

МБУ СОШ №33

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБУ «Школа №33»

_____ Гусева Г.Н.

Программа детского пришкольного Оздоровительного лагеря

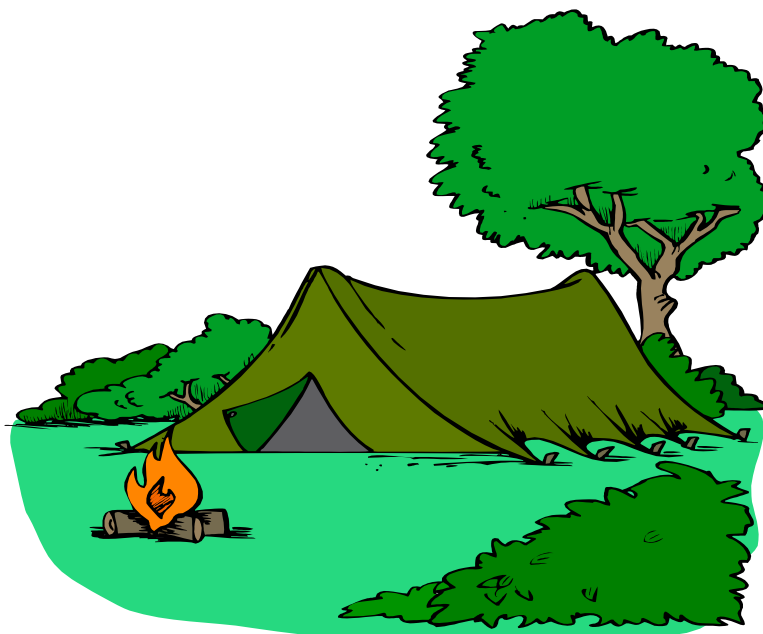
«Солнышко – 2017»





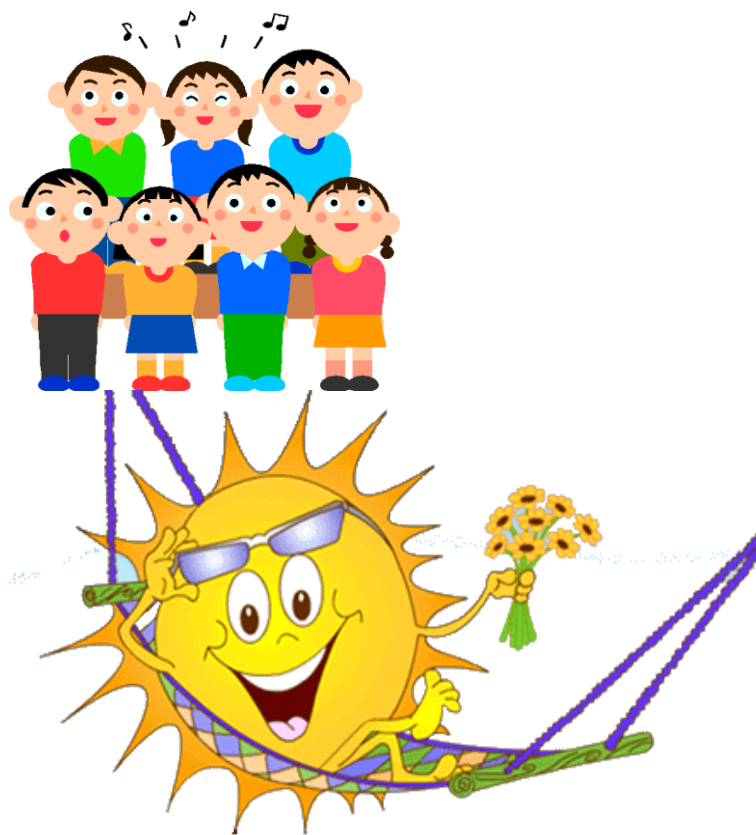
Информационная карта программы

1	Полное название программы	Программа пришкольного оздоровительного лагеря с дневным пребыванием «Солнышко - 2017»
2	Цель программы	Организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период.
3	Направление деятельности	Физическое и духовное развитие детей, средствами игры, познавательной и трудовой деятельности.
4	Краткое содержание программы	Программа содержит: мероприятия, реализующие Программу; ожидаемые результаты и условия реализации; приложения.
5	Автор программы	Начальник лагеря: Маскаева Л. Д.
6	Муниципальное образовательное учреждение, представившее программу	МБУ «Школа №33»
7	Адрес, телефон	Буденного, 9, тел: 35-22-73
8	Место реализации	Пришкольный оздоровительный лагерь с дневным пребыванием
9	Количество, возраст учащихся	60 учащихся с 7 до 16 лет
10	Сроки проведения, количество смен	Июнь 2017 года, 1 смена



Содержание программы:

Введение.....	4
Цель и задачи программы.....	4
Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены...5	
Направления и виды деятельности.....	5
Механизм реализации программы.....	20
Организация взаимодействия летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Солнышко» с социумом.....	22
Условия реализации программы.....	23
Диагностика.....	27
Ожидаемые результаты	28
Список используемой литературы.....	29
Приложение.....	30





Игры детей - вовсе не игры, и правильнее смотреть на них как на самое значительное и глубокомысленное занятие этого возраста.

М. Монтень

Введение

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная общественно значимая досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореабилитации. Лагерь с дневным пребыванием учащихся призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей. Детские оздоровительные лагеря являются частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной компенсации в свободное время. Летний лагерь 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.

Ежегодно для учащихся проводится оздоровительные смены в лагере дневного пребывания на базе МБУ СОШ №33. В нем отдыхают учащиеся с 1 по 8 класс. Обязательным является вовлечение в лагерь ребят из многодетных и малообеспеченных семей, детей из группы «риска».



Цели и задачи программы

Цель - организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период.

Задачи:

1. Создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива.
2. Преодолеть разрыв между физическим и духовным развитием детей средством игры, познавательной и трудовой деятельностью.
3. Формирование у школьников навыков общения и толерантности.
4. Утверждение в сознании школьников нравственной и культурной ценности
5. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья.
6. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.
7. Развитие и укрепление связей школы, семьи, учреждений дополнительного образования, культуры и др.

Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены

- Безусловная безопасность всех мероприятий
- Учет особенностей каждой личности
- Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря
- Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря
- Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня.
- Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря
- Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых
- Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

Направления и виды деятельности

- Художественно - творческое направление
 - Физкультурно-оздоровительная деятельность
 - Эстетическое направление
 - Образовательное направление
 - Досуговая деятельность
 - Кружковая деятельность
 - Трудовая деятельность
 -
-



Физкультурно – оздоровительная работа

Задачи физкультурно-оздоровительной деятельности:

- Вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;
- Выработка и укрепление гигиенических навыков;
- Расширение знаний об охране здоровья.

Основные формы организации:

- Утренняя гимнастика (зарядка)
- Спортивные игры на стадионе, спортивной площадке.
- Подвижные игры на свежем воздухе (Игры - вертушки « Галопом по Европам», «Тропа испытаний», «Захват территории»)
- Эстафеты (спортивная игра «Веселые старты»)
- Тематический день . Международный олимпийский день.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10-15 минут: в хорошую погоду – на открытом воздухе, в непогоду – в проветриваемых помещениях. Основная задача этого режимного момента, помимо физического развития и закаливания, - создание положительного эмоционального заряда и хорошего физического тонуса на весь день.

Подвижные игры включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Они способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а коллективные игры – еще



и воспитанию дружбы.



Эстетическое направление

Прекрасное окружает нас повсюду: и в природе, и в обществе, и в отношениях между людьми. Надо только его видеть, чувствовать и понимать. Ростки этого чудесного умения заложены в каждом ребенке. Развивать их – значит воспитывать эстетически. Вот почему эстетическое воспитание всегда было и остается важнейшей частью педагогической деятельности детских оздоровительных лагерей.

Задачи эстетической деятельности:

- Пробуждать в детях чувство прекрасного;
- Формировать навыки культурного поведения и общения;
- Прививать детям эстетический вкус.

В рамках нравственно-эстетического воспитания в лагере можно многое сделать, и действовать можно в нескольких направлениях: музыка, песня, танец; общение с книгой, природой, искусством.

Основные формы проведения:

- Посещение театров, кинотеатров, музеев;
- Конкурсы: «Минута Славы», «Самый, самый»
- Конкурс оформления отрядных уголков «Наш отрядный дом»





Художественно – творческая деятельность

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.

Формы организации художественно-творческой деятельности:

- Изобразительная деятельность (оформление газеты «Наш отрядный дом», конкурс стенгазет и рисунков «А в нашем лагере...»)
- Конкурсные программы («Алло, мы ищем таланты», «Лучшая пародия»)
- Творческие конкурсы («Знакомьтесь – это мы!»)
- Игровые творческие программы
- Концерты («Звездопад»)
- Творческие игры («День рекордов»)
- Праздники («Здравствуй, лагерь!», «День Нептуна»)
- Выставки, ярмарки

Рисование в лагере дает большие возможности в развитии художественных способностей детей. Рисуя, дети усваивают целый ряд навыков изобразительной деятельности, укрепляют зрительную память, учатся замечать и различать цвета и формы окружающего мира. В своих рисунках они воплощают собственное видение мира, свои фантазии.





Трудовая деятельность

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;
- ✓ Общественно значимый труд, (уборка прилегающей территории)

Бытовой самообслуживающий труд имеет целью удовлетворения бытовых потребностей ребенка и группы детей за счет личных трудовых усилий. Бытовой труд ребенка включает в уход за одеждой и обувью, уборку помещений от мусора и пыли, создания уюта.

Самообслуживающая деятельность детей в лагере включает дежурство по лагерю, по столовой, уборку мусора на прилегающей к отряду территории.

Дети привлекаются к самообслуживанию в студиях, кружках, в которых они занимаются.



Дети сажают дерево
© Losevsky Pavel / Фотобанк Лори





Образовательная деятельность.

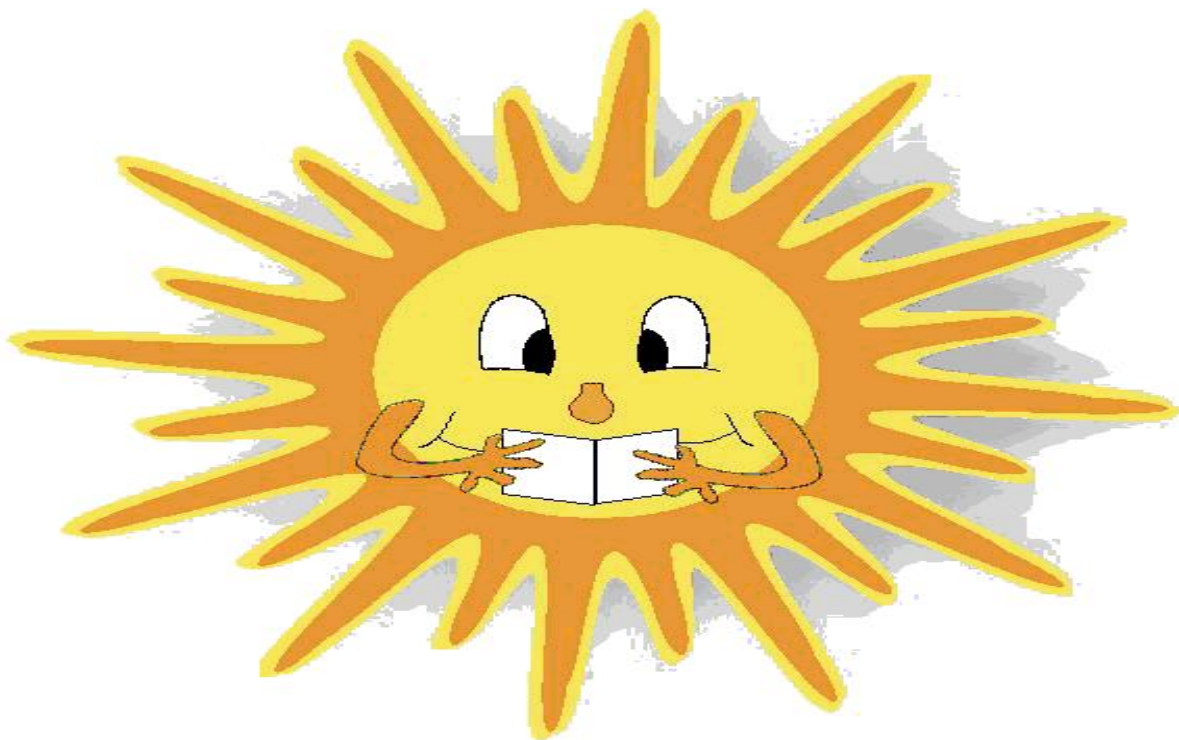
В условиях летнего отдыха у ребят не пропадает стремление к познанию нового, неизвестного, просто это стремление к познанию нового, неизвестного, просто это стремление реализуется в других, отличных от школьного урока, формах. С другой стороны, ребята стремятся к практической реализации тех знаний, которые дала им школа, окружающая среда. Отсюда основные задачи образовательной деятельности:

- Расширение знаний детей и подростков об окружающем мире;
- Удовлетворение потребности ребенка в реализации своих знаний и умений.

