каждом члене группы. Участники по очереди

отдают на общее дело свои когти, зубы, шипы, жало, перепончатые крылья и т. п. Существо, получающееся в итоге, целиком состоит из угловатого, кусающего, карябающего. Затем, путем одновременного нажатия кнопок, осуществляется старт стула с сидящим на нем воплощением агрессивных поползновений группы в межзвездное пространство, где оно и канет навеки в пучину забвения. Можно придумать различные способы уничтожения этого чудовища.

### **Дети с повышенной активностью.**

Самые шумные и подвижные, легковозбудимые и невнимательные – эти дети, несмотря на свою активность и тягу к общению, трудно приспособляются к новой среде и к новым людям. В свою очередь, и окружающие нелегко приспособляются к ним. Трудности адаптации таких ребят связаны с несоблюдением лагерного режима, дерзостью и озорством, упрямством и несговорчивостью, эмоциональными перепадами в настроении, обидчивостью и впечатлительностью. Руководители детских коллективов часто называют их «неуправляемыми». И это можно понять. Гиперактивные, эмоционально неустойчивые дети действительно трудно поддаются контролю и не выносят давления.

Подавлять чрезмерную активность ребят или лишать их возможности много двигаться было бы слишком сурово и неэффективно. Более целесообразно канализировать энергию в нужное русло.

Подвижным, непоседливым детям нравятся спортивные игры, где ждать недолго и действия быстрые (футбол, каратэ, спортивные эстафеты). Им может быть приятно выполнять поручения, где требуются ловкость и быстрота (отрядные «связные»).

Часто упускаемый организаторами момент – энергичные ребята как бы занимают много места. Это важно учитывать, выбирая помещение для группового занятия или работы. Нехватка пространства провоцирует беспокойных детей на конфликты с рядом располагающимися.

Кроме того, важно помнить, что «сидячие» занятия или, например, поездки нужно прерывать с целью разминки. Так, гиперактивный ребенок может реализовать свою потребность в движении и высвободить энергию приемлемым способом. Не всегда удается направлять гиперактивных детей, используя лишь слова. Есть риск быть не услышанным. Поэтому важные наставления полезно сопровождать легким, негрубым прикосновением.

Если говорить, смотря ребенку в глаза и придерживая за плечо или за руку, он поймет, что сообщение следует выслушать.

Что касается соблюдения режима, то подвижному и невнимательному ребенку необходимо ясно и точно донести сведения о распорядке дня, убедиться, что он их запомнил. За несколько минут до смены деятельности об этом нужно предупредить, чтобы у ребенка был запас времени для переключения.

Если же такие ребята все же не выполняют каких-либо значимых требований, важно настойчиво и последовательно напоминать об обязательности их выполнения. Рано или поздно терпение будет вознаграждено.

Чтобы не возникало проблем с эмоциональными перепадами у впечатлительных детей, взрослые должны беречь их от перегрузок и учитывать обостренную чувствительность возбудимых ребят к внешним раздражителям: шуму, свету, запахам, эмоционально насыщенным событиям.

Рекомендуется вовремя замечать, когда ребенок утомлен, и ограждать его от лишних впечатлений, уменьшить возбуждение, предоставляя возможность отдохнуть или отвлечься.

## **ИГРЫ (УПРАЖНЕНИЯ) ДЛЯ ПОДНЯТИЯ НАСТРОЕНИЯ, СНЯТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БАРЬЕРА**

### **ГУСЕНИЦА**

Группа становится в линию. Каждый из группы подает свою руку заднему. Для этого играющие расставляют ноги на ширину плеч и подают руку назад между своих ног. При этом каждый также берет руку стоящего впереди. Группа начинает двигаться назад. При этом задний начинает ложиться на пол. Группа двигается назад до тех пор, пока все не лягут на пол. Затем группе предлагается вернуться в исходное положение в обратном порядке.

### **ОБУВНАЯ ФАБРИКА**

Все снимают обувь и кладут ее в центр круга, каждый участник надевает два разных ботинка и пытается поставить ногу рядом с ногой обутую в парную обувь.

### **ЭТО МОЙ НОС**

Что вы ответите человеку, который указывает на свой локоть и говорит: «Это мой нос?» Ну, вы можете показать на свою голову и сказать «Это мой локоть?» Тогда он, возможно, покажет мне свою ступню и скажет «Это моя голова!» Это новая игра и тест на координацию рук и глаз, который показывает, на сколько долго вы можете продержаться, называя части тела, которые только что показал ваш партнер, и в то же время, указывает на другую часть своего тела.

