

Учреждение образования
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

Факультет физического воспитания

Кафедра легкой атлетики, плавания и лыжного спорта

**Организация производственной
(педагогической в оздоровительных лагерях)
практики студентов факультета физического воспитания**

методические рекомендации
для студентов факультета физического воспитания
специальности 1 – 03 02 01 «Физическая культура»

Брест 2016

УДК 378 :796(076)
ББК 74.480.276.4я73
О64

*Рекомендовано редакционно-издательским советом Учреждения образования
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»*

Рецензенты:

Заведующий кафедрой физической культуры
УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»
Кандидат педагогических наук, доцент **Т.С. Демчук**

Доцент кафедры физического воспитания и спорта
УО «Брестский государственный технический университет»
Кандидат педагогических наук, доцент **Н.В. Орлова**

Сурков, С.А.

Организация производственной (педагогической в оздоровительных лагерях) практики студентов факультета физического воспитания: методические рекомендации студентов факультета физического воспитания специальности 1-03 02 01 Физическая культура / С.А. Сурков; Брест. гос. ун-т им. А.С. Пушкина. – Брест: Изд-во БрГУ, 2016. – ___ с.

Методические рекомендации подготовлены с целью оказания помощи студенту-практиканту во время прохождения педагогической практики. Содержат сведения по организации практики студентов, требования к оформлению результатов практики.

Издание адресуется студентам специальности Физическая культура, а также руководителям практики.

**УДК 378 :796(076)
ББК 74.480.276.4я73**

ISBN 978-985-555-564-4

© УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина», 2016

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
Раздел 1. Подготовка к практике и ведение документации.....	6
Раздел 2. Планирование деятельности студента, учет и отчетность.....	12
Раздел 3. Организационно-методические материалы для подготовки мероприятий в детском оздоровительном лагере.....	17
Рекомендуемая литература.....	54
Приложения.....	56

БрГУ ИМ. А.С. ПУШКИНА

ВВЕДЕНИЕ

Педагогическая практика является важнейшим звеном в системе профессиональной подготовки педагогов по физической культуре и представляет собой целенаправленную и планомерную деятельность студентов по освоению специальности 1-03 02 01 Физическая культура, закреплению теоретических знаний, умений и навыков в процессе профессиональной деятельности в оздоровительном лагере.

Производственная (педагогическая в оздоровительном лагере) практика студентов факультета физического воспитания по специальности 1-03 02 01 Физическая культура является неотъемлемым элементом образовательного процесса и направлена на закрепление пройденного теоретического материала по различным аспектам профессиональной подготовки специалистов по физической культуре.

Цель производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики – закрепление теоретических знаний в области физической культуры, моделирование профессиональной деятельности в условиях работы во временном детском коллективе, формирование устойчивого профессионального интереса к избранной специальности.

Основными целевыми установками в соответствии с программой практики являются:

1. Овладение теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками организации и управления воспитательной, спортивно-массовой работой в детском оздоровительном лагере (ДОЛ).

2. Приобретение профессионально-педагогических знаний, умений и навыков организации и управления оздоровительной работой в ДОЛ.

Задачи производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики вытекают из основных целевых установок программы:

1. Ознакомить с различными вариантами организации спортивно-массовой, оздоровительной и воспитательной работы в ДОЛ.

2. Научить профессионально, грамотно планировать и самостоятельно проводить оздоровительные, спортивно-массовые мероприятия.

3. Научить осуществлять воспитательную работу во временных детских объединениях, во внешкольных учреждениях с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

4. Приобрести умения и навыки самостоятельной работы с детским и юношеским коллективом во время летних каникул.

В результате прохождения производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики формируются следующие компетенции:

Общепрофессиональные компетенции:

- умение планировать работу с детьми во временных детских объединениях (ДОЛ);

- знание особенностей организации отдыха детей в летний период.

Профессиональные компетенции:

- умение методически грамотно проводить физкультурные и спортивно-массовые мероприятия во временных детских объединениях;

- умения организовывать воспитательную работу по пропаганде здорового образа жизни;

- умения эффективно использовать имеющиеся условия и возможности для проведения оздоровительных, воспитательных мероприятий с максимальным охватом отдыхающих детей.

Специальные компетенции:

- научиться подбирать соревновательные и игровые упражнения с учетом возрастных и половых особенностей участвующих в них детей;

- знание доступных физических нагрузок для конкретного контингента отдыхающих в оздоровительном лагере;

- умение контролировать процессы восстановления.

БрГУ ИМ. А.С. ПУШКИНА

РАЗДЕЛ 1. ПОДГОТОВКА К ПРАКТИКЕ И ВЕДЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИИ

Содержание практики

Содержание производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики направлено на реализацию основных целевых установок и задач третьего года обучения по специальности 1-03 02 01 Физическая культура и определяется учебной программой практики. Программа практики разработана в соответствии с образовательным стандартом и учебной программой по специальности 1-03 02 01 Физическая культура для студентов факультета физического воспитания, с учетом полученных студентами факультета физического воспитания знаний по дисциплинам: «Теория и методика физического воспитания», «Педагогика», «Психология», «Плавание и методика преподавания», «Гимнастика и методика преподавания», «Спортивные и подвижные игры», «Легкая атлетика и методика преподавания». Производственная (педагогическая в оздоровительном лагере) практика является логическим завершением изучения данных дисциплин.