Основные формы работы:

- Поездки, экскурсии; (школьный музей)
- Посещение ДК, театр Колесо, кинотеатры
- Психологические тесты.

Определенный интерес у детей вызывают психологические тесты, которые помогают ребятам узнать о себе что-то новое.





Досуговая деятельность

Задачи досуговой деятельности:

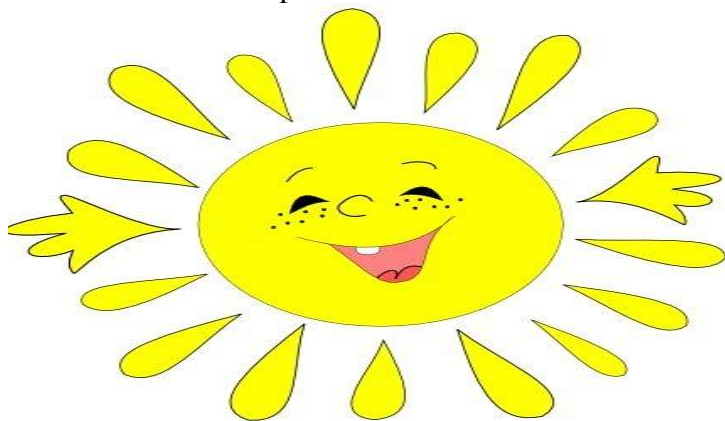
- Вовлечь как можно больше ребят в различные формы организации досуга.
- Организовать деятельность творческих мастерских.

В основе лежит свободный выбор разнообразных общественно-значимых ролей и положений, создаются условия для духовного нравственного общения, идёт закрепление норм поведения и правил этикета, толерантности.

Досуговая деятельность – это процесс активного общения, удовлетворения потребностей детей в контактах. Творческой деятельности, интеллектуального и физического развития ребенка, формирования его характера. Организация досуговой деятельности детей – один из компонентов единого процесса жизнедеятельности ребенка в период пребывания его в лагере.

Виды досуговой деятельности:

- **развлечение** имеет компенсационный характер, возмещает затраты на другие виды деятельности. Развлекаясь, ребенок включает в свой досуг те физические и духовные способности и склонности, которые не может реализовать в труде и учебе. Развлечениями являются: посещение концертов, спортивных соревнований, представлений, прогулки, путешествия;
- **отдых** в какой-то мере освобождает от повседневных забот, дает ощущение эмоционального подъема и возможности открытого выражения своих чувств.
- **самообразование** направлено на приобщение детей к культурным ценностям. К самообразованию относятся: экскурсии, дискуссии, деловые игры.
- **творчество** – наиболее высокий уровень досуговой деятельности. Воспитанники лагеря посещают творческие мастерские.
- **общение** является необходимым условием развития и формирования личности, групп на основе общего интереса.





Кружковая деятельность

Важным направлением воспитательной работы в лагере является кружковая деятельность, объединяющая детей по интересам в малые группы. Организация кружковой деятельности лагеря носит вариативный характер, то есть в период каждой смены работают постоянные кружки, для функционирования которых имеется обеспеченность педагогическими кадрами.

Цель: расширение кругозора, развитие познавательных интересов и творческих способностей детей.

Включает в себя развитие детей средствами совместного творчества, в процессе которого идёт закрепление норм поведения и правил этикета, знакомство с новыми предметами и явлениями, воспитание бережного отношения к природе, любви к труду. Создаются условия для реализации собственных интересов детей в наиболее целесообразном применении.

Организация кружковой деятельности в лагере включает ряд этапов:

- изучение интересов детей;
- презентация кружков на линейке в начале смены
- ознакомление детей с режимом работы кружков;
- самоопределение детей и запись их в кружки;
- деятельность ребят в кружках;
- текущее отражение результатов деятельности детей;
- подведение итогов работы кружков в конце смены.



•



Механизм реализации программы

I этап. Подготовительный – апрель- май

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

- проведение совещаний при директоре и заместителе директора по воспитательной работе по подготовке школы к летнему сезону;
- издание приказа по школе о проведении летней кампании;
- разработка программы деятельности пришкольного летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Солнышко-2017»;
- подготовка методического материала для работников лагеря;
- отбор кадров для работы в пришкольном летнем оздоровительном лагере;
- составление необходимой документации для деятельности лагеря (план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции т.д.)

II этап. Организационный – июнь

Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 2-3 дня.

Основной деятельностью этого этапа является:

- встреча детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;
- запуск программы «Солнышко-2017 »;
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

III этап. Практический – июнь

Основной деятельностью этого этапа является:

- реализация основной идеи смены;
- вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно- творческих дел;
- работа творческих мастерских.

IV этап. Аналитический – июль

Основной идеей этого этапа является:

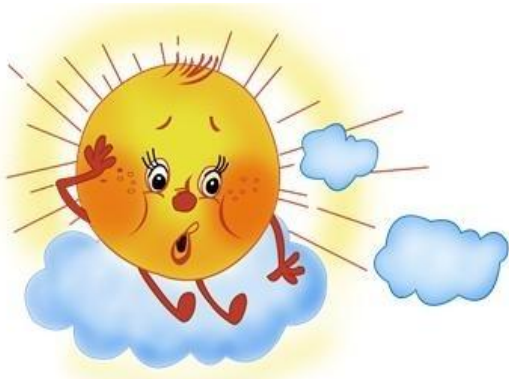
- подведение итогов смены;
- выработка перспектив деятельности организации;
- анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесенными по деятельности летнего оздоровительного лагеря
- Условия реализации программы.

Нормативно-правовые условия:

- Закон «Об образовании РФ»
 - Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991г.
 - Устав МБУ СОШ № 33
 - Положение о лагере дневного пребывания.
 - Правила внутреннего распорядка лагеря дневного пребывания.
 - Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
-

- Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в школьном оздоровительном лагере.
- Инструкции по организации и проведению туристических походов и экскурсий.
- Приказы Управления образования.
- Должностные инструкции работников.
- Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра.
- Заявления от родителей.
- Правила регистрации детей при поступлении и выбытии.
- Акт приемки лагеря.

Планы работы.



-  [Увеличить](#)

Материально-технические условия предусматривают:

	<i>Применение</i>	<i>Источник финансирования и материальная база</i>	<i>Ответственные</i>
1	2	3	4
Кабинеты	Комната отдыха, игровые комнаты,	Материальная база школы. Родительские средства на закупку канцелярских принадлежностей для творческих мастерских, отрядных дел, подготовки стендов и материалов для конкурсов	Начальник лагеря, воспитатели, технический персонал

Спортивный зал	Занятия спортом, состязания, (в случае плохой погоды)	Материальная база школы	Спортивный руководитель
Спортивная площадка	Площадка для проведения общелагерных игр на воздухе, спартакиады, спортивные состязания	Материальная база школы	Спортивный руководитель
Школьный двор	Отрядные дела, игры-путешествия	Материальная база школы	Воспитатели, администрация лагеря
Актальный зал	Праздничные мероприятия и концерты, постановка спектаклей, работа детской творческой мастерской	Материальная база школы	Воспитатели, администрация лагеря
Медицинский кабинет	Медицинский контроль мероприятий лагерной смены	Материальная база школы	Медицинский работник школы
Школьная библиотека	Литература для педагогов и детей лагеря	Материальная база школы	Библиотекарь
Школьная столовая	Завтрак, обед,	Фонд социального страхования	Заведующая пищеблоком
Комнаты кружковой работы	Кружки рукоделия, рисования, моделирования	Родительские средства на закупку материалов для поделок и занятий в кружках	Начальник лагеря, воспитатели
Методический кабинет	Творческая мастерская вожатых, воспитателей, руководителей кружков	Материальная база школы	Старший воспитатель
Комнаты гигиены	Туалеты раздевалки	Материальная база школы	Начальник лагеря, воспитатели, технический персонал



Кадровые условия.

В соответствии со штатным расписанием в реализации программы участвуют:

Координаторы смены:

- начальник лагеря, заместитель директора по ВР;
- старшая вожатая

Кураторы отрядов:

- воспитатели отрядов (из числа педагогов школы);
- вожатые (из числа актива школы)

Руководители творческих мастерских

- из числа педагогов

1. Методические условия предусматривают:

- наличие необходимой документации, программы, плана;
- проведение инструктивно-методических сборов с педагогами до начала лагерной смены;
- коллективные творческие дела
- творческие мастерские
- индивидуальная работа
- тренинги
- деловые и ролевые игры



Диагностика

Вводная диагностика	Начало смены. Выяснение пожеланий и предпочтений, первичное выяснение психологического климата в детских коллективах: - анкетирование; - беседы в отрядах; - планерки администрации лагеря, старших вожатых и воспитателей.
Пошаговая диагностика	Цветопись по результатам мероприятий и дел лагеря. Беседы на отрядных сборах.
Итоговая диагностика	Анкетирование Творческий отзыв (рисунок « Вместе мы отряд») Беседы в отрядах Цветопись



Ожидаемые результаты

В ходе реализации данной программы ожидается:

1. Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья
2. Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.
3. Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности.
4. Развитие коммуникативных способностей и толерантности.
5. Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.
6. Приобретение новых знаний и умений в результате занятий в кружках (разучивание песен, игр, составление проектов)
7. Расширение кругозора детей.
8. Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.
9. Личностный рост участников смены.



Список используемой литературы:

Григоренко Ю.Н., Кострцова У.Ю., Кипарис-2: Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. – М.: Педагогическое общество России, 2002.

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

Нещерет Л.Г. Хочу быть лидером! Выпуск 4.-Н. Новгород: изд-во ООО «Педагогические технологии», 2006.

Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. С.И.Лобачева.Москва: ВАКО, 2007 г.

Программа пришкольного оздоровительного лагеря «Лето» при МОУ «Октябрьская средняя общеобразовательная школа №1». Автор: Кондрашина С.А.

Программа оздоровительного лагеря «Солнышко» Муниципальная Осановецкая средняя общеобразовательная школа. Авторы: Евсеева О.Г., Кириллова Т. А

Программа летнего оздоровительного лагеря дневного пребывания «Радужное творчество» МОУ «Средняя общеобразовательная школа №12» Автор: Корнеева Н.Д.

Учебник для вожатого. М.П.Кулаченко – Ростов на Дону: Феникс, 2008



Режим дня

Понедельник, среда, пятница

8.30 – 8.45 – прием детей

8.45 – 9.00 – зарядка

9.05 – 9.10 – утренняя линейка

9.10 – 9.30 – завтрак

9.30 – 10.00 – отрядные мероприятия

10.00 – 11.00 – работа в творческой мастерской, на базе ДДЮТ, игры;

подвижные

11.00- 11.30 – дорога в ТГУ – бассейн

11.30- 12.10 – бассейн

12.10 -12.30 - дорога в лагерь

12.30- 13.00 – обед

13.00- 14.30 - общелагерные мероприятия

14.30 – уход домой



Режим дня

Вторник, четверг.

- 8.30 – 8.45 – прием детей
- 8.45 – 9.00 – зарядка
- 9.05 – 9.10 – утренняя линейка
- 9.10 – 9.30 – завтрак
- 9.30 – 10.00 – отрядные мероприятия
- 10.00 – 11.00 – спортивные мероприятия
- 11.00 – 12.00 - кружок «Очумелые ручки»
- 12.10- 12.40 – обед
- 12.40- 13.40 – прогулка на свежем воздухе
- 13.40 - 14.30 - общелагерные мероприятия
- 14.30 – уход домой





Наши законы и традиции

1.Закон точности

НЕОБХОДИМО ЦЕНИТЬ КАЖДУЮ СЕКУНДУ. ВСЕ ДЕЛА И СБОРЫ НАЧИНАТЬ В СРОК. НИКОГДА НЕ ЗАСТАВЛЯТЬ СЕБЯ ЖДАТЬ – НЕ ОТНИМАТЬ ТЕМ САМЫМ У ТОВАРИЩА ДРАГОЦЕННЫЕ МИНУТЫ.