### **ИГРЫ**

Теневой вождь. Один из играющих выходит из комнаты. Остальные члены команды выбирают «вождя», который задает группе любые движения и меняет их через некоторое время. Задача вошедшего определить «вождя». В случае удачи «вождь» сам выходит за дверь и игра повторяется с новым «вождем».

### **НИКОГДА**

Члены группы открывают ладони и по очереди говорят: «Я никогда не...(делал чего-либо)». Тот, кто делал предложенное действие – загибает палец. Игра хорошо помогает при знакомстве.

### **ЗООПАРК**

Члены группы встают в круг и держат друг друга под руки. Ведущий каждому говорит название животного. После этого ведущий громко называет одно из имен. Ребята с этим именем должны поджать ноги. Остальные должны удержать их. Лучший эффект достигается при большом количестве одного из них.

### **УЗЕЛКИ**

Группа встает в круг и вытягивает руки в центр. После случайного сцепления рук, группе предлагается развернуться в круг так, чтобы рядом стояли люди со сцепленными руками.

### **ФРУКТЫ**

Группа встает в круг. Каждый выбирает себе название фрукта на первую букву своего имени. Предлагается обмен фразами типа «Яблоко любит апельсин». После этого «апельсин» должен назвать новую пару. Если этого не происходит и ведущий успевает коснуться «апельсина», то они меняются местами.

### **ТУТТИ-ФРУТТИ**

Команда делится на два или бол ее фронтов и выбирает себе имя – фрукт. Один человек стоит в центре и рассказывает какую-либо историю. Как только он использует одно из названий фронтов, члены этого фронта должны поменяться друг с другом. Если произносится «Тутти-фрутти», то все члены всех фронтов должны поменяться местами.

### **ПАЛОЧКА**

Команда садится в круг и начинает передавать по кругу какой-то предмет, зажав его различными частями тела, меняя их. При падении игра начинается сначала.

### **БАРАБАНЧИКИ**

Группа садится в круг. Члены группы кладут свои ладони на колени к соседям с двух сторон. Группа начинает хлопки в определенную сторону – рука за рукой, в том порядке, как они лежат на коленях. При двойном ударе направление сменяется на противоположное. Тот, кто ошибся – убирает руку.

### **«НОГИ В РУКИ»**

Группа становится в линию. Каждый кладет одну руку на плечо стоящего впереди и поднимает одну ногу. Второй рукой задние подхватывают ногу передних. Задача – пропрыгать без разрыва определенное расстояние.

### **«ХИ-ХИ, ХА-ХА»**

Группа стоит в кругу и синхронно делает движения руками и произносит «Хи-хи-хи-хи-хи, ха-ха-ха-ха-ха», уменьшая счет от 5 до 1.

## **ИГРЫ НА ПОНИМАНИЕ И СПЛОЧЕНИЕ**

### **ПАРЫ**

Каждая пара берет по одному листку бумаги, встает лицом друг к другу и, прижимая лист лбами с двух сторон, руки заводит за спину, в таком положении пары должны произвольно передвигаться по помещению (можно под музыку). Разговаривать нельзя.

Главная задача участников – найти каналы интуитивного понимания партнера, которое всем нам необходимо в жизни среди людей.

### **ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА**

Все участники прогуливаются по комнате, ведущий выкрикивает фразу, сообщающую об опасности. Например: "Внимание!". На вас напали пещерные львы (хулиганы, римские легионы, вирусы гриппа, маленькие зелененькие человечки, угрызения совести, зевота и т.п.) После сигнала опасности участники игры должны собраться в тесную группу, спрятав слабых в середину, а затем произнести фразу: «Дадим отпор... (пещерным львам и т.п.) Потом группа опять разбредается по комнате и игра продолжается.

### **МУХА**

Все участники воображают перед собой квадрат, разделенный на 9 клеток. В центре находится муха, движением которой мы будем по очереди управлять. Своим приказом ее можно перемещать либо по оси «вверх-вниз», либо по оси «вправо-влево» на одну клетку. Ходы делаем по очереди, и проигрывает тот, после чьего хода муха окажется выведенной за пределы игрового поля. Нельзя делать «обратные ходы».

### **ОСТРОВА**

У каждого есть свой «остров» – газета. Периодически наступает «выходной», и все гуляют по своей территории. Ведущий «отбирает» по несколько островов, жители должны искать себе другой остров. В заключение идет обсуждение: как вас приняли на другом острове, не оттолкнули ли, пригласили ли сами и т.п.