Содержание производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики (далее – практика) определяется кафедрой легкой атлетики, плавания и лыжного спорта на основании образовательного стандарта, программы практики и программы педагогической практики для студентов факультета физического воспитания.

Организация и руководство производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практикой

В соответствии с учебным планом по специальности «Физическая культура» производственная (педагогическая в оздоровительном лагере) практика студентов проводится в загородных детских оздоровительных лагерях, в детских оздоровительных лагерях дневного и круглосуточного пребывания, в лагерях труда и отдыха, на оздоровительных площадках, в учреждениях образования.

Производственная (педагогическая в оздоровительном лагере) практика организуется деканатом факультета физического воспитания совместно с кафедрой легкой атлетики, плавания и лыжного спорта. Ответственность за организацию практики возлагается на факультетского руководителя практики.

Направление на производственную (педагогическую в оздоровительном лагере) практику осуществляется деканатом совместно с кафедрой легкой атлетики, плавания и лыжного спорта (факультетским руководителем) по заявкам учреждений образования, руководства оздоровительных лагерей дневного и круглосуточного пребывания.

Деканатом по согласованию с кафедрой может быть разрешено проведение данного вида практики в течение учебного года в свободное от основной учебы время в учреждениях образования.

Основанием для проведения практики является приказ ректора. Проект приказа готовит факультетский руководитель на основании распоряжения декана и представляет общеуниверситетскому руководителю практики за 10 дней до начала практики.

Допуск студентов к производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практике осуществляется деканатом факультета физического воспитания совместно с кафедрой легкой атлетики, плавания и лыжного спорта с учетом успеваемости и состояния здоровья, подтвержденного медицинскими документами.

Студентки, приобретающие право на отпуск по беременности и родам в период практики, по согласованию с деканом, заведующим кафедрой и руководителем практики могут пройти практику по индивидуальному графику.

Учебно-методическое руководство практикой осуществляет кафедра легкой атлетики, плавания и лыжного спорта. Факультетский руководитель практики и групповой руководитель обеспечивают выполнение программы практики.

В течение практики факультетский руководитель осуществляет общий контроль за ходом практики.

Процесс производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики требует совместной работы студента, группового руководителя, факультетского руководителя практики по формированию профессиональных, педагогических умений и навыков.

По окончании практики студент предоставляет факультетскому руководителю характеристику от руководства загородного детского оздоровительного лагеря или других учреждений образования, в которые он был направлен, отчетную документацию. При положительной характеристике и выполнении всех разделов программы практики студенту выставляется дифференцированный зачет по летней педагогической практике. В случае получения неудовлетворительной оценки студент считается не выполнившим учебный план и подлежит отчислению из университета. По решению Совета факультета такой студент может пройти практику повторно в течение месяца.

По окончании практики студенты сдают дифференцированный зачет комиссии, назначенной деканом. Форма проведения зачета определяется кафедрой, зачетные ведомости сдаются в деканат в день проведения зачета.

После проведения зачета на факультете проводится итоговая конференция по педагогической практике. В ней участвуют университетский руководитель практики, декан (заместитель декана), факультетский руководитель практики, групповые руководители, представители баз практики (по возможности), студенты.

Документация по практике хранится на кафедре (приказы по практике, характеристики студентов-практикантов, выданные по месту прохождения практики, дневник практиканта, отчеты по практике).

Права и обязанности студентов в период практики

Студент в период практики имеет право на помощь и консультации в организационно-методическом обеспечении практики, участие в работе конференций, совещаний по вопросам педагогической практики, пользование библиотекой, кабинетом, учебно-методическими пособиями. С возникающими вопросами студент имеет право обращаться к руководителям практики, администрации факультета и университета.

Студент может вносить предложения по совершенствованию организации практики.

В случае пропуска практики (не более одной трети ее продолжительности) по уважительной причине, практика может быть продлена деканатом, однако программа практики выполняется студентом в свободное от учебы время.

Во время производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики студент обязан выполнить полностью содержание программы практики.

Студент должен вести всю предусмотренную программой документацию, находиться по месту прохождения практики весь рабочий день. Организовать свою деятельность в соответствии с уставом и правилами внутреннего распорядка ДОЛ, выполнять распоряжения администрации и руководителей практики.

В случае невыполнения требований, предъявляемых к практиканту, он может быть отстранен от прохождения практики. В этом случае условия дальнейшего прохождения практики определяет деканат.