2.Закон поднятой руки

ЭТОТ ЗАКОН УЧИТ УВАЖАТЬ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ СЛОВО, ЧЕЛОВЕЧЕСКУЮ МЫСЛЬ. ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ПОДНИМАЕТ РУКУ, ЕМУ НЕОБХОДИМО СООБЩИТЬ ЧТО-ТО ВАЖНОЕ ЛЮДЯМ. КАЖДОМУ ПОДНЯВШЕМУ РУКУ- СЛОВО.

3.Закон территории

ЭТОТ ЗАКОН ГЛАСИТ: БУДЬ ХОЗЯИНОМ СВОЕЙ ТЕРРИТОРИИ. ОТНОСИТЕСЬ К ТЕРРИТОРИИ КАК К ДОМУ: БЕРЕЖНО, ЗАИНТЕРЕСОВАННО, ПО-ХОЗЯЙСКИ.

4.Закон доброго отношения к людям

ДОБРОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЛЮДЯМ ЭТО – ПОСТОЯННАЯ ГОТОВНОСТЬ СДЕЛАТЬ ЧТО-ТО ДЛЯ РАДОСТИ ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА, ГОТОВНОСТЬ ПОСТУПИТЬСЯ ЛИЧНЫМ В ИНТЕРЕСАХ КОЛЛЕКТИВА

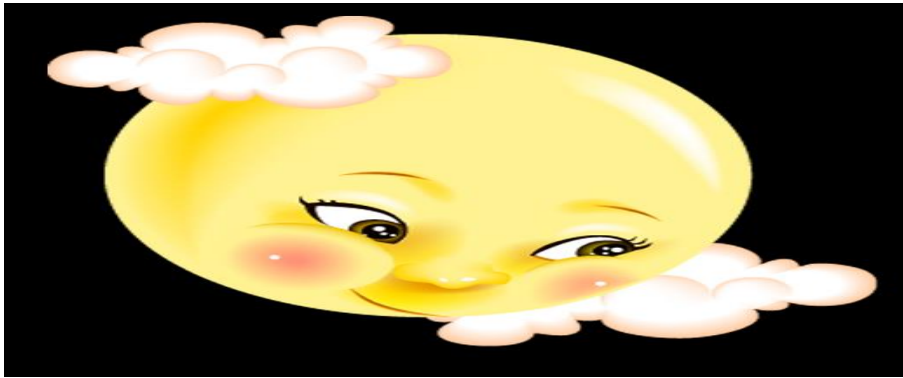
5.Закон улыбки

ЖИВИ ДЛЯ УЛЫБКИ ТОВАРИЩЕЙ И САМ УЛЫБАЙСЯ В ОТВЕТ

6.Закон песни

ПЕСНЯ – ДУША НАРОДА





Речевки:

Спортивная речевка (из журнала «Вожатый»)

- Мы идем на стадион.
 - Отряд наш будет чемпион.
 - Мускулы сильные (говорят мальчики).
 - А сами мы красивые (говорят девочки).
 - Кто задору, солнцу рад?
 - Эй, спортсмены, стройтесь в ряд!
 - А команда есть?
 - Есть!
 - Капитаны здесь?
 - Здесь!
 - Выходи скорей на поле
- Поддержать отряд и честь!

В столовую

- Раз, два,
 - Мы не ели,
 - Три, четыре,
 - Есть хотим!
 - Открывайте шире двери,
- А то повара съедим.
Поварятами закусим,
Поварешками запьем.
Ложки, вилки поломаем,
А столовую запрем,
Нас кормите, повара,
Прокричим мы вам «ура»!

Собирайся, детвора!
На обед нам всем пора.
Там оладьи с пылу, с жару,
Суп, котлетки здесь на пару!

Бери ложку, бери хлеб
И садись-ка за обед!
До чего блюда вкусны!
И съедим их быстро мы.

Что голодный хор поет,
Когда повар есть зовет?

- Дети, дети!
- Да, да, да!
- Есть хотите?
- Да-а! Да-а! Да-а!

Нам еда полезна будет,
Силы новые разбудит.

На зарядку! (журнал «Вожатый»)

- На зарядку выходи!
 - На зарядку всех буди.
 - Все ребята говорят:
 - Физзарядка – друг ребят!
 - Физкультурничек – ребенок,
 - Набирайся-ка силенок!
 - Физзарядка по утрам
- Не во вред – на пользу нам.
Левая, правая, бегая, плавая.
Вырастем смелыми,
На солнце загорелыми.

Патриотическая

- Печатая шаг.
- Сильные руки,
- Гордые плечи,
- Солнце в ладонях,
- Солнце в глазах.
- Слышишь, товарищ,
- Пульс планеты?
- Ребята шагают

- Руки – к штурвалу,

| - Помыслы – к солнцу,
Нам высота – не помеха!
Сегодня мечтаем, а завтра дерзаем –
Ребята Нового века!



Названия, девизы детских отрядов

Отряд «Морячки»

Девиз:

Друг за друга мы горой,
Таков обычай наш морской.

Отряд «Паровозик»

Девиз:

Катись, катись, но не споткнись!
или
Всех возьмет с собой
Паровозик озорной.

Отряд «Неунывайка»

Девиз:

Убедитесь вы не раз –
«Неунывайка» – это класс.

Отряд «Лопухи»

Девиз:

Расти, лопух, – не знай проблем,
Цвети, лопух, на зависть всем,
Кто создает нам множество
проблем.

Отряд «Чирикнутый»

Девиз:

Наша стайка хоть мала,

Но подвижна и умна.

Отряд: «Веселые гномы»

Девиз:

«Гномом» стал, так не пищи –
Легкой жизни не ищи.

Отряд «Черный кот»

Девиз:

Вперед, коты!
Трубой хвосты,
Не смейте обращаться
К нам на «ты».

Отряд «Мумий тролль»

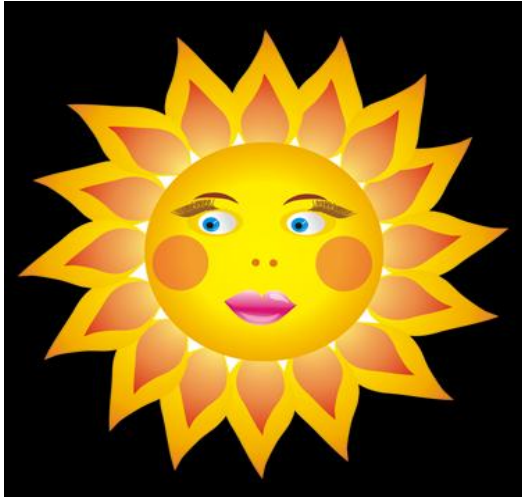
Девиз:

Хоть ты лопни, хоть ты тресни,
«Мумий тролль» – на первом
месте.

Отряд: «Бабки Ежки»

Девиз:

Если долго мучиться,
Что-нибудь получится.
Оглянись скорей вокруг,
Нет ли дел для наших рук?



Тропа доверия

Цель игры: гармонизация межличностных отношений через создание ситуации взаимодействия в группе, выработку моделей эффективного общения в ней и способов ее конструктивного разрешения.

Категория участников: подростки 10–17 лет; В игре могут принимать участие одновременно от 25 до 75 человек, продолжительность: 1,5–2 часа.

Описание игры. На предварительном сборе участникам дается общая установка на игру, объясняются правила. Необходимо сформировать шесть команд, для этого каждому человеку предлагается взять карточку определенного цвета, а затем все цвета объединяются в группы, которым можно дать название.

Цель команд: пройти все этапы игры, набрать как можно больше баллов. Та команда, которая сделает это быстрее, дружнее и качественнее становится победителем. Затем командам выдаются маршрутные листы, в которых указан порядок прохождения станций, и выставляются оценки. Станции должны находиться на достаточно отдаленном расстоянии.

На каждом этапе команды находятся 15–20 минут, время перехода не обозначается. На станциях ребята выполняют задания ведущего. Ведущий станции оценивает активность команды, ее сплоченность, конструктивность разрешения ситуации, правильность ответов по пятибалльной системе. Также могут даваться штрафные баллы за отставание некоторых участников от команды и неорганизованность, конфликтность в группе, нарушение правил выполнения задания. Штрафные баллы составляют разность оценочным при подсчете общего результата каждой команды. После прохождения всех станций командой подсчитываются баллы, победители награждаются грамотами и памятным призами.

Необходимые материалы: маршрутные листы, в которых указан порядок прохождения командами станций; таблички с названиями станций: «Ритмометр», «Кочки», «Монстры», «Преграда», «Трансформер», «Поводырь», «Скала»; 3 листа плотного картона; 2 веревки (2 м и 4 м); мел для асфальта; скотч; ножницы; призы и грамоты победителям.

Станция «Ритмометр»

Цель: отработка навыков скоординированности действий команды.

Форма проведения: Предварительно ведущий на асфальте чертит классики, в виде своеобразной лесенки. Участникам команды под счет ведущего предстоит проскакать эти классики, держась друг за друга, в виде цепочки, разрывать цепочку нельзя.

Станция «Трансформер»

Цель: развитие навыков невербального общения, эмпатии, межгруппового взаимодействия.

Форма проведения: ведущий предлагает участникам команды встать в круг и взять в руки веревку. Далее участникам команды предлагается без слов, из веревки сделать определенные геометрические фигуры (круг, квадрат, прямоугольник, ромб и т. д.).

Станция «Поводырь»

Цель: сформировать доверие к членам группы на телесном уровне, отработать навыки согласованности действий.

Форма проведения: участникам команды предлагается встать в колонну, друг за другом, закрыть глаза всем, кроме стоящего впереди колонны. Держась друг за друга, колонна должна передвигаться, преодолевая препятствия (огИБая деревья, преодолевая барьеры и т. п.)

Станция «Кочки»

Цель: сформировать установки взаимосоотрудничества, отработать навыки согласованности действий.

Форма проведения: На асфальте нарисованы две линии на расстоянии 5 м друг от друга. Расстояние между ними – это река. Задача команды – переправить всех участников на другой берег. Передвигаться можно только по трем кочкам. Дополнительные условия: на территории «реки» стоять

можно только на «кочке»; «кочку» можно передвигать только рукой, при этом опираться на землю другой рукой нельзя. Оцениваются точность и скорость переправы на другой берег, оригинальность найденного способа, а также дружность команды, способность конструктивно подходить к принятию общего решения, согласованность действий.

Станция «Монстры»

Цель: развитие чувства принадлежности к группе на уровне телесного контакта. Для успешного выполнения этого упражнения требуется проявить навыки сотрудничества в группе, конструктивное взаимодействие, согласованность действий.

Форма проведения: Команде предлагается пройти 25–30 метров таким образом, чтобы земли касалось только определенное количество ног. Это число рассчитывается по формуле: $N = n - 3$, где N – число ног, которые могут касаться земли, n – число людей в данной команде. Например, если в команде 10 человек, то им нужно пройти дистанцию на 7 ногах. Причем команда сама выбирает, каким способом она будет это делать. Оценивается дружность группы, согласованность ее действий, оригинальность в принятии решения.

Станция «Преграда»

Цель: развитие межгруппового единства, навыков работы в группе, умения принимать коллективное решение; сплочение команды.

Форма проведения: Ведущий натягивает веревку (необходимы два столба, дерева) на уровне талии участников команды. Команде нужно пройти под веревкой, не задев ее; нельзя касаться земли руками. На втором этапе задание усложняется – веревка опускается вниз до уровня колен участников. Все участники команды могут помогать друг другу.

Станция «Скала»

Цель: данное упражнение развивает навыки поддержки в группе; сплочение команды. Форма проведения: Участникам предлагается встать на бревно или скамью, взявшись под руки. Крайний участник должен переправиться на другой конец цепи с помощью остальных участников скалы (при этом они могут помогать только поддерживанием). Падение со скамьи несет команде штрафные баллы. Таким образом, на другой конец цепи постепенно должны переправиться все участники команды.

Ожидаемый профилактический эффект игры заключается в выработке навыков сотрудничества, согласованности действий, невербального общения, эмпатии, межгруппового взаимодействия, конструктивного разрешения спорных ситуаций, что позволяет гармонизировать межличностные отношения в группе и, в конечном итоге, является фактором защиты личности каждого подростка.

Подводя итоги, стоит отметить, что представленные выше подходы к профилактической деятельности построены на понимании того факта, что асоциальные формы поведения чаще всего возникают у личностей, имеющих трудности в совладании со стрессом, противостоянии групповому давлению, низкими коммуникативными способностями, слабо развитыми навыками принятия решений и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций. Задача специалистов, работающих в области профилактики, на наш взгляд, состоит в том, чтобы помочь подросткам и молодым людям справиться с внешними и внутренними конфликтами, путем актуализации и развития у них позитивных личностных качеств. Решению данной задачи способствует применение специалистами разнообразных методов социально–психологической работы, соответствующей возрастным и личностным особенностям молодых людей. В данном параграфе были представлены такие формы групповой работы как психологический тренинг и маршрутная игра. Данные формы работы отличаются эмоциональностью, активным взаимодействием участников между собой и соответствуют возрастным особенностям подростков.