Обязательно стоит обратить внимание на тех, кому не предлагали присоединиться на другом острове. Сумейте корректно перейти к подобным ситуациям в жизни: не чаще ли мы готовы оказывать помощь, поддержку тем, кто нам нравится, кто нам симпатичен, и не способны ли мы «не замечать» проблем тех, кого относится к «гадким утятам» и т.п.

Вариант того же: кладется два покрывала, задача – всем разместиться, не падая и не заступая за эти покрывала. Затем задача усложняется: покрывала складываются вдвое, втрое и т.п. В середине упражнения кого-то поражает глухота, слепота, немота. При обсуждении говорится, что каждый сделал для того, чтобы другие не упали, о чем он думал (о себе, о других, ни о чем) и т.д.

### **РУКОПОЖАТИЕ**

Выбирается водящий, который выходит за дверь. В это время каждому дается задание приготовиться через рукопожатие передать какое-либо чувство к водящему (любовь, злость, ненависть, боязнь и т.п.) По пожатию руки водящий должен догадаться о чувствах к нему.

Данное упражнение вызывает интерес ребят к различным формам выражения чувств, в том числе через рукопожатие.

## **СПОРТИВНЫЕ ЭСТАФЕТЫ**

### **ЭСТАФЕТЫ БЕЗ СПОРТИВНОГО ИНВЕНТАРЯ**

#### **1. БЕГ**

Что может быть проще этой самой простой эстафеты?! По сигналу первый участник команды бежит до поворотного флажка и обратно, добежав до команды, хлопает по руке следующего участника — передает эстафету. Побеждает команда, чей последний игрок первым достигнет финиша. Тысячу и один раз эстафету проводили в лагере, и каждый раз она вызывала бурю радостных эмоций у детей.

#### **2. БЕГ СПИНОЙ**

А это уже сложнее. Участники эстафеты должны достигнуть поворотного флажка и вернуться назад, двигаясь очень непривычно для нормального человека — спиной вперед, и при этом как можно быстрее. Будьте осторожны — возможны падения.

#### **3. БЕГ НА ЧЕТВЕРЕНЬКАХ**

Когда-то говорят, наши предки охотнее передвигались на четырех конечностях, чем на двух. Предложите участникам команд проверить, насколько это удобно. Самых распространенных вариантов такого бега существует три: "бег на четвереньках головой вперед", "бег на четвереньках головой назад" (так передвигается рак) и "бег на



четвереньках спиной вниз и вперед ногами". Последний самый сложный. Попробуйте освоить все три варианта и проведите три забега. Победят каждый раз самые ловкие и быстрые.

#### 4. НАЕЗДНИКИ

А в этой эстафете команда делится на пары. В каждой паре один будет "лошадью", второй "наездником". "Наездник" садится на "лошадь", как — это все равно, лишь бы ноги не волочились по земле. Старт! И "лошадь" устремляется вперед, стараясь не уронить седока. Поворот, путь назад, передача эстафеты... Побеждает команда, чьи "лошади" более быстрые, а "наездники" более "усидчивые".

#### 5. ТАЧКА

В этой эстафете также нужна разбивка на пары. Одному из этой пары придется стать "тачкой" — реликтовым грузовым транспортом с одним колесиком и двумя ручками. Только здесь вместо колесика будут руки, вместо ручек — ноги. Итак, игрок — "тачка" ложится на землю, делая упор на руках, в это время игрок — "водитель тачки" берет своего партнера за ноги, чтобы корпус "тачки" был параллелен земле. "Тачка" готова к движению. Сигнал, и "тачка", двигаясь на руках, "доезжает" до поворотного флажка и возвращается назад, где к движению уже готова новая "тачка". Побеждают самые сильные и быстрые.

#### 6. ПЕРЕНОСКА РАНЕНОГО

В этой эстафете в каждом забеге участвуют трое. Двое "здоровых", третий "раненый", у него "сломана нога", и сам передвигаться он не может. "Здоровые" игроки должны сплести руки так, чтобы из них получилось удобное сиденье. "Раненый" садится в это сиденье и удерживает равновесие, ухватившись удобнее за плечи или за шеи друзей. "Раненый" к "транспортировке" готов. Тогда старт, бег до флажка и, обогнув его, обратно, и передача эстафеты. Побеждают самые изобретательные и быстрые.