В период практики студент должен проявить себя как специалист, обладающий высокими моральными качествами, устойчивым интересом к профессии, профессиональной компетентностью, активно участвующий в жизни педагогического коллектива лагеря или другого учреждения образования, куда он направлен для прохождения практики.

Программа практики

Практика является неотъемлемой частью процесса подготовки специалистов в вузе и предусматривает:

1) подготовку документов планирования спортивно-массовой, оздоровительной, воспитательной работы с детьми в летний период в условиях ДОЛ;

2) организацию и проведение спортивно-массовых (спартакиада, малые олимпийские игры, туристический слет и др.), оздоровительных (утренняя гигиеническая гимнастика, купание, воздушные и солнечные ванны и др.) и воспитательных мероприятий в соответствии с планом работы лагеря;

3) организацию и проведение спортивных соревнований, туристических походов;

4) выполнение поручений группового руководителя, руководителя практики, старшего воспитателя, начальника лагеря в целях овладения дополнительными педагогическими навыками и умениями;

5) осуществление педагогического контроля за оздоровлением, физическим развитием и физической подготовленностью детей;

6) подготовку отчета практиканта.

Этапы практики

Работу студентов во время производственной (педагогической в оздоровительных лагерях) практики можно разделить на три этапа:

- подготовительный этап;
- основной этап;
- заключительный этап.

1 этап (подготовительный):

- пройти медицинский осмотр и получить допуск для работы с детьми;
- ознакомиться с условиями педагогической практики;
- подготовить необходимую документацию для работы в оздоровительном лагере;
- иметь допуск для работы с детьми и справку из деканата, подтверждающую учебу в университете;
- получить допуск по технике безопасности.

2 этап (основной):

2.1. Планирование работы с детьми в летний период в условиях ДОЛ, подготовка документации планирования.

Студент практикант на основе условий в ДОЛ, нормативных документов, методических рекомендаций, знаний, полученных в период обучения, составляет план на весь период практики, разрабатывает: положения о соревнованиях, комплексы утренней гигиенической гимнастики для различных возрастов, сценарии спортивно-массовых

мероприятий, бесед, диспутов. Положения, сценарии утверждаются у начальника лагеря. Данные материалы должны быть представлены в отчете и журнале практиканта.

2.2. Проведение запланированных мероприятий.

Студент должен уметь проводить спортивно-массовые, оздоровительные, воспитательные мероприятия в лагере в целом, в отрядах, в организованных кружках.

При работе следует эффективно использовать имеющиеся условия и возможности, проводить спортивно-массовые, оздоровительные, воспитательные мероприятия с максимальным охватом отдыхающих детей.

Для этого необходимо подбирать соревновательные и игровые упражнения с учетом возрастных и половых особенностей участвующих в них детей, использовать доступные для конкретного контингента отдыхающих в оздоровительном лагере детей физические нагрузки, контролировать процессы восстановления, в целом методически грамотно решать основные задачи, стоящие перед каждым отдельно взятым мероприятием. Данные материалы должны быть представлены в отчете и журнале практиканта.

2.3. Проведение оздоровительной работы.

В процессе педагогической практики студенты должны овладеть умением организовывать и проводить оздоровительные мероприятия в рамках режима дня работы детского оздоровительного лагеря: утреннюю гигиеническую гимнастику, купание, воздушные, солнечные ванны. Данные материалы должны быть представлены в отчете и журнале практиканта.

2.4. Проведение воспитательной работы.

Во время педагогической практики в оздоровительном лагере студенты должны овладеть умениями осуществлять воспитательную работу. Практиканты изучают занимающихся в своих группах, работают с родителями при приеме детей в лагерь, во время посещения детей родителями, участвуют в текущей воспитательной работе. Самостоятельно готовят и проводят отрядные и лагерные воспитательные мероприятия. Ведут воспитательную работу по пропаганде здорового образа жизни. Осуществляют работу с трудными подростками. Данные материалы должны быть представлены в отчете и журнале практиканта.

2.5. Организация, проведение и судейство соревнований.

Во время практики студенты обязаны составить положения о спартакиаде лагеря (малых олимпийских играх), а также обо всех других соревнованиях, проводимых в лагере. Студент обязан продемонстрировать

умение организовывать, проводить и судить (согласно правил) соревнования по видам, входящим в спартакиаду лагеря (малые олимпийские игры), а также другие соревнования, составлять отчет о проведенных соревнованиях. Особенно необходимо обратить внимание на подведение итогов, определение победителей личного и командного первенства, награждение победителей. Данные материалы должны быть представлены в отчете и журнале практиканта.

2.6. Анализ проведенных мероприятий и написание отчетов.

Отчет представляет собой письменный анализ проведенного мероприятия с уточнением количества участников (мальчиков и девочек), с анализом предпосылок успешного выступления команды-победительницы, а также указаний недочетов в проведении мероприятия. Данные материалы должны быть представлены в журнале практиканта.

3 этап (заключительный):

- участие в педагогическом совете лагеря;
- написание отчета о практике.