Захват территории

Участники игры. В игре принимает участие весь лагерь! Весь лагерь делится на две большие разновозрастные команды. Делиться надо таким образом, чтобы в каждой команде были как

маленькие (от 6 лет), так и взрослые (до 16 лет) дети. Задача команд, взявшись за руки, окружить как можно больше лагерных построек.

Правила игры. До начала игры следует составить список объектов, подлежащих захвату и присвоить каждому из них коэффициент сложности. Лучше капитану каждой команды выдать такой список.

Командам присваиваются определенные цвета, например, синий и красный. В каждой команде выбирается капитан, как правило, вожатый. Капитану команды выдаются звездочки, сделанные из цветного картона или бумаги цвета его команды (диаметром 5—10 сантиметров). Количество звездочек должно примерно равняться числу построек в лагере.

В начале игры все команды собираются на линейке. По команде ведущего игроки под руководством капитанов разбегаются по лагерю. Рекомендуется, по возможности, к каждому объекту поставить взрослого наблюдателя, который будет смотреть над точностью захвата.

Когда кольцо детей смыкается вокруг какой-нибудь постройки, капитан команды вешает на эту постройку звездочку. При этом данная постройка считается захваченной. Захваченные постройки не могут быть захвачены другой командой.

Особенно азартными бывают моменты игры, когда одна команда пытается окружить какую-нибудь постройку, а в это время другая команда окружает ту же постройку более широким кольцом. Кто же сделает это первым? После каждого удачного «захвата» команде следует отправить гонца в главный штаб со сведениями о захваченных постройках.

Игра длится до истечения установленного времени, которое зависит от размеров и численности лагеря. Каждой постройке в лагере присваивается определенный коэффициент, пропорциональный ее площади. Побеждает команда, набравшая большее количество очков (сумма захваченных построек, умноженных на их коэффициенты).

Ход игры и сообщения о захвате построек можно в реальном времени транслировать по лагерной радиосети.

«Ведьмочки - 2017»

Цель: Формирование опыта творческого общения, развитие у учащихся умения понимать и ценить личность человека.

Форма проведения: КВН

Б.Я - Баба Яга

Под мелодию выбегает Баба Яга.

Б.Я. Мисс Мошкова есть, бюст, нога,

Ну, а где же «Мисс Яга»?

Все решено!

Красных девиц соберу,

Суперконкурс проведу! *(Свистит, кружится)*

Эни-бени комине,

Все волшебницы ко мне!

(выходят все участницы на сцену)

Б.Я. *(Разглядывает их)*

Тьфу, тьфу, тьфу, глазам не верю,

Что за прелесть, лепота,

Как подходит этим феям

Званье «Мисс ведьма».

Вы порауйте старушку

И постройте мне избушку.

Посмотрю, кто чего стоит

Кто быстрее избу строит.

Будут вам бревна, окна, крыша и нога.

Победит достойная!

Вам не просто победить □

Во всем артистом надо быть!

Первый конкурс. «Представление».

Ну, красавицы, в путь смелей,

Нужна реклама без сомненья,

В раскрутке имиджа всем нам,

У нас встречают по одежке,

И, по словам, и по делам.

Итак: Кто самая оригинальная Яга, той первый приз – Куриная нога!

Б.Я. Сколько же сложено баек

Было про нас, небылиц.

Аукцион «В мире сказок»

Я проведу для девиц.

Кто про меня больше вспомнит сказок,

Тому за победу бревно дам в подарок.

Б.Я. Темной ночью в лес ходила,

Травы рвала и сушила

«Снадобья» вам варила.

Кто правильно определит

Из чего снадобье сварено

Тот в подарок бревнышко возьмет.

(вручаются бревна)

Б.Я. Применив искусство колдованья

Нужно придумать

Магическое заклинанье.

Пусть фантазия поможет вам:

Всего лишь десять слов должно быть там.

(заклинание 2 мин.)

Б.Я. Ну что ж, переходим к перестрелке нечистой силы *(по 5 человек от команды)*.

Кем ты станешь в 20 лет □ *(двадцатилетним человеком)?*

Каким гребнем не расчешешь волосы *(петушиным)?*

Что нужно сделать, встретив во сне тигра *(проснуться)?*

Где всегда можно найти червей *(в карточной колоде)?*

Кто не задает вопросов, но всегда требует ответа *(телефонный звонок)?*

Что можно приготовить, но нельзя съесть *(уроки)?*

Если яйцо плывет по Волге, то откуда оно начало путь *(из курицы)?*

Какой малыш рождается с усами *(котенок)?*

До какого места заяц бежит в лес *(до середины, а от середины из леса)?*

Название какой реки у тебя во рту *(Десна)?*

В каком городе нельзя стрелять *(Бухарест)?*

Назовите имя первой женщины летчика *(Баба Яга)*.

Б.Я. Эй веселые девчонки

Выходите петь частушки

Костяной ногой топнем,

И в ладоши громко хлопнем,

Заведем мы этот зал, чтобы каждый нас узнал!

Сочиняют частушки вместе с залом – Крик Яги

Б.Я. Ох и трудно быть Бабой Ягой.
Даже приходится порой
Чтоб людишек напугать,
Кричать, свистеть и хохотать.
Конкурс среди зрителей, три команды.

Б.Я. Юбка-юбочка моя,
Модная, любимая,
Равных моей юбке нет –
Ей всего лишь 300 лет.
Кто на юбочку заплатку
Аккуратненько пришьет,
Той портнихе-мастерице
Знатный приз перепадет.
Конкурс «Заплата на юбку Бабы Яги» □ кто быстрее и оригинальнее выполнит заплатку.

Б.Я. Обожаю дискотеку,
Хоть живу уже три века –
Танго, степ или гопак
Я танцую только так.
Эй, метла, позвольте вас
Пригласить на этот вальс.
Танец с метлой

Б.Я. Приглашаю все команды на сцену.
Мы на славу порезвились,
На фантазию не скупились.
Вот построена изба.
Будет жить в ней Мисс ведьма.
Главный приз – вот эта штука,
Называют ее ступа.
Вручается ступа команде победительнице.

Б.Я. Ой, подружки вы шальные,
Вице Мисс все остальные!
Все девчонки – молодцы!
Вам подарок – леденцы.
Званьем можете гордиться –
В жизни все вам пригодится.
Эни, бени, кабинет
Всех с праздником я поздравляю.
Исчезаю, исчезаю, меня уже нет.

Праздник завершается общей песней команд.



Приложение 1.

Мониторинговая деятельность

Организуя разнообразную и по формам, и по содержанию деятельность, педагогический коллектив создаёт условия для того, чтобы как можно больше положительных качеств ребят проявлялось, активизировалось и развивалось.

Дети приходят в разновозрастные отряды и очень важно из шумной неорганизованной группы детей сформировать коллектив, помочь детям освоить различные виды деятельности, приобрести конкретные знания и умения, формировать лидерские качества в детях.

Проанализировать результаты работы всего коллектива лагеря поможет и мониторинговая деятельность, и материалы по рефлексии мероприятий, и отзывы детей и родителей.

МОНИТОРИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

№	Мероприятие	Ответственный	Дата
1	Совещание с педагогическим коллективом «Мониторинг в лагере»	Ст. вожатая	
2	Входное анкетирование	Воспитатели, ст. вожатая	
3	Рефлексия мероприятий.	Воспитатели, ст. вожатая	В теч. смены
4	Мониторинговое исследование «Выбор»	Воспитатели, ст. вожатая	
5	Мониторинговое исследование «Игра в слова»	Воспитатели, ст. вожатая	
6	Методика опросника	Воспитатели, ст. вожатая	
7	Итоговое анкетирование	Воспитатели, ст. вожатая	

ВЫБОР

Детям предлагается прослушать утверждение и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

4 – совершенно согласен

3 – согласен

2 – трудно сказать

1 – не согласен

0 – совершенно не согласен

1. Я жду наступление нового дня в лагере с радостью.

2. В детском лагере у меня обычно хорошее настроение.

3. У нас хорошие вожатые.

4. Ко всем взрослым в нашем лагере можно обратиться за советом и помощью в любое время.

5. У меня есть любимый взрослый в нашем лагере.

6. В отряде я всегда могу свободно высказывать своё мнение.

7. У меня есть любимые занятия в нашем лагере.

8. Когда смена закончится, я буду скучать по нашему лагерю.

Обработка полученных данных.

Показателем удовлетворённости детей (У) является частное от деления общей суммы баллов всех ответов на общее количество ответов.

$У = \text{общая сумма баллов} / \text{общее количество ответов}$

Если У больше 3, то можно констатировать высокую степень удовлетворённости, если же У больше 2, но меньше 3, то это свидетельствует о средней и низкой степени удовлетворённости детей жизнью в лагере.

АНКЕТА (на входе)

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:

Имя..... Фамилия.....

МЕТОДИКА ОПРОСНИКА

Детям даётся задание: написать, что, по их мнению, В детском лагере (отряде) хорошо и что плохо, или что радует и что огорчает. При этом не ставятся ориентирующие вопросы.

Анализ полученной с помощью этой методики информации позволяет увидеть удачные и неудачные дела, характер общения, отношений в лагере, настроения, что является показателем жизнедеятельности детского лагеря.

В нашем детском лагере

Мне понравилось	Мне не понравилось
1	1
2	2
И т.д.	И т.д.

ИГРА В СЛОВА

Ребята получают карточку с заданием, которое звучит так: «Дорогой друг! Расставь нужные слова в предложении так, чтобы у тебя получился портрет твоего отряда.»

Наш отряд – это _____ и _____ люди. Они собрались для того, чтобы _____ и _____ провести время и научиться _____. Поэтому вместе мы чаще всего занимаемся тем, что _____.

Наш отряд объединяет _____ мальчишек и _____ девчонок.

Наши воспитатели помогают нам в _____ и нам вместе с ними _____ и _____.

АНКЕТА (в конце смены)

- Что ты ожидал (а) от лагеря?
- Что тебе понравилось в лагере?
- Что тебе не понравилось?
- С кем из ребят ты подружился?
- Какие из мероприятий лагеря понравились тебе больше всего? Почему?
- Какие мероприятия ты будешь рад увидеть в лагере в следующую смену?
- Было ли скучно в лагере?
- Было ли тебе страшно?
- Жалеешь ли ты о чем-то, что произошло за время пребывания в лагере? О чем?
- Что из того, что ты получи (а) в лагере, ты можешь использовать в своей повседневной жизни уже сейчас?
- Что бы ты хотел(а) пожелать себе?
- Что бы ты хотел(а) пожелать другим ребятам?
- Что бы ты хотел(а) пожелать педагогам?.
- Самое важное событие в лагере? Было или оно?
- Можно ли сказать, что ты чему-то научился в лагере?

– Закончи предложения: Я рад, что

Мне жаль, что.....

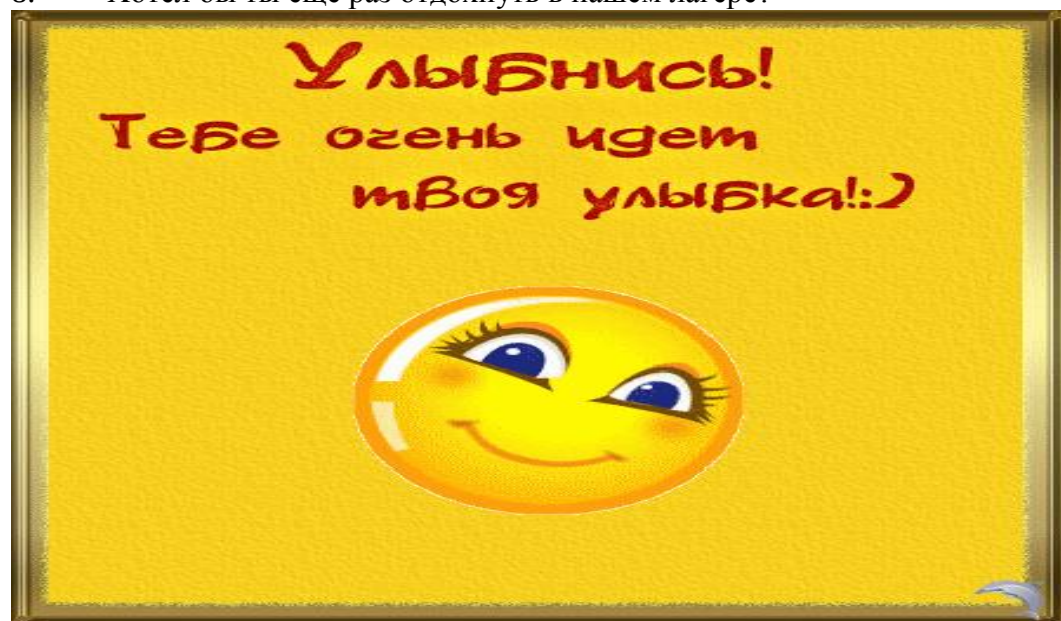
Я надеюсь, что.....