#### 7. ПОЕЗД

Капитан команды в этой эстафете будет "локомотивом", остальные участники — "вагонами". После сигнала капитан бежит вперед до флажка и назад до команды один. Когда он возвращается к команде, будет считать, что в этот момент "локомотив" прибывает на "станцию", и здесь к нему можно прикрепить вагон. Так и делаем, второй игрок крепко берется за пояс капитана и путь до флажка и обратно они проделывают вдвоем. На следующей "станции" ко второму вагону "прицепляем" третий и снова в состав. Побеждают те, кто действовал согласованнее и быстрее.

#### 8. ЗМЕЙКА

В этой эстафете участвует сразу вся команда, кроме трех человек. Они встают на линии эстафеты на равном небольшом расстоянии друг

от друга и... ничего не делают, просто стоят, как столбы. А остальная команда в это время превращается в "змею". Это легко: нужно выстроиться в колонну, и всем игрокам положить руки на плечи впереди стоящим. Капитан будет "змеиной головой", замыкающий колонну — "хвостом". Змея готова к движению, а двигается она, как вы знаете, извиваясь. Нашей "змее" тоже придется извиваться, т.е. огибать игроков на линии эстафеты. Старт! "Змея" быстро двигается вперед, не толкая "столбы" и не рывывая на кусочки свое "туловище" огибает поворотный флажок и ползет, извиваясь, обратно. Победитель определяется по "змеиному хвосту", т.е. последнему участнику.

## ЭСТАФЕТА СО СКАКАЛКОЙ И ОБРУЧЕМ

### 1. БЕГ СО СКАКАЛКОЙ

Эта эстафета проста. Первый участник команды бежит по сигналу до поворотного флажка и обратно, прыгая через скакалку. Затем он передает скакалку следующему и так до... победы или неудачи. Более сложным вариантом является бег с прыжками через обруч, который используется как скакалка.

### 2. БЕГ С ОБРУЧЕМ

Это тоже несложная эстафета. Все члены команды по очереди бегут до точки поворота и обратно, крутя на поясе обруч. Побеждают самые гибкие и быстрые. Усложнением эстафеты могут послужить такие задания:

- крутить обруч на шее,
- крутить обруч на руке,
- крутить сразу два обруча на обеих руках.

### 3. ТРИ ПРЫЖКА

Для выполнения этой эстафеты необходимо на расстоянии 8-10 метров от линии старта положить скакалку и обруч. После сигнала первый участник, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и устремляется назад передавать эстафету следующему. Второй участник, достигнув лежащих предметов, берет обруч и делает через него три прыжка (как через скакалку). Третий участник вновь берет скакалку и т.д.... идет чередование. Прибытие последнего члена команды к линии старта означает окончание эстафеты. Победа достанется самым быстрым.

### 4. СПАСАТЕЛЬНЫЙ КРУГ

Спасательным кругом, который поможет перебраться через "реку", в этой эстафете будет обруч. Линия старта будет одним "берегом",

флажок напротив — другим. Капитан команды надевает на себя обруч и, удерживая его на уровне пояса, бежит до установленной отметки. Возвращаясь, он захватывает обручем следующего участника команды и бежит вместе с ним, "переправляя его в спасательном круге" на другой "берег". Так по очереди капитан "переправляет" всю команду на противоположную сторону. Побеждает та команда, которая быстрее перебралась на другой "берег".

#### 5. ИГОЛЬНОЕ УШКО

Вдоль линии эстафеты на земле лежат два или три обруча. Стартуя, первый участник должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя (как нитка проходит через игольное ушко). Затем, добежав до следующего обруча, проделать с ним то же упражнение. И так со всеми обручами на прямом и обратном пути. Побеждает та команда, все участники которой быстрее проденут "нитку", т.е. проделают все операции с обручами.

#### 6. ПРОХОЖДЕНИЕ БОЛОТА

Каждой команде выдается два обруча. С их помощью надо преодолеть "болото". Это будут группы, состоящие из трех человек. По сигналу один из участников первой группы бросает обруч на землю, все три игрока запрыгивают в него. Вторым обруч они бросают на такое расстояние от первого, чтобы можно было в него перепрыгнуть, а потом, не покидая пространства второго обруча, дотянуться рукой до первого. Так, совершая прыжки и перекидывая обручи, группа добирается до поворотной отметки. Назад к линии старта можно вернуться по "мостику", т.е. просто катить обручи по земле. А на линии старта обручи передаются следующей тройке, которую ждет впереди новое "болото". Категорически запрещается ступать ногой за пределы обруча — можно "утонуть". Побеждают ловкие и быстрые.