Необходимо окончательно систематизировать материалы по планированию работы в летнем оздоровительном лагере. Оформить документацию и составить отчет по практике (с анализом выполненной работы). Отчетная документация – журнал практиканта, включающий:

- план спортивно-массовых мероприятий на смену;
- индивидуальный план работы практиканта на каждую неделю с отметкой о выполнении;
- дневник практиканта;
- положения о соревнованиях;
- отчеты о проведенных соревнованиях;
- итоговый отчет о прохождении практики с анализом проведенных мероприятий и выполненной работы во время летней практики.

РАЗДЕЛ 2. ПЛАНИРОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА, УЧЕТ И ОТЧЕТНОСТЬ

Примерный план работы по неделям

Первая неделя

1. Приезд в лагерь. Знакомство с администрацией лагеря.
2. Знакомство со спортивной базой лагеря, условиями и особенностями работы.
3. Получение инвентаря, ремонт, распределение инвентаря между отрядами, оборудование мест условий проведения спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.
4. Планирование спортивно-массовой, оздоровительной и воспитательной работы на смену. Составление и оформление документов планирования.
5. Составление и разучивание комплексов упражнений утренней гигиенической гимнастики; подготовка положений, запланированных соревнований и утверждение их (у начальника лагеря или старшего вожатого, воспитателя), сценариев открытия спартакиады лагеря (малых Олимпийских игр), праздника «День Нептуна» и др.
6. Выборы физкультурного актива ДОЛ, инструктаж вожатых, воспитателей по технике безопасности при проведении спортивно-массовых, оздоровительных мероприятий (купаний и т.п.).
7. Открытие спартакиады лагеря (малых Олимпийских игр), проведение утренней гигиенической гимнастики, купаний (солнечных и воздушных ванн), соревнований по плану первой недели.
8. Подготовка и проведение беседы с младшими отрядами о здоровом образе жизни, беседы «Правила поведения на воде. Меры предосторожности на занятиях плаванием».
9. Подготовка номера художественной самодеятельности для концерта на открытие лагерной смены.
10. Составление плана работы на вторую неделю.

Вторая неделя

1. Составление и разучивание комплексов упражнений утренней гигиенической гимнастики на вторую неделю практики.
2. Проведение утренней гигиенической гимнастики, купаний (солнечных и воздушных ванн).
3. Проведение соревнований в рамках спартакиады лагеря (малых Олимпийских игр) по плану второй недели работы лагеря.
4. Проведение соревнований по подвижным играм (согласно положения о соревнованиях) с младшими отрядами.
5. Проведение туристического похода (если таковой планируется),

соревнований по преодолению туристической полосы препятствий, ориентированию.

6. Подготовка и проведение беседы с одним или несколькими средними и старшими отрядами о здоровом образе жизни. Беседы о мерах предосторожности при купании в открытом водоеме.

7. Написание отчета о проведенных мероприятиях за первую неделю.

8. Составление плана работы на третью неделю.

Третья неделя

1. Составление и разучивание комплексов упражнений утренней гигиенической гимнастики на третью неделю практики.

2. Проведение утренней гигиенической гимнастики, купаний (солнечных и воздушных ванн).

3. Проведение соревнований в рамках спартакиады лагеря (малых олимпийских игр) по плану третьей недели работы лагеря.

4. Проведение соревнований по подвижным играм (согласно положения о соревнованиях) с младшими отрядами.

5. Проведение матчевых встреч по одному или нескольким игровым видам спорта со сборной одного близлежащих лагерей (если таковые имеются).

6. Проведение финальных соревнований спартакиады лагеря (малых Олимпийских игр), по спортивным и подвижным играм. Проведение праздника «День Нептуна».

7. Подведение итогов спортивно-массовой, оздоровительной работы, соревнований; награждение победителей.

8. Написание отчета о проведенных мероприятиях за вторую неделю.

9. Написание отчета о педагогической практике, подготовка отчетной документации.

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ПРАКТИКИ

Исследовательскую работу студенты-практиканты проводят по темам научно-исследовательских заданий, курсовых и дипломных работ. Результаты оформляются в виде научного доклада.

Темы научно-исследовательских заданий:

1. Определение уровня физического развития детей и подростков.
2. Социально-психологические особенности временного детского коллектива.

3. Формирование коммуникативных способностей педагога детского оздоровительного лагеря.

4. Особенности конфликтных ситуаций в условиях детского оздоровительного лагеря.

5. Особенности проведения физкультурно-массовых занятий в детском оздоровительном лагере.

6. Организация спортивно-массовых мероприятий во временных детских коллективах оздоровительных лагерей.

7. Организация культурного досуга детей в детских оздоровительных лагерях специализированной направленности.

8. Особенности труда вожатого в оздоровительных лагерях различного профиля.

9. Воспитательная работа с детьми по развитию познавательных интересов.

10. Методика проведения игр и развлечений с детьми в лагере.

11. Проведения туристских мероприятий в условиях загородного лагеря.