Твое имя, фамилия и автограф на память _____

ИТОГОВОЕ АНКЕТИРОВАНИЕ

Фамилия, имя.

1. Самое яркое впечатление за эти дни у меня ...
2. Из дел, проведённых в отряде, мне больше всего понравилось ...
3. Из дел, проведённых в лагере, мне больше всего понравилось ...
4. Несколько слов о нашем отряде ...
5. Мои впечатления о лагере.
6. Если бы я был вожатым, то бы я ...
7. Хочу пожелать нашему лагерю «Солнышко» ...
8. Хотел бы ты ещё раз отдохнуть в нашем лагере?



МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ СТАРШЕГО ВОЖАТОГО

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЛАГЕРЕ

- Соблюдать режим дня. Приходить вовремя в 8.30.
- Уходить по разрешению воспитателя.
- Обязательно иметь головной убор.
- Подчиняться требованиям воспитателей.
- Соблюдать технику безопасности.
- Беречь имущество.
- Быть вежливым, доброжелательным по отношению друг к другу.
- Соблюдать правила гигиены.

ЗАКОНЫ ЛАГЕРЯ

- Закон “ноль-ноль” (закон точности).
- Закон территории (территориальное ограничение, бережливость, хозяйственность).
- Закон земли (охрана природы)
- Закон поднятой руки (внимание, прошу слова).
- Закон рука об руку (все делать вместе, сообща).
- Закон доброго отношения.
- Закон здорового образа жизни.
- Закон свободы слова.
- Закон уважения личности человека, чужого труда, чужого мнения.

ОТРЯДНЫЙ ОГОНЕК

Огонёк – особая форма общения, позволяющая каждому участнику высказаться, понять других, проанализировать ситуацию, раскрыть себя с необычной стороны, научиться понимать других людей, слушать и слышать. Задача огонька – воспитывать у детей потребность в общении друг с другом, поддержать, заинтересовать делами в отряде, привлечь к совместной деятельности.

Условия, необходимые для проведения огонька:

- участники удобно устроены в кругу;
- по-возможности – наличие живого огня (обычно в центре круга);
- важно создать необходимый эмоциональный настрой;
- поддержание доброй атмосферы;
- нужно избегать повышенного тона.

ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ ОТРЯДНОГО ОГОНЬКА

1. Учись внимательно слушать, дай выговориться другому, не прерывай говорящего.

1. Правило свободного микрофона: никого нельзя заставлять выступить на огоньке или запретить кому-то говорить.

2. На огоньке говорят откровенно о том, что думают и что волнует.

3. Береги время, дай возможность высказаться другому.
4. Не согласен – возражай, возражаешь – предлагай, предлагаешь – делай.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ОТРЯДНОГО ОГОНЬКА

Что для тебя значит слово «друг»	Каким ты себя представляешь через 20 лет?	Какой у тебя характер?	Какой твой любимый предмет в школе?	Много ли у тебя друзей?
Ссоришься ли ты с родителями и по какому поводу?	Какая твоя любимая песня?	Какие качества в человеке ты ценишь больше всего?	Чем ты любишь заниматься в свободное время?	Часто ли ты ссоришься?
Умеешь ли ты рисовать?	В какие игры ты любишь играть?	Каких людей ты считаешь лучшими друзьями?	Что ты не любишь больше всего?	Любишь ли ты читать?
На кого ты бы хотел быть похожим?	Что для тебя в жизни самое страшное?	Я думаю, что хороший отдых это - . . .	Счастливый ли ты человек? Почему?	Общительный ли ты человек?
Что может сделать тебя счастливым?	Легко ли ты можешь расплакаться?	Скоро ли ты забываешь, если тебя кто-нибудь обидел?	Умеешь ли ты сочувствовать людям?	Бывает ли у тебя беспокойно на душе? Из-за чего?
Боишься ли ты темноты?	Какие сны тебе снятся чаще всего?	Любишь ли ты выступать на сцене?	Чему бы ты хотел научиться?	Что для тебя горе?
Какой твой любимый вид спорта?	Хотел бы ты летать как птица?	Любишь ли ты смотреть на ночное небо?	Без чего бы ты не смог обойтись в жизни?	Быстро ли ты прощаешь обидевших тебя людей?

Ты везучий человек?	Ты больше любишь дарить подарки или получать?	Что лучше – быть сильным или быть умным?	Что лучше иметь – сто рублей или сто друзей?	Есть ли у тебя любимый праздник?
Веришь ли ты в чудеса?	Если бы у тебя была волшебная палочка, какие три желания ты бы загадал?	Что ты больше любишь – день или ночь?	Какой мультфильм тебе нравится?	Как ты поступишь, если увидишь, что у малыша отнимают игрушку?

ЗАКОНЧИ ПРЕДЛОЖЕНИЕ... (для отрядных сборов)

Я всегда хотел(а) ...	Если все против меня, то...	Будущее кажется мне ...	Знаю, что глупо, но боюсь ...	В хорошем отряде всегда ...
Лучше всего я общаюсь с ...	Сделал(а) бы всё, чтобы забыть ...	Думаю, что я способен(на), чтобы ...	Надеюсь на ...	Не люблю людей, которые ...
Моей самой большой ошибкой было ...	Наступит тот день, когда ...	Когда мне начинает не везти, я ...	Больше всего я хотел(а) бы в жизни ...	Когда я буду старым(ой) ...
Когда у меня плохое настроение. я ...	Весело провести время – это значит ...	Меня особенно раздражает, когда ...	Хорошая жизнь – это ...	Когда я вижу, как мой товарищ совершает дурной поступок ...
Больше всего мне нравится в лагере...	Иногда я боюсь ...	Больше всего мне нравится ...	Когда кто-то кричит на меня ...	В будущем я хочу ...
Для меня нет ничего хуже ...	Я бы на месте наших воспитателей ...	Мне очень не нравится, когда девочки(ребята) ...	Мне очень хотелось бы научиться ...	Когда другие делают что-то лучше, чем я ...
Я радуюсь, когда ...	Если бы я был невидимым ...	Если бы я был начальником лагеря ...	Меня очень огорчает если ...	Я радуюсь, если ...
Мне было так смешно, когда ...	Мне нравится дарить подарки, потому что ...	Если на улице дождь, я ...	Когда у меня вечером есть время, я ...	На улице больше всего люблю играть в ...

Если бы я был очень большим ...	Если бы я сейчас стал взрослым, то ...	Когда я завтра приду в лагерь ...	Во время зарядки я могу ...	Когда я гуляю, то люблю ...
Больше всего мне не нравится...	Я бы не хотел, чтобы ...			

РАЗВЕД – ШОУ

1. Какого цвета занавески в комнате начальника лагеря?
2. Сколько метров в самой длинной заасфальтированной дорожке лагеря?
3. Умеет ли плавать шеф-повар?
4. Как зовут старшую вожатую?
5. Какого цвета глаза у воспитателя 1 отряда?
6. Какой размер обуви у воспитателя 2 отряда?
7. Какого цвета скамейка возле медпункта?
8. Любимый цвет начальника лагеря.
9. Сколько окон в спортивном зале?
10. Сколько ступенек при входе в лагерь?
11. Сколько лет работает в нашей школе воспитатель 3 отряда?
12. Что нарисовано на верандах нашего лагеря?
13. Какая любимая песня у воспитателя 4 отряда?
14. Сколько дверей в музыкальном зале?
15. Какие фрукты любит воспитатель 5 отряда?
16. Какие цветы любит медработник?

ЭТО Я

Воспитатель громко задаёт вопрос. А тот ребёнок, который относит его к себе, отвечает – «Это я!». Воспитатель задаёт как серьёзные, так и смешные вопросы, например:

- Кто любит собак?
- Кто любит читать сказки?
- У кого есть сестра?
- Кто любит играть в мяч?
- Кто родился в июне?
- У кого есть дача?
- Кто любит учить стихи?
- Кто был на море?
- Кто любит красный цвет?

- Кто заснёт первым на сончасе?
- У кого есть бабушка?
- Кто умеет кататься на велосипеде?
- Кто любит кошек?
- Кто любит петь песни?
- У кого знак Зодиака Скорпион?
- Кто родился в год Овцы?
- У кого день рождения весной?
- Кто ездил на лошади?
- У кого есть собака?

(Кроме того, можно играть в игру «Поменяемся местами» сидя в кругу на стульях, используя те же вопросы. Например, «Меняются местами те, у кого тёмные волосы»....)

ЧЕРЕДОВАНИЕ ТВОРЧЕСКИХ ПОРУЧЕНИЙ

Весь отряд делится на микрогруппы по количеству поручений. Меняются поручения через 2-3 дня. Предлагаю вам следующие поручения для ЧТП:

Группа «Досуз». Эта группа помогает воспитателю организовывать различные отрядные мероприятия, готовиться к общелагерным мероприятиям. Поощряйте интересные идеи ребят, помогайте в их реализации.

Группа «Дежурная». Эта группа выполняет ежедневную уборку территории, закреплённой за отрядом (после зарядки). Осуществляет проверку порядка в комнатах отряда.

Группа «Оформитель» выпускает ежедневную отрядную газету о жизни коллектива и лагеря в целом.

Группа «Уют» должна внести свой вклад в оформление отрядного места, сделать его чуть-чуть уютнее, домашнее, красивее.

Группа «Сюрприз». Само название указывает на то, что отряд не должен догадываться о том, что задумала эта группа. В течение дня ребята этой группы должны удивить отряд каким-то приятным сюрпризом. Маленькое творческое выступление или маленькие подарки всем – всё, что угодно. Если у кого-то день рождения, группа должна позаботиться о поздравлении.

Группа «Мастер». Эти ребята должны пополнить отрядный запас сувениров, которыми вы награждаете ребят в ходе отрядных дел. Пусть это будут 3-4 поделки, но они должны быть хорошо сделаны.



Экран настроения

Отряды	1	2	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2
								3	4	5	6	9	0	1	2	3	4	6	7

1 отр																			
2 отр																			
3 отр																			



Мне очень понравилось в лагере



- Мне было скучно



- Мне было не интересно

Знакомство



«Интервью»

Участники разбиваются на пары, в паре выбирается корреспондент и дающий интервью. Задача корреспондента задавать вопросы, задача второго члена пары отвечать на них. На диалог отводится определенное время, по истечении которого участники меняются ролями. Затем каждый из них представляет своего напарника всей группе.

«Автобиография»

Участники разбиваются на пары, в паре выбирается говорящий и «уши» - слушающий. Говорящий в течение определенного времени рассказывает о себе то, что он сам хочет и считает нужным. «Уши» не умеют разговаривать, а должны только слушать то, что рассказывает о себе партнер. После смены ролей оба участника рассказывают друг о друге всей группе.

- После проведения обоих упражнений на одном занятии рекомендуется обсудить следующие вопросы:

Что Вам больше понравилось рассказывать самому или отвечать на вопросы?

Нравились ли Вам те вопросы, которые Вам задавали? Были ли неприятные вопросы, ненужные с Вашей точки зрения, неинтересные? А интересные, на которые Вы отвечали с удовольствием?

Сложно ли было рассказывать о себе? Интересно слушать собеседника? и т.п.

Рекомендуется проводить обсуждение в мини-группах (с назначенным групп. лидером, который подводит итоги обсуждения в своей группе), при условии, что в одной группе будут находиться оба участника пары (обсуждение в мини-группе позволяет снять напряженность и скованность, обычно возникающие на первом занятии в ситуации общегрупповой рефлексии, а нахождение обоих участников пары в одной группе позволяет каждому из них получить оценку своей работы от напарника).

«Снежный ком»

Каждый участник по кругу называет свое имя и, желательно, какое-либо дополнение к нему, например, прилагательное (какой я), недлинное предложение «Я люблю...» «Я не люблю...» и т.п. Каждый следующий участник повторяет сказанное предыдущим и говорит от себя. Так «снежный ком», нарастая, проходит по кругу.