#### 7. ТОННЕЛЬ

В этой эстафете команда, построившись в колонну, стоит на одном месте. Двигаются в этой эстафете два человека, капитан и его помощник. У них в руках обруч. Они должны, двигаясь с обручем вдоль колонны, "продеть" через него всю команду. Это непросто, ведь игрокам приходится одновременно нагибать голову и прыгать. Когда обруч прошел сквозь всю команду, капитан выпускает его из рук и становится в конце колонны. Помощник в это время бежит в голову колонны и предлагает взяться за обруч тому игроку, который стоит первым. Они вдвоем вновь "запускают" всю команду в "тоннель". После этого помощник встает за спиной капитана, а игрок продолжает эстафету и так до тех пор, пока в голове колонны не окажется капитан. Побеждают наиболее гибкие и быстрые.

#### 8. ПРЫЖКИ СКВОЗЬ КАТЯЩИЙСЯ ОБРУЧ

Перед этой эстафетой нужно особым образом построить команду. Капитан с обручем в руках стоит на линии старта. Команда

располагается вдоль линии эстафеты. Сигнал. Капитан очень сильно толкает обруч, чтобы он как можно дольше катился по прямой. Все игроки команды стремятся по ходу обруча прыгать сквозь него и при этом по возможности не сбить. Это очень трудно, поэтому нужно потренироваться накануне эстафеты. Чем больше игроков успело проскочить через движущийся обруч, тем лучше. Победитель определяется по числу участников команды, "прошедших" сквозь обруч до того момента, как он упал.

### 9. ПРЫЖКИ НАД СКАКАЛКОЙ

Для этой эстафеты команде придется встать в круг. В центре круга капитан со скакалкой в руках. Длина скакалки должна быть больше, чем расстояние от капитана до любого из игроков. Капитан по сигналу начинает крутить скакалку низко над землей. Каждый участник должен подпрыгнуть в тот момент, когда скакалка приближается к его ногам. Время прыжка нужно рассчитывать очень точно. Если прыгнуть раньше или чуть позже, скакалка ударится о ногу и эстафета прекратится. Побеждает команда, которая была более внимательна и продержалась больше времени, чем остальные.

## ЭСТАФЕТЫ С МЯЧОМ

### 1. ПЕРЕДАЧА МЯЧА

Участники команды выстраиваются друг за другом на расстоянии вытянутой руки. Впереди капитан. У него в руках мяч. По сигналу капитан передает мяч над головой стоящему сзади, тот следующему и так до конца. Игрок, стоящий в конце, получив мяч, бежит с ним в голову команды, встает перед капитаном и повторяет передачу мяча. Выигрывает та команда, игроки которой быстрее осуществляют передачу и капитан вновь займет исходное положение. У этой эстафеты могут быть варианты: — передача мяча происходит между ног,

— мяч передается справа или слева,

— происходит чередование передачи, сверху, снизу и т.д.

### 2. ФУТБОЛ

На линии эстафеты устанавливаются кегли, флажки или заменяющие их предметы. Участник должен, ведя мяч ногами (подражая футболисту), обойти флажки или кегли. Добежав до финиша, игрок берет мяч в руки и по прямой возвращается к команде, ударяя при этом мяч о землю (подражая баскетболисту) У линии старта он передает мяч следующему члену команды. Побеждает та команда, которая в полном составе, быстро и правильно проделает маршрут.

### 3. ХОККЕЙ НА ТРАВЕ

Вы, наверное, видели, как играют в хоккей на траве. В этой эстафете только мяч будет побольше, а клюшку может заменить обычная гимнастическая палка. Эстафета похожа на предыдущую,

только мяч необходимо вести между флажками или кеглями с помощью палки туда и обратно. Палки-клюшки в этой эстафете достаточно одной на каждую команду. Побеждает та команда, все игроки которой прошли маршрут и первыми достигли финишной черты.

#### 4. УДЕРЖАНИЕ МЯЧА

В этой эстафете бегут сразу двое. Два участника встают лицом друг к другу и при этом удерживают мяч лбами. Руки кладутся на плечи друг другу. Вот так необычно удерживая мяч, необходимо пробежать до определенной отметки, вернуться и передать мяч следующей паре. Если мяч упал, его необходимо поднять и от места падения продолжить бег, закрепив предварительно мяч. У этой эстафеты могут быть варианты:

- мяч удерживается животами участников, а руки кладутся на плечи,
- мяч удерживается спинами, а руки скрепляются в локтях,
- мяч удерживается на двух гимнастических палках, которые за концы держат два члена команды.