12. Особенности организации детского творчества в оздоровительных лагерях.

13. Учет гендерных различий при проведении мероприятий оздоровительной направленности.

14. Проведение мероприятий по закаливанию детского организма в летние месяцы.

15. Общение и социализация в подростковой среде.

Примерная схема подготовки научно-исследовательского доклада

Подготовка доклада начинается с анализа литературных источников по выбранной проблеме научного исследования (не менее трех источников).

Доклад соответствует структуре научного микроисследования и отражает:

а) введение: актуальность проблемы, степень освещенности в науке и востребованность в практике; ссылки на ученых занимающихся разработкой выбранной проблемы;

б) цель исследования;

в) методы исследования;

г) ход исследования и обсуждение полученных результатов; проблемы реализации полученных результатов в практической деятельности лагеря (воспитателя, психолога, руководителя кружка, студента-практиканта);

д) выводы: предложения по итогам проведенного исследования.

Отчет о педагогической практике

Цель отчета – подведение итогов работы в период производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики в детском оздоровительном лагере.

Задачи:

1. Анализ и обобщение материалов, документов, отчетов о проведенных спортивно-массовых, оздоровительных и воспитательных мероприятиях в период летней производственной практики.

2. Подготовить и написать отчет о прохождении летней производственной практики в детских оздоровительных лагерях, сдать отчет руководителю практики.

Студенту необходимо окончательно систематизировать материалы по планированию работы в летнем оздоровительном лагере. Оформить документацию и составить отчет по практике (с анализом выполненной работы). Предоставить доклад о результатах практики.

Отчетная документация

1 Журнал производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики, содержащий:

- а) титульный лист (приложение 1),
- б) план спортивно-массовых мероприятий на смену (приложение 2);
- в) индивидуальный план работы практиканта на каждую неделю с отметкой о выполнении (приложение 3);
- г) дневник практиканта (приложение 4);
- д) положения о соревнованиях (приложение 5);
- е) отчеты о проведенных соревнованиях (приложение 6);
- ж) итоговый отчет о прохождении практики с анализом проведенных мероприятий и выполненной работы в период летней практики (приложение 7).

2 Характеристика с места прохождения практики (приложение 8).

Требования к оформлению журнала практики

1. Студенты оформляют журнал на листах формата А4.
2. Используется форматирование:
 - текстовый редактор MS Word, 2003, 2007;
 - шрифт Times New Roman, размер 14 pt;
 - междустрочный интервал – одинарный;
 - поля: левое, правое, нижнее, верхнее – 25 мм;
 - абзацный отступ – 1,25 см (запрещается установка абзацного отступа пробелами);
 - страницы пронумерованы.
3. Каждый раздел журнала оформляется с новой страницы.

4. Название раздела пишется вверху страницы.
5. Нумерация страниц начинается со второго листа справа снизу с цифры 2.
6. Журнал оформляется в компьютерном варианте или рукописном, предоставляется в папке.
7. Все записи в журнале должны быть аккуратными и разборчивыми.

Зачетные требования

1. Выполнить задания по дисциплине «Методика воспитательной работы в оздоровительных лагерях».
2. Выполнить программу практики и все требования индивидуального плана.
3. Подготовить и сдать в установленный срок документацию по практике: «Журнал производственной (педагогической в оздоровительном лагере) практики».
4. Подготовить научный доклад по выбранной тематике.
5. Защитить итоговый отчет по практике на заседании комиссии.

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ МЕРОПРИЯТИЙ В ДЕТСКОМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ

Распределение обязанностей в детском оздоровительном лагере

Воспитатель:

формирует навыки здорового образа жизни, поведения в жизненных различных ситуациях, ответственность за свое здоровье и сохранение здоровой среды обитания, изучает индивидуальные особенности, интересы детей, на основе анализа помогает им включиться в личностно значимые и общественно полезные виды физкультурно-оздоровительной работы, планирует, организует и проводит занятия физической культурой и спортом в отряде на период пребывания детей на отдыхе в соответствии с целями, программой и режимом оздоровительного лагеря.

Вожатый:

проводит совместно с руководителем физического воспитания и инструктором по плаванию утреннюю гигиеническую гимнастику, купание, солнечные и воздушные ванны и другие мероприятия в режиме дня лагеря. Организует в целях подготовки к участию в спартакиаде лагеря учебно-тренировочные занятия, отрядные соревнования (спортландии), дни здоровья, спортивные фестивали, а также комплектует команды отряда по видам спорта для участия в лагерных соревнованиях. Обучает физкультурный актив отряда играм и физическим упражнениям. Организует со своим отрядом занятия по физической подготовке, экскурсии и походы с играми на местности. Организует и проводит совместно с врачом мероприятия по закаливанию, ведет наблюдение за соблюдением режима дня отдыхающими детьми.