«Ассоциации»

Один доброволец выходит за дверь, тем временем группа выбирает одного человека, на которого будут давать ассоциации и договаривается не смотреть на него, когда вышедший будет задавать вопросы. Затем приглашается вышедший за дверь участник: он задает вопросы типа: «Если бы этот человек был цветом, то каким?». Темы могут быть совершенно произвольными, в зависимости от фантазии спрашивающего. Все остальные должны дать свои ассоциации на загаданного человека, т.е. ответить на поставленный вопрос. Задающий вопросы должен отгадать, кого загадала группа. Он может столько вопросов, сколько сочтет нужным, он может «сдаться», если захочет.

Надо обсудить, кто счел какие ассоциации на себя точными, какие понравились \ не понравились, что было сложно, что легко и т.п. **«Знакомство цветом»**

Участникам группы предлагается назвать своё имя и добавить к нему цвет, которым на данный момент ощущает себя участник группы.

«Знакомство руками»

Участники работают по двое, причём каждая пара отдельно от остальных. Ведущий предлагает участникам взять себе в пару человека, которого он меньше всего, как ему кажется, чувствует и понимает. Затем в каждой паре участники садятся друг против друга, так, чтобы можно было взять друг друга за руки. Они закрывают глаза.

Их задача: с закрытыми глазами, обязательно молча встретиться друг с другом руками, “познакомиться”, потом “поссориться”, затем “помириться” и “попрощаться”.

Практически всегда у участников возникает совершенно новое ощущение партнёра, которое иногда чувствуется даже глубже и значительнее полученного зрительного и слухового образа. Возникают новые чувства к этому партнёру. Возникает ощущение, что он теперь более понятен и открытости перед ним, чувство близости, даже интимности.

«Инициация»

Это упражнение помогает участникам группы обозначить начало нашей совместной работы в нашем времени и пространстве. Инициация является метафорой прохождения участниками группы основных жизненных этапов (кризис 1-го года, 3-х лет, 7-ми лет) и плавным подведением к подростковому кризису идентичности. Сначала участники группы садятся в круг, закрывают глаза, проводится лёгкое расслабляющее упражнение. После они выстраиваются в цепочку друг за другом, оставаясь при этом с закрытыми глазами. Как метафору преодоления кризиса 1-го года предлагается проползти под стульями. Как метафора 3-х лет предлагает всем вместе делать действия противоречащие инструкции, т. е. прямо наоборот. Например: “Повернитесь все налево”, все поворачиваются направо и т.д. Как метафора кризиса 7-ми лет предлагается пройти по стульям и постепенно оказаться в новом мире, который символизируют выстроенные в круг стулья – некое пространство в котором дальнейшем будет проходить работа. После того как все сядут на стулья, закончат рассаживаться

Разминка



- Хорошая разминка перед танцевальными упражнениями.

«Счёт до десяти»

Сейчас по сигналу “начали” вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет “один”, другой человек скажет “два”, третий скажет “три” и так далее... Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут “четыре”, счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.” удалось ли группе это сделать? Если да, то каким образом? Если не получилось, то почему? Что мешало? Кто принимал активное участие, кто отмалчивался?

«Встаньте в круг»

Соберитесь тесной кучкой вокруг меня. Когда я скажу “начали”, вы закроете глаза и начнёте двигаться в любую сторону, самым хаотичным образом, стараясь при этом ни на кого не наступать. При этом вы будете жужжать, как пчелы, собирающие мёд. Через некоторое время я хлопну в ладоши. Вы должны мгновенно замолкнуть и застыть в том месте и позе, где вас застал сигнал. После этого я хлопну в ладоши дважды. Не открывая глаза и ни к кому не прикасаясь руками, вы попытаетесь выстроиться в круг. Это будет происходить в полной тишине, иначе вам не удастся почувствовать ни людей, стоящих рядом, ни той совершенной фигуры, какой является круг. Ваш круг может оказать с острыми углами. Когда все участники игры займут свои места и остановятся, я хлопну в ладоши трижды, вы откроете глаза и посмотрите, какую фигуру вам удалось создать.” Когда группа выстроилась в “круг” и открыла глаза, ведущий обводит полученную фигуру верёвочкой и просит кого-либо из участников нарисовать на листе бумаги то, что получилось. Сообщает время построения и проводит короткую рефлексию игры. Что лежит на дне этой игры, каков её тайный смысл? Кто стоял в кругу? Кто из него выпал? С помощью этой игры ведущий получает возможность экспресс-диагностики группы и индивидуальных кооперативных стилей отдельных участников.

«Скала»

На полу рисуется кривая, изгибающаяся линия. Участники группы выстраиваются в шеренгу чётко по контуру линии с одной стороны. При этом одна рука как бы полуобнимает одного соседа за плечи, другого за пояс, и так поочерёдно. Таким образом, шеренга символизирует скалу. Получается, что с одной стороны линии скала, а с другой – пропасть. Задача пройти держась за скалу, но не наступая в пропасть. Каждый участник проходит это препятствие из начала и встаёт в конец. Всего даётся три попытки. Кому удалось быстрее всего? Кто больше всех опирался, держался за “скалу”, т.е. за группу? Кто меньше всего? Это упражнение помогает выявить отношения в группе. Кого группа принимает, кого отвергает. Кто сам отделяется от группы, не идёт с ней на контакт. Как вариант можно предложить сделать то же самое стоя на стульях.

«Да-Нет»

Группа разбивается на две подгруппы. Одна из них говорит только слово “Да”, другая только слово “Нет”. Сначала предлагается, говоря только слово, например, “да”, попытаться переубедить

того, кто говорит “нет” сказать “да”. После можно попытаться пообщаться, используя только эти слова, спеть песню, поговорить... Удалось ли кого-нибудь переубедить? Получилось ли пообщаться?

«Скульптурный портрет группы»

Кто-то из участников вызывается (или выбирается группой – это ещё интереснее, поскольку показывает, чьё мнение и видение, чью обратную связь хотят в первую очередь получить участники группы) быть “скульптором”, которому предстоит увековечить группу в “монументальной скульптуре”. У каждого персонажа скульптурной группы должна быть своя роль, своя функция. Скульптура группы должна как-то “воплотиться в камне”, а может быть и в каком-то другом материале, что поможет высветить роль каждого. “Ты – скульптор. Вот и воплощай то, что ты видишь, как нас чувствуешь. Мы будем твоим материалом – скульптура будет состоять из нас. Ставь нас в разные позы, лепи и “высекай” из нас всё, что угодно. А потом расскажешь, что ты хотел сказать своим произведением.” Скульптор начинает работать. “Скульптуры” при этом могут получиться разные: всё зависит от того, какая ситуация сложилась в группе и как её видит участник. Например, ведущего могут поставить на стул, у его ног построить поднявших на него глаза безоговорочно следующих за ним участников, кто-то может оказаться за креслом на периферии скульптурной группы и, с приложенными к глазам пальцами в виде бинокля и т.д. Потом следует комментарий “скульптора”. Он говорит о том, что имел в виду, придавая тому или иному участнику соответствующую позу, выбирая для него определённые роли, в которой их увидели. Может быть сделано несколько таких “скульптурных портретов” разными участниками

Раскрепощение



Снятие напряженности, раскрепощение, сплочение коллектива, формирование доверия к членам группы

«Мигалки»

Часть группы сидит на стульях в кругу лицом друг к другу, так что один стул остается свободным. За спинами сидящих стоят остальные участники. Тот, кто стоит за пустым стулом, - водящий – получает задание подмигивать тем, кто сидит на стульях в кругу. Тот, кто получил сигнал от подмигивающего, должен встать со своего стула и перейти на свободный стул. Задача стоящих – не отпускать тех, кто сидит на стуле перед ними, для этого они так же как и сидящие должны внимательно следить за водящим. Через некоторое время желательно поменяться группами, чтобы сидящие имели возможность половить, а стоящие посидели и попробовали убежать.

- После выполнения упражнения стоит обсудить удачные ходы водящего и других участников, похвалить особенно «цепких» стоящих и особенно внимательных из сидящих. Хотя упражнение проходит в игровом режиме и особенно глубокого обсуждения не требует, если группа настроена, можно рассмотреть вопрос, кому в какой роли больше понравилось и почему.

«Стулья»

Участникам предлагается разделить на две команды с равным числом участников и сесть друг напротив друга. Затем предлагается убрать по одному стулу у каждой команды и попытаться усесться на оставшихся. Задание выполняется до тех пор, пока не останется один свободный стул, тогда можно предложить разместить на нем максимальное число человек. Можно пойти дальше и предложить найти как можно больше способов усесться вообще без стульев. По окончании упражнения можно предложить группе взяться за руки и, образовав круг, разойтись на максимальное расстояние и попробовать одновременно всем присесть на корточки, держась за счет силы натянутых рук (можно садиться как лицом в центр, так и спиной, что сложнее). «Приседалки» Для выполнения упражнения необходимо разбиться по парам, желательно, чтобы партнеры были примерно одинакового роста. Встав спиной друг к другу, необходимо сцепиться руками и попробовать присесть на корточки. Затем, не разъединяя рук, необходимо встать, оперевшись спиной в спину партнера по паре.

«Спины – арки»

Повернувшись спиной друг к другу, необходимо удобно устроиться, положив голову на плечо друг другу, не касаясь друг друга спинами. Необходимо пробовать до тех пор, пока обоим членам пары не будет удобно: чтобы никто не «наваливался» и никто не держал на себе. Залог успешного выполнения упражнения – перестать думать о неудобствах, доставляемых напарнику, и стараться устроиться так, как удобно самому.

- В качестве темы для обсуждения можно предложить разобрать преимущества и недостатки такой модели поведения в доверительных межличностных отношениях.

«Апельсин»

Необходим определенный предмет (чаще всего это апельсин или что-то другое, традиционно круглое), который передается по кругу. Сначала он прижимается головой к плечу, затем передается по коленям сидящих участников без помощи рук, затем передается зажатым между

коленями и, наконец, по стопам ног. Можно придумать массу других способов передачи или внести «дух соревновательности», разделившись на команды, передавая кто быстрее.

«С миру по нитке»

Один из участников начинает рассказ, предлагая одно предложение, затем следующий по кругу добавляет к нему свое предложение, следующий - свое и так до тех пор, пока очередь не дойдет до начавшего. Затем кому-нибудь из группы предлагается вспомнить и рассказать все получившееся целиком. Остальные могут добавлять или поправлять рассказывающего.

«Сказочники»

Группа разбивается как минимум на три команды. Каждая группа получает задание написать на листочке несколько имен любых героев: известных героев из сказок, художественной литературы, героев фильмов или придумать своих. Затем команды меняются листами и получают лист ватмана, на котором каждая команда рисует сюжет, в котором задействованы все перечисленные на полученной бумажке герои. После чего команды снова меняются ватманскими листами. Затем, посоветовавшись некоторое время, один участник от каждой команды рассказывает по картинке, что на ней изображено, что происходило до этого, что будет после, чем занят каждый из героев и т.п.

«Зверюшка»

Участникам предлагается встать лицом в круг как можно плотнее друг к другу и, закрыв глаза, вытянуть вперед руки. Затем найти любую руку и взять ее в свою (соответственно, не вырывать свою, если ее взяли), причем так, чтобы твои собственные руки не перекрещивались, т.е. правой рукой искать руку справа, а левой – с левой стороны от себя. Затем все открывают глаза, и ведущий, тоже находящийся в путанице говорит: «Представим, что мы большое животное, вся наша группа это одна зверюшка. Давайте, попробуем походить – пусть нашей головой будет, например, Вася. Спасибо, Вася. А теперь наша голова – Маша и т.п. (всех перечислять не надо) Замечательно, с головой мы все прояснили, теперь попробуем повилять хвостом (по той же схеме, назначая «кончик хвоста»), а теперь представим, что нам грустно – опустим хвост. Здорово! Кто-то приближается – насторожим уши и издадим все вместе угрожающий звук или лучше поприветствуем этого кого-то. Молодцы, мы отлично потрудились, можем и отдохнуть – давайте ляжем спать. Отлично! А теперь попробуем распутаться...» Обычно начинают утверждать, что это невозможно, тем не менее, конструкция распутывается в 100% случаев либо до одного круга, либо до нескольких колец, соединенных как в цепи, либо до нескольких отдельных кругов.

- Необходимо охватить всех участников, если кто-то не был головой, хвостом, ушами и т.п., и много народу скопилось в центре, можно предложить «поурчать животом», «постучать сердцем» и т.д.

«Слепой и поводырь»

Группа делится на пары, в каждой паре выбирается «слепой» и «поводырь». «Слепому» завязывают глаза плотным платком или шарфом, «поводырь» встает сзади и, придерживает

«слепого» за руку, за плечи или спину (как удобнее «слепому»). Задача «поводыря» дать «слепому» почувствовать и узнать как можно больше о предметах окружающего пространства. После отведенного времени участники в парах меняются ролями.