#### 5. ПРЫЖКИ И БЕГ С МЯЧОМ

Участники встают парами, держась за руки. В свободной руке у каждого участника первой пары мяч (волейбольный, баскетбольный, футбольный, но не теннисный). Задача — пропрыгать вместе до финиша, не расцепляя рук и не уронив мяча. Мяч при этом нельзя прижимать к телу. Добравшись до финиша, обратный путь игроки проделывают бегом, по-прежнему держась за руки. Добежав до своей команды, ребята передают мячи следующей паре. Последняя пара участников, первыми закончившая прыжки и бег, приносит победу своей команде.

#### 6. ПРЫЖКИ С ЗАКРЕПЛЕННЫМ МЯЧОМ

Команда выстраивается в колонну. Первый участник закрепляет мяч между коленями, удерживает его в таком положении, начинает по сигналу прыжки. Допрыгав до поворотного флажка, он берет мяч в руки, бежит назад и передает мяч следующему игроку. Тот повторяет упражнение. Если мяч "выпал", его требуется поймать, вернуться на то место, где прерваны прыжки, закрепить мяч и продолжить эстафету. Побеждает команда, все участники которой быстрее прыгали и крепче держали мяч. У этой эстафеты могут быть варианты:

- мяч устанавливается на голове и придерживается одной рукой,
- мяч зажимается между ступнями ног,
- мяч закрепляется между локтями перед грудью.

#### 7. БЕГ С ТРЕМЯ МЯЧАМИ

На линии старта первый участник команды берет удобным для себя образом три мяча (футбольный, волейбольный и баскетбольный). По сигналу он бежит с ним до поворотного флажка и складывает возле него мячи. Назад он возвращается пустой. Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимает их, возвращается с ними назад к команде и передает их третьему игроку. Эстафета заканчивается, когда

все игроки приняли в ней участие. Победитель определяется по времени с учетом четкости выполнения задания. У эстафеты могут быть варианты:

— вместо трех больших мячей используется шесть маленьких, теннисных,

— вместо бега игрокам предлагается совершать прыжки.

#### 8. ПОПАДАНИЕ МЯЧОМ В ЦЕЛЬ

На расстоянии 8-10 метров от линии старта устанавливается кегля или флажок. Каждый участник команды получает право на один бросок, он должен постараться сбить мишень. После каждого броска мяч возвращается команде. Если мишень сбита, ее устанавливают на прежнее место. Побеждает команда, у которой больше точных попаданий. Время не учитывается. У этой эстафеты могут быть варианты:

— мяч не летит, а катится по земле, пущенный рукой,

— игроки пинают мяч ногой,

— игроки бросают мяч обеими руками из-за головы (как футболисты, вводящие мяч из-за боковой линии).

#### 9. ПЕРЕКИДКА МЯЧА

Команда выстраивается в колонну, на линии старта капитан. В руках у него мяч. На расстоянии 8-10 метров проводится черта, за ней один из игроков. Капитан по сигналу бросает мяч игроку напротив и тут же перебегает со своего места в хвост колонны. Игрок-водящий должен, поймать мяч и перебросить его назад команде, желательно прямо в руки тому участнику, который уже занял место капитана. Тот вновь бросает мяч водящему и встает в хвост колонны. Перекидка идет до тех пор, пока мяч вновь не окажется в руках капитана. Он поднимает вверх мяч — эстафета окончена. Если кто-то из игроков не поймал мяч, он должен его догнать, вернуться на место бросков и продолжить перекидку. Переступить линии бросков с той и с другой стороны нельзя. Победа достается самым метким и быстрым. У эстафеты может быть вариант, когда мяч пинают ногой, а не бросают руками.

#### 10. ПЕРЕПАСОВКА МЯЧА

На линии эстафеты устанавливается 6-8 флажков или кеглей. По сигналу стартуют два участника команды. Один из них бежит по одну сторону флажков, другой — по другую. При этом один из игроков ведет ногами мяч. Добежав до ближайшего флажка, он отдает пас второму игроку, тот принимает мяч и ведет его до следующего флажка. После чего также делает пас. Перепинывая друг другу мяч, они бегут до поворота и обратно, после чего передают эстафету. Мяч должен прокатываться в пространстве между флажками, не сбивая их. Если флажок сбит, возникает вынужденная задержка: игроки прекращают временно эстафету и устанавливают флажок на место. Только после

этого можно продолжать движение. Побеждают самые аккуратные и быстрые.