Руководитель физического воспитания:

- совместно с инструктором по плаванию осуществляет планирование спортивно-массовой, оздоровительной и воспитательной работы на смену, составляет и оформляет документы планирования;
- проводит методическую и инструктивную работу с педагогами-воспитателями и вожатыми отрядов, а также с детским физкультурным активом;
- составляет комплексы упражнений и проводит утреннюю гигиеническую гимнастику;
- осуществляет организацию и контроль за проведением мероприятий по физической культуре, спорту и туризму, закаливанию в режиме дня оздоровительного лагеря;
- выдает документы лицам, выполнившим требования, предъявляемые к юным судьям по видам спорта, юным инструкторам по

видам спорта;

– проводит общие массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, ведет работу в секциях и кружках по видам спорта, организует туристический поход;

– организует совместно с инструктором по плаванию занятия по обучению детей плаванию, праздники на воде;

– осуществляет руководство физкультурно-оздоровительными занятиями в отрядах, самостоятельными занятиями детей физическими упражнениями и играми;

– совместно с активом готовит места для занятий физической культурой и спортом, организует обеспечение спортивных занятий инвентарем и оборудованием;

– представляет отчет о работе за смену.

Инструктор по плаванию:

– совместно с руководителем физического воспитания осуществляет планирование спортивно-массовой, оздоровительной и воспитательной работы на смену, составляет и оформляет документы планирования;

– составляет комплексы упражнений и проводит утреннюю гигиеническую гимнастику;

– совместно с руководителем физического воспитания участвует в проведении всех физкультурно-оздоровительных, спортивных и туристских мероприятий;

– организует и проводит мероприятия по закаливанию, занятия по обучению школьников плаванию, приемам спасания и оказания первой помощи пострадавшим на воде;

– организует спортивный клуб «Нептун», ведет учет результатов работы по обучению детей плаванию;

– совместно с активом оборуодует места для проведения занятий плаванием, купаний, готовит инвентарь для обучения плаванию;

– представляет отчет о работе за смену.

Советы студенту-практиканту при работе в лагере

- ✓ Фиксируйте, запоминайте, записывайте.
- ✓ Сочиняйте, разрабатывайте, готовьте заранее.
- ✓ Четко и ежедневно планируйте свою работу.
- ✓ Любите детей.
- ✓ Всегда говорите детям правду.
- ✓ Не добивайтесь успеха давлением.
- ✓ Будьте доброжелательны, великодушны.

- ✓ Не забывайте хвалить ребят, утверждая, что они самые необыкновенные.
- ✓ Не убивайте в детях фантастику и сказку.
- ✓ Позаботьтесь о создании детского банка счастливых воспоминаний.
- ✓ Не торопитесь наказывать детей.
- ✓ Помните: все дети лагеря – ваши дети.
- ✓ Не зарабатывайте дешевый авторитет постоянными уступками.
- ✓ Держите любую ситуацию под контролем.
- ✓ Относитесь с вниманием к каждому ребенку. Помните, что они всего лишь дети, а вы – самый нужный и близкий для них в данный момент человек.
- ✓ Проводите больше творческих конкурсов, требующих фантазии.

Табу студента-практиканта при общении с детьми

- ✓ Не делайте неодобрительные замечания по поводу внешних и внутренних недостатков ребенка.
- ✓ Не допускайте оскорбления по отношению к детям со стороны других детей.
- ✓ Не навязывайте детям свою волю.
- ✓ Не держитесь изолированно от детей.
- ✓ Не создавайте стрессовой ситуации для детей и коллег.
- ✓ Не будьте безразличными к недисциплинированности детей.
- ✓ Не занимайтесь своими личными делами в рабочее время.
- ✓ Не позволяйте себе равнодушное отношение к детям.
- ✓ Не потакайте ленивым.
- ✓ Не пытайтесь выяснить что-либо с помощью силы.
- ✓ Не ведите беседы на запрещенные темы в присутствии детей.
- ✓ Не срывайте свое настроение на детях.
- ✓ Не командуйте.
- ✓ Не акцентируйте внимание на «влюбленных» в отряде.
- ✓ Не запрещайте что-либо, а потом позволяйте это же.
- ✓ Не будьте хмурым, скучным, нудным, равнодушным.
- ✓ Не появляйтесь перед детьми неопрятным.

Перечень документации по физическому воспитанию в оздоровительном лагере

1. В план работы лагеря должны быть включены спортивно-массовые и оздоровительные мероприятия.
2. Календарный план спортивно-массовой, оздоровительной и воспитательной работы на смену.
3. Положения о соревнованиях.
4. Итоговые материалы о проведенных мероприятиях в виде

протоколов и кратких отчетов выполнения плана.

5. Списки детей подготовительной и специальной медицинской групп.

6. Списки детей, научившихся плавать в каждой смене.

7. Списки детей, не умеющих плавать.

8. Журналы учета работы руководителей спортивных секций и кружков.

9. Списки подготовленных «Юных судей», «Юных инструкторов», «Юных туристов».

10. Паспорта здоровья детей.