- Необходимо обсудить, доверял ли «слепой» своему «поводырю», что делал поводырь, чтобы этого добиться, удалось ли взглянуть на мир с новой, другой стороны и каковы впечатления от этого.



"Слепая змейка"

Участники становятся в колонну, цепляются друг за друга (руки можно класть на пояс, на плечи), ведущий становится впереди змейки и является "зрячей головой", остальные закрывают глаза и следуют за ведущим.

«Пальцы»

На счет «раз, два, три» каждый участник «выкидывает» вперед одну руку, разжимая определенное количество пальцев. Задача группы через некоторое количество попыток «выкинуть» одинаковое количество пальцев, способ достижения цели не регламентирован.

«Аплодисменты»

Давайте, поаплодируем самим себе, но сделаем это так: сначала аплодисменты будут «жидкие»...Представили? Аплодируем...Спасибо! Теперь «ленивые» аплодисменты. Очень хорошо! А сейчас – «подбадривающие». Отлично! Ну, ребята, разве мы не достойны бурных оваций? Давайте поаплодируем себе любимым, самым красивым, самым милым и замечательным – «бурные, восторженные аплодисменты» в нашу честь. Здорово! Молодцы! А теперь представьте, что все хлопали именно вам, поблагодарите друг друга за это.

«Обед в зоопарке»

Группа разбивается на пары или тройки, каждая из которых получает название того или иного животного. Они должны выбрать себе место, оборудовать свою клетку и по команде «обед в зоопарке» начать есть так, как, по их мнению, ест это животное. Можно устроить обед из нескольких блюд и предложить съесть, например, пельмени, траву, макароны, котлеты, насекомых, торт и т.п.

«Тишина»

Группа делится на пары, одному из участников пары дается бумажка, на которой написано нетрудное задание. Пользуясь только жестами, не говоря ни слова, он должен объяснить своему напарнику, что написано на бумажке, и добиться того, чтобы он это выполнил.

«Делимся по признаку»

Один человек выходит за дверь, группа тем временем договаривается о том, по какому признаку делиться и расходится на две группы (например, те, у кого есть шнурки, и те, у кого их нет). Задача вошедшего – угадать по какому признаку группа разбита на две части.

«Хочу сказать, что...»

Каждый член группы пишет на бумажке свое имя и, показав всем свою бумажку, кладет ее на видное место – это его своеобразный почтовый ящик. После чего все берут листы и пишут на все, что хотят сказать тому или иному человеку, но только хорошее (комплименты, пожелания и т.п.). Затем каждый относит в почтовый ящик своего адресата написанное послание, и когда все письма написаны, каждый может забрать их из своего ящика и прочитать (при желании обсудить с группой).

«Тайный единомышленник»

Перед началом занятий вся группа тянет жребий, тот, кому достается бумажка с особой меткой – «тайный единомышленник» ведущего. Он должен на протяжении всего занятия стараться ему помочь, но так, чтобы этого никто не заметил. В конце занятия вся группа высказывает свои предположения (даже сам «единомышленник»), выясняется, кто же был «тайным единомышленником», им самим и всей группой оценивается его работа.

«Новость одной строкой»

Каждой группе дается набор слов, например, «Южная Африка, оппозиция, шахматы, наводнение, жертвы», из которых необходимо составить однострочную новость и представить «отснятый» по ней репортаж.

«Синестезия»

Группа разбивается на две команды, каждая из которых получает заранее заготовленный лист с изображением определенной фигуры. Группа должна, посоветовавшись, дать имя изображенной фигуре и ответить на ряд следующих вопросов: «Во что он(а) одет(а)?», «Как передвигается?», «Что ест?», «Как танцует?» (показать), «Какие звуки издает?» и т.п.

Упражнение направлено на активизацию синестезии – возможности переживать ощущения одной модальности при восприятии стимула другой модальности (в данном случае зрительной).

«Атомы и молекулы»

Необходима небольшая первичная настройка: группу просят закрыть глаза и представить, что каждый человек – маленький атом, а атомы, как известно, способны соединяться и образовывать молекулы, которые представляют собой достаточно устойчивые соединения. Далее следуют слова ведущего: «Сейчас вы откроете глаза и начнете беспорядочное движение в пространстве. По моему сигналу (сигнал оговаривается) вы объединитесь в молекулы, число атомов в которых я также назову. Когда будете готовы, откройте глаза». Участники начинают свободное перемещение в пространстве и, услышав сигнал ведущего, объединяются в молекулы. Подвигавшись некоторое время цельным соединением, молекулы вновь распадаются на отдельные атомы. Затем ведущий снова дает сигнал, участники снова объединяются и т.п. Если последним числом атомов в молекуле будет два, то упражнение служит хорошим способом деления группы на пары для последующей работы.

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

«Старичок-профессор»

Выбирается один доброволец, который выходит за дверь и обещает не подслушивать. Затем выбирается еще один доброволец, и всем рассказывается суть упражнения. Вышедший за дверь – «старый профессор», который забывает все подряд, в том числе и тему лекции, которую он будет читать студентам. Выбранный человек – «руки профессора», которые чудом помнят нужную тему и помогают это понять и «профессору». После чего выбирается лекции – ее знают студенты и «руки». Ведущий выходит за дверь и рассказывает «профессору», в чем дело, после чего вводит его в аудиторию. «Профессор» прячет руки за спину, «человек-руки» встает сзади и выставляет свои руки вперед – теперь это руки профессора, они не могут разговаривать. «Профессор» должен читать лекцию независимо от того, угадал он тему или нет, т.е. начать с самого начала и говорить до тех пор, пока не угадает (об этом ему говорят «студенты»). «Студенты», которые знают тему лекции, могут помогать или сбивать «профессора» с толку своими вопросами или репликами.

Ведущий должен участвовать, независимо от того, в какой роли; нельзя сидеть просто так, надо быть хотя бы «студентом», т.е. задавать вопросы «профессору».

«Людмила Прокофьевна»

Группа выстраивается в одну линию-шеренгу, им предлагается пройти из одного конца комнаты в другой своей обычной походкой, а затем и обратно. После чего надо пройтись, задрав вверх голову, низко опустив ее, вытянув шею, втянув голову в плечи, размахивая руками, прижав их к телу, согнувшись пополам, прогнувшись назад, виляя бедрами, вообще не двигая тазом, не сгибая коленей, высоко поднимая колени, широким шагом, приставляя пятку одной ноги к мыску другой, пробежать очень быстро, пройти как можно медленнее. Затем снова пройтись своей привычной походкой, попытавшись отследить произошедшие изменения. Если ребята устают, реализовывать все способы до конца необязательно.

«Крокодил»

Один член группы загадывает другому (выбираются добровольцы) какое-либо слово или словосочетание. Тот должен изобразить, о чем идет речь, не говоря ни слова, в виде пантомимы. Угадавший слово загадывает слово тому, что загадывал первым и т.д. Можно разбиться на две команды и всей командой загадывать слово выбранному участнику второй команды. Команда должна как можно быстрее угадать, что он показывает, после чего право загадывать слово переходит к ней.

«Звери»

Каждый участник выбирает по одной карточке, на которой написано название животного. Он читает написанное, не показывая никому другому. Затем все закрывают глаза и получают задание найти таких же животных как ты, издавая характерные для этого животного звуки. Когда вся группа разбивается на несколько команд, каждая из них готовит по маленькой пантомиме и показывает всем остальным, что они за животные.

«Скульптор – скульптура – глина»

Все участники делятся на тройки, в каждой тройке выбираются «скульптор», «скульптура» и «глина». «Глина» расслаблена, она поддается только движениям скульптора, ничего не предпринимая сама. «Скульптор» закрывает глаза, а «скульптура» принимает какое-либо положение и «застывает». Скульптор наощупь воссоздает скульптуру из глины, стараясь быть как можно точнее, чтобы открыв глаза, увидеть перед собой две одинаковые скульптуры.

«Дорожные знаки»

Разбейтесь на группы и всей группой нарисуйте дорожный знак, гласящий: «Осторожно! Глухие старушки!», или «Внимание! Жидкий асфальт!», или «Осторожно! Неприятные запахи!».

«Внеклассное чтение»

Предлагается один текст, который необходимо читать, передавая по кругу. При этом дается инструкция: «Читайте так, будто у вас заложен нос, затем, будто вы очень злы и рассержены, читайте, как сказку ребенку на ночь и т.п.»

«Таможня и контрабандист»

Выбранный доброволец выходит за дверь и берет с собой небольшой предмет, например ручку или ластик. Он входит в комнаты три-пять раз и только в один из них он прячет и берет с собой этот предмет. Группа может просить его выполнить определенные задания и по его поведению должна догадаться, в какой раз он заходил, спрятав предмет.

«Ноты»

Необходимо несколько групп, каждая из которых должна составить одно предложение, в котором пять раз встречалось бы название ноты (удобнее всего «ре», «ми» и «си»), как например, «Я мой дог добирались до дома под проливным дождем».

«Мафия»

Все участники получают определенные роли: мафия, комиссар, скорая помощь, мирный житель. Затем начинается игра. Ведущий говорит: «Наступила ночь, все закрывают глаза. Открывает глаза мафия. Спасибо (в первую ночь ведущий запоминает, у кого какие роли). Мафия закрывает глаза. Теперь открывает глаза комиссар и т.п.» Когда ведущий узнал, кто играет какие роли, он продолжает: «Наступила ночь, открывает глаза мафия, она делает один выстрел.» Мафия договаривается между собой о том, кого застрелить и указывает на него пальцем. Затем мафия закрывает глаза, и свой выстрел делает комиссар. Когда и он закрывает глаза, скорая помощь лечит одного человека, на которого указывает пальцем. После чего наступает день, когда все открывают глаза и ведущий подводит итоги, говоря кого убили и вылечили (называя имена, а не роли, если только не убили мафию или комиссара. Роль вылеченного ни в коем случае называть нельзя). Затем голосованием можно решить, кого убить, т.е. человека, за убийство которого проголосует большинство, убивают, если для этого каждый голосующий приведет свои аргументы. Ведущий комментирует, кого убили, и игра продолжается до тех пор, пока не убьют всех комиссаров или всю мафию.

Сейчас мы с вами станцуем, но станцуем не просто так, а для начала пусть танцуют наши ступни. Попробуйте, сделайте такое движение, какое вы никогда не делали ступнями, посмотрите, на что они способны, пофантазируйте (танцевать немногим больше минуты). Теперь пусть танцуют наши колени, затем позвоночник с опорой на таз, затем кисти, локти, плечи, голова и все тело. Спасибо, закончили.

Конец формы

Заключительные упражнения



«Обращение к группе»

Каждый из членов группы обращается ко всей группе с любыми словами, которые он хотел бы сказать всем.

«Я подарю тебе...»



Каждый участник группы по очереди говорит о том, что он хотел бы подарить каждому из коллег по тренингу.

«Говорящие вещи»

Вы можете представить себе говорящие вещи? Возникало ли у вас когда-нибудь ощущение, что окружающие вас предметы будто что-то хотят сказать вам? Представьте себе, что какой-то предмет научился говорить. Что он рассказал бы о вас? Выберите из этого списка три предмета и напишите всё, что каждый из них смог бы рассказать о вас. Запишите на доске названия следующих предметов: Зубная щётка, автобус, пальто; ботинки, шкаф, расчёска; шариковая ручка, зеркало, обеденный стол; кровать, телевизор, тарелка; велосипед, радио, учебник по русскому языку; мыло, письменный стол, лампа; футбольный мяч, мягкая игрушка, домашнее животное.

Дается примерно 20 минут на то, чтобы ребята могли нарисовать три рисунка, изображающие эти предметы. Затем от имени каждого предмета ребёнок должен составить рассказ о самом себе и записать его. А теперь разбейтесь на четвёрки и покажите друг другу свои рисунки и рассказы. Спросите остальных, что они думают по этому поводу. Какие предметы ты для себя выбрал? Что из того, что сказали о тебе предметы, тебе понравилось больше всего? Рассказали ли предметы о каких-нибудь твоих слабых сторонах? Чьи рассказы были для тебя самыми интересными? Что бы сказал о тебе стол за которым сидит учитель?

«Транспорт»

Участникам группы предлагается изобразить какой-либо вид транспорта. Каждый участник выбирает в нём какой-либо предмет, или часть, которую он будет изображать (например, мотор, компостер, руль и т.д.) Какую деталь выбрал? Какую функцию она выполняет здесь? Ты сам выбрал? Какой деталью ты тоже бы хотел стать, почему?

«Зубы дареного коня»

В тренингах тема рождения является чрезвычайно популярной и обыгрывается с помощью самых разных приёмов. Связано это, по - видимому, с обилием приятных ассоциаций, возникающих у большинства участников в связи с этой темой, и с благодатным полем для игровых фантазий, продуцируемых словом «подарки». Одним из возможных вариантов игровых процедур, построенных на теме дня рождения и подарков, и является упражнение «Зубы дареного коня». Группа разбивается на шестёрки, и каждая подгруппа образует свой маленький круг. Каждый член подгруппы получает номер от 1 до 6.

В принципе это упражнение можно проводить и со всей подгруппой в общем кругу, но в целях экономии времени и избегания утомления в большой группе всё же предпочтительней работа в шестёрках.

Дальнейший текст ведущего было бы хорошо сопровождать негромкой лирической музыкой (Deer Purple) для создания необходимой атмосферы. Как и все слова ведущего в описываемых играх, этот текст является примерным. Каждый тренер может давать вводную по-своему, лишь бы её содержание приблизительно соответствовало приведённому ниже.

Давайте пофантазируем и представим, что сегодня у всех нас праздник, у всех – день рождения. Такой день всегда важен. Он символизирует определённый рубеж, по прохождении которого человек может что-то изменить в своей жизни и в себе. В день рождения имениннику принято дарить подарки. Пусть сегодня это будут такие подарки, которые действительно помогут человеку измениться, которые по-настоящему нужны ему и ценны для него. Сделать хороший подарок очень непросто. Кто из нас не ломал голову, что подарить близкому человеку в такой день? Кто из нас не бегал по магазинам в поисках «чего-нибудь такого..»? Сегодня не надо ничего искать в магазинах. Тем более, что скорее всего там не найти того, что в самом деле нужно. Помните, вы ничем не ограничены. Дарить можно всё, что угодно: от картины кисти великого Леонардо до конкретных личностных качеств; от виллы на Багамах до тысячелетнего манускрипта, хранящего мудрость древних волшебников; от засохшего прошлогоднего одуванчика до вечной жизни. Не спешите с выбором подарка.

В данную минуту именинниками являются первые номера. Внимательно посмотрите на этого человека. Подумайте о том, какой жизненный опыт у этого человека? Что он познал и понял в своей жизни? Что он ценит больше всего на свете? Кого он любит? О чём мечтает? Попробуйте понять, что же ему очень и очень нужно? Что он хотел бы получить в дар от вас? Сейчас вы – волшебники и вы способны дать этому человеку то, что он хочет...

А теперь внимание, именинники! В обычный день рождения любые подарки принимаются без критики – независимо от того, понравились они или нет. Но сегодня – особый случай. Постарайтесь присмотреться к «Зубам дареного коня», прислушаться к себе, оценить нужность каждого подарка для вас и честно сказать дарящему, насколько он «попал в точку» со своим подарком. Чётко аргументируйте своё мнение. Если вы не хотите принимать преподнесённый вам дар, объясните, стараясь не обижать дарящего, почему вы это делаете. Давайте ответ сразу каждому из своих товарищей.

Дарители! Не нужно спорить с именинником, даже если вы категорически с ним не согласны и убеждены, что без вашего подарка он просто погибнет тут же на месте.

Сегодня у каждого из вас будет день рождения, и каждый не только сделает пять подарков, но и получит тоже пять.

После того, как первый номер оценит все подарки, именинником становится второй номер и так далее. Пожалуйста, приступайте! С днём рождения!

Когда каждый из участников в подгруппе получит свои пять подарков, ведущий просит всех собраться в общий круг для групповой рефлексии. Интересно обсудить следующие вопросы:

Кому из участников удалось подобрать такие подарки, которые были с благодарностью приняты всеми «именинниками»? Иными словами, кто оказался синтонным внутренним миром своих товарищей по подгруппе?

За счёт чего это произошло?

Какого типа были подарки?

Какие из них оказались самыми удачными?

Каков самый оригинальный подарок?

Обнаружились ли «именинники», принявшие все подарки без исключения?

Если да, то не является ли причиной их всеядности нежелание обидеть дарителей?

Все ли сумели быть искренними?

Какие подарки оказались отвергнутыми и почему?

Насколько трудным было отказываться от подарков?

Есть ли такие «именинники», кто не принял ни одного подарка? Почему?

Что вы чувствовали, когда ваши дары отвергались?

И т.п.

Как и многие другие упражнения такого типа, игра «Зубы дареного коня» предоставляет участникам две важные возможности: во-первых, испытать себя в качестве «душеведа», способного к эмпатии и синтонности, и, во-вторых, получить информацию о том, верно ли воспринимаются наши желания и потребности другими людьми.

«Монстр»

«Все мы признаём за собой разные недостатки. Но так ли уж они, если вдуматься страшны? Представим себе, что в центре нашего круга стоит чучело – несимпатичное такое, вроде как ставят в огородах отпугивать птиц. Оно обладает всеми теми качествами, которые мы считаем своими недостатками. Так, если кто-то признаёт за собой некоторую слабость, он говорит: «Чучело такое-то» - и называет этот недостаток. Затем каждый из нас скажет, чем, вообще-то, неплохи те качества, которые были названы, но не про те качества, которые назвал сам, о про те, которые назвали у нашего чучела другие». Ведущий записывает, что называют участники, сам называет одну или несколько «черт чучела». После того, как все участники высказались, ведущий называет, что записал, а подростки говорят, какие плюсы имеет то или иное качество.

«Победи своего дракона»

Ведущий рассказывает ребятам о том, что почти у каждого есть «свой дракон», выращенный в домашних условиях: это наши недостатки, которые мешают нам жить, но с которыми мы почему-то миримся. В один прекрасный день, почти каждый решает убить своего дракона. Но потом оказывается, что дело это муторное и долгое, что на месте одной отрубленной головы как-то незаметно вырастает другая, потом третья. И мы приучаемся жить со своим драконом, хотя со временем он всё больше портит и нашу жизнь, и жизнь наших близких. Ребятам предлагается склеить или нарисовать по типу коллажа «своего дракона» и назвать его в целом и каждую его голову в отдельности. После выполнения задания участникам группы предлагается придумать историю или сказку о том, как они победят своих драконов. История может быть изображена в виде комикса, представлена в виде рассказа или сценария фильма. Желающие могут объединиться в группы и придумать общую историю, но и драконов, и героев должно быть столько же, сколько членов в группе. Для сочинения каждой группе или отдельному участнику предлагается набор «игральных карт», сделанных по типу «карт Проппа». Можно использовать набор из 15-ти карт: предписание или запрет; нарушение; принятие решения о битве с драконом; сбор вооружения; путь к дракону; встреча с дарителем; волшебные дары; препятствия; враги;

помощники; вызов дракона на бой; условия битвы; битва; победа; возвращение героя; последствия победы; Участники могут вытянуть наугад несколько «карт» и создать историю по ним и т.д. Единственное условие – герой должен действовать, как человек, уверенный в себе. На написание истории даётся примерно 25 минут. Затем желающим предлагается рассказать или показать свои истории. Что проявилось в этой истории? Может ли эта сказка реально «победить своего дракона» и в чём? Думал ли кто-нибудь, что действительно можно сделать со своими «драконами».

«Звезда»

Какие самые-самые приятные слова ты слышал о себе самом за всю свою жизнь? Говорил ли кто-нибудь тебе, что ты уникальный человек и неповторимая личность? Правильно ли будет сказать кому-либо: «Ты уникальный человек!»? Как можно доказать уникальность и неповторимость каждого человека? Я хочу пригласить вас в путешествие в страну фантазий, во время которого вы услышите много прекрасных и приятных слов в свой адрес. Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха и расслабьтесь.... Ты знаешь о том, что в самой-самой глубине каждого из нас скрывается неповторимая и чудесная звезда? Эта звезда отличает нас от всех остальных людей. Ведь у каждого из нас звезда своя собственная. Некоторые звёзды отличаются друг от друга по цвету, некоторые по величине.

Но каждый из нас несёт в своей душе эту звезду, которая и делает его уникальным и неповторимым человеком. Давай разыщем твою собственную звезду.... Может быть, эта особенная звезда находится в твоей голове. Возможно, она скрывается в твоём сердце, в животе или где-то ещё. Как только ты обнаружишь свою чудесную звезду, тихонько подними руку.... Подождите пока все подадут вам сигнал о том, что нашли свою чудесную звезду. Прекрасно! Ты нашёл свою звезду. Посмотри на неё повнимательнее. Какого она цвета? Какого размера? А теперь представь себе, какое счастливое и довольное лицо у твоей звезды. Ты видишь улыбку на всём её лице?

А, может быть, ты видишь тихую и маленькую улыбку? Когда ты разглядишь улыбку на лице твоей звезды, снова тихонько подними руку. Подождите, пока все подадут этот сигнал. Твоя звезда смеётся или улыбается, потому что она знает одну большую и важную тайну. Осторожно – осторожно возьми свою звезду на руки, поднеси её к уху и внимательно послушай, что она хочет сказать тебе. Пусть она расскажет тебе, благодаря чему ты такой уникальный и неповторимый человек. После того, как ты внимательно выслушаешь всё, что скажет тебе твоя звезда, снова тихонько подними руку. Снова дождитесь, когда все подадут сигнал. Теперь ты знаешь, почему ты такой уникальный и неповторимый человек. Теперь аккуратно погрузи свою звезду глубоко-глубоко на дно твоей души, туда, где ты и разыскал её. Теперь она всегда будет напоминать тебе о твоей неповторимости и особенностях. Тихо-тихо скажи самому себе: «Я уникальный и неповторимый человек!».... А теперь ты можешь потянуться, поочерёдно напрягая и расслабляя все мышцы твоего тела. Попрощайся со своей звездой и постепенно открой глаза. Посмотри на всех окружающих тебя людей в классе и возвращайся к нам. Где ты нашёл свою особую звезду? Есть ли у неё имя? Тебе она нравится? Что она сказала тебе? Теперь ты веришь в свою уникальность и особенность? Как ты себя сейчас чувствуешь? Хочешь ли ты время от времени слышать от других людей о том, что ты уникальный, особенный человек?

«Передай тепло»

Под расслабляющую музыку, Все ходят в хаотичном порядке по комнате. Наладив с кем-либо контакт глазами, участники группы подходят друг к другу, обнимаются и вместе делают три глубоких вдоха и выдоха. Итак, пока многие из группы так не по приветствуют друг друга.

«10-ть дел»

Найти 10-ть дел, которыми занимаешься в данный момент, но которые не пригодятся в будущем. Почему ты ими занимаешься? Какую роль они будут играть в будущем?

«Шкала стульев»

Выстраивается ряд стульев. Один его конец символизирует «Я готов всё отдать людям», а другой соответственно противоположный ему. Участникам группы предлагается распределиться между этими двумя полюсами. При этом где какой полюс не говорится. После этого каждый участник пишет другому, своему соседу, а после перемещаясь каждому участнику группы, записку в которой написано какое место между этими полюсами занимает этот человек. После сравнивается. Какое место выбрал этот человек, какое место ему определили окружающие.

«Страшная тайна»

Участникам группы предлагается написать свою «страшную тайну». Потом ведущий собирает эти листки, и затем раздаёт их участникам так, что каждый получает чужой секрет. Затем каждого просят прочесть доставшийся ему секрет вслух и сказать, какие чувства он или она испытывали бы встань их душа пристанищем такой же тайны. Как правило, этот метод оказывается характерным способом наглядной демонстрации универсальности чужих переживаний, эмпатии окружающих и способности к пониманию.

«Я-реальный; идеальный; глазами других»

Реквизит: Бумага, цветные карандаши.

Ведущий просит участников группы нарисовать себя таким, как есть, таким, каким хотел бы быть, и таким, каким тебя видят другие люди. В обсуждении участники пытаются ответить на вопросы, чем вызваны расхождения в представлениях о том, каким ты хотел бы быть и каким тебя видят другие, с тем, какой ты есть на самом деле. Предполагается сделать это же на последнем занятии и сравнить свой рисунок в начале данного курса с рисунком в конце.

«Телеграммы»

Ведущий раздаёт участникам группы по набору «бланков телеграмм» - листков с именами всех участников группы, и просит написать самое хорошее, что каждый участник узнал о других подростках и о себе самом. Ведущий собирает телеграммы. Потом раздаёт их адресатам.

«Сочинение»

Участники группы пишут сочинение о произошедших с ними за этот курс изменениями, что они в себе открыли нового, рассмотрели старого? Что я открыл в себе? Кто я? Как меня видят другие?