Примеры воспитательных мероприятий в детском оздоровительном лагере

УТВЕРЖДАЮ

Начальник оздоровительного лагеря

И.О. Фамилия

«__» _____ 20__ г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении «Малых Олимпийских игр» в оздоровительном лагере

22 марта 1991 года – образован Национальный Олимпийский комитет Республики Беларусь. С этого дня Беларусь стала страной, самостоятельно выступающей в Олимпийских играх.

1. Цели и задачи.

«Малые Олимпийские Игры» в оздоровительных лагере проводятся с целью активизации интереса к Олимпийскому движению в Беларуси.

Задачи:

– пропаганда основных принципов олимпийского движения, здорового образа жизни, реализация программы «Спорт для всех»;

– внедрение олимпийского образования;

– привлечение детей и подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

2. Порядок проведения соревнований.

Соревнования проводятся в каждой смене:

– в школьных оздоровительных лагерях;

– в загородных оздоровительных лагерях;

– между близлежащими лагерями на территории одного из лагерей.

3. Сроки и место проведения соревнований.

Соревнования проводятся в каждой лагерной смене в течение всего летнего периода на территории лагеря или близлежащей территории, отвечающей всем требованиям техники безопасности по проведению физкультурно-массовых мероприятий.

4. Руководство соревнованиями.

Общее руководство соревнованиями возлагается на администрацию оздоровительного лагеря.

Непосредственное проведение возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную начальником лагеря.

5. Участники соревнований.

К соревнованиям допускаются дети, отдыхающие в лагере и имеющие медицинский допуск к занятиям физической культурой.

Виды спорта:

- мини- футбол – 7 мальчиков;
- пионербол – 6 девочек;
- бросок мяча в баскетбольную корзину – 13 чел. (7 мальчиков + 6 девочек, из числа участников соревнований);
- дартс – 6 чел. (3 мальчика + 3 девочки, из числа участников соревнований);
- конкурс на лучший рисунок – 2 человека;
- лапта русская (5 человек, из числа участников соревнований);
- настольный теннис – 2 человека (1 мальчик + 1 девочка);
- бадминтон – 2 человека (1 мальчик + 1 девочка).

Командные соревнования:

- эстафета;
- Олимпийская викторина.

6. Программа соревнований

Проведение Малых Олимпийских игр включает:

1. Церемонию открытия: парад участников игр, ритуал внесения Олимпийского флага, факела, произнесение клятвы участниками игр, номера художественной самодеятельности со спортивной тематикой, конкурс названий и девизов команд.

2. Спортивные соревнования.

3. Олимпийская викторина.

4. Конкурс на лучший рисунок, посвященный олимпийской тематике.

5. Церемония закрытия: подведение итогов соревнований с

награждением победителей, театрализованное закрытие, вынос флага.

Примечание: программа «Малых Олимпийских игр» может быть изменена по решению руководства соревнованиями.

7. Определение победителей.

Общекомандное место определяется по наименьшей сумме мест (I место – 1 очко, II – место – 2 очка и т. д.), занятых в видах спорта и конкурсах. В случае неучастия в каком либо виде или конкурсе, команда получает последнее место + 2 штрафных очка. В случае равенства очков у двух и более команд лучшее место определяется по результатам эстафеты.

8. Награждение и финансирование.

Победители и призеры награждаются *соответствующими призами.*

9. Форма заявки.

К участию в «Малых Олимпийских Играх» допускаются дети, имеющие допуск к занятиям физической культурой. Заявка подается в судейскую коллегию в день соревнований, заполненная в произвольной форме и включает: фамилию, имя, отчество участника, пол, возраст, № отряда, допуск медработника.

Оргкомитет

Ярмарка здорового образа жизни

Эпиграф: «Если хочешь быть здоров, обойдись без докторов».

До начала звучит зазорная музыка. Гостей встречают воспитанники спортивной школы, приветствуя и приглашая на выставку.

На входе у лестницы представители фирмы угощают всех экологически чистой водой, рекламируя свою продукцию.

Звучат позывные.

Юные гимнасты исполняют номер. Выходят ведущие.

Ведущая: Здравствуйте!

Ведущий: Здравствуйте!

Ведущая: При встрече люди обычно говорят это хорошее, доброе слово, желая друг другу здоровья.

Ведущий: Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия.

Ведущая: Здоровье – это самое главное богатство, человека. И не случайно столько мудрых пословиц и поговорок о нем.

Ведущий: Здоровье сгубишь – новое не купишь.

Ведущая: Было бы здоровье, а счастье найдется.

Ведущий: Здоров будешь – все добудешь.

Ведущая: От здорового образа жизни зависит практически все в жизни.

Ведущий: И сегодня в лагере впервые открывается ярмарка здорового образа жизни.

Ее организаторы: – руководство лагеря (проходит представление руководства).

Ведущая: А сейчас знакомьтесь с участниками ярмарки:

У столика: № 1

№ 2 ... № 19

Ведущий: Вам предоставляется уникальная возможность – выбрать наиболее интересное, выгодное предложение спортивного и оздоровительного характера.

Ведущая: Удачного выбора! (Проходит работа с клиентами)

Показательные выступления спортивных школ: аэробика, гимнастика, бокс, греко-римская борьба, спортивное хореографическое дзюдо, каратэ.

Ведущая: Наше тело, наш организм – это бесценный капитал, которым нужно лишь умело распорядиться.

Ведущий: И, как всякий капитал, он должен работать, а не находиться в бездействии, которое его обесценивает.

Ведущая: Известные французские врачи еще в VIII веке говорили: «Движение может по своему действию заменить любое лекарство, но все лечебные средства мира не в состоянии заменить движения».

Ведущий: В эпоху античности предельный возраст жизни был равен 36 годам.

– в средние века – 40 годам

– в середине XIX века – 48 годам.

– в конце XX века средняя продолжительность жизни в России составила:

Ведущая: 71 год – у женщин

Ведущий: 57 лет – у мужчин

Ведущая: На нашей земле самая короткая продолжительность жизни в Европе.

Ведущий: По статистике мужчины в России живут на 14 лет меньше женщин.

Ведущая: Самая высокая продолжительность жизни сегодня – в Японии и Исландии – 80 лет.

Ведущий: Самая низкая в Чаде (Африка) – 39 лет.

Ведущая: Господь сделал ошибку, не предусмотрев для человека запасных частей.

Ведущий: Здоровье – это красота.

Ведущая: Так будьте же всегда красивыми, не растрачивайте и

сохраняйте свое здоровье.

Ведущий: Успехов Вам и хорошего настроения!

Спортивная игра «Star – старт»

Игра проводится для двух команд в составе 14 человек (7 мальчиков и 7 девочек). Все конкурсы оцениваются по двухбалльной шкале, команда, завершившая эстафету первой, получает два балла, второй – один балл.

Эпизод 1 «Эстафета с мячом».

Первый участник команды по сигналу ведущего бежит до противоположного конца зала, ведя перед собой баскетбольный мяч. Коснувшись стены зала, он возвращается обратно обычным бегом, держа в руках мяч и передает эстафету следующему участнику.

Эпизод 2 «Эстафета на велосипеде».

Участникам предлагается, сидя на велосипеде, объехать змейкой стоящие впереди на расстоянии 1 метр друг от друга кегли (5 кегль), далее проехать по доске размером 10 см х 2,5 метра, ни разу не соскользнув с доски, далее два раза объехать какой-либо предмет и вернуться назад обычным способом, передав эстафету следующему участнику.

Эпизод 3 «Перетягивание каната».

В данном конкурсе участвуют только мальчики. Каждая команда становится с разных концов каната и пытается перетянуть на свою сторону команду соперников.

Эпизод 4 «Эстафета со скейтом».

Первый участник команды ложится грудью на скейт и по сигналу ведущего, отталкиваясь от пола только руками, передвигается вперед и, объехав впереди стоящий предмет, берет скейт в руки и возвращается к своей команде, передавая эстафету следующему участнику.

Эпизод 5 «Прыжки через скакалку».

В данном конкурсе участвуют только девочки. Две девочки крутят большой длины скакалку, а остальные все вместе должны прыгать через нее.

Эпизод 6 «Эстафета с клюшками».

Первый участник команды по сигналу начинает перемещать вперед теннисный шарик с помощью клюшки, обводя по дороге стоящие кегли (5 штук). Обойдя последнюю кеглю, он возвращается назад по прямой, продолжая перемещать теннисный мяч с помощью клюшки. Добежав до своей команды, он передает эстафету.

Эпизод 7 «Эстафета на роликах».

Все участники команды одевают на ноги роликовые коньки. Участники команды парами, взявшись за руки, начинают передвигаться до противоположного конца зала, объезжая при этом змейкой поставленные

по пути препятствия (лавочки). Коснувшись противоположной стены зала, они возвращаются назад обычным способом и передают эстафету следующей паре участников.

В конце игры подсчитывается общий итог и происходит награждение участников.

Игры на преодоление этапов (эстафеты)

«Быстрые водоносы».

Участвуют два человека. На двух стульях стоит миска с водой и лежит по одной ложке. В нескольких шагах стоит еще два стула, а на них пустой стакан. Кто первый заполнит пустой стакан, тот – победил.

«На болоте».

Двум участникам дают по два листа бумаги. Они должны пройти через «болото» по «кочкам» — листам бумаги. Нужно положить лист на пол, стать на него двумя ногами, а другой лист положить впереди себя. Переступить на другой лист, обернуться, взять снова первый лист и положить впереди себя. И так, кто первый пройдет через комнату и вернется назад.

«Картошка в ложке».

Надо пробежать определенное расстояние, держа в вытянутой руке ложку с большой картофелиной. Бегут по очереди. Время бега засекают по часам. Если картофелина упала, ее кладут обратно и продолжают бег. Бежать без картофелины нельзя! Побеждает показавший лучшее время. Еще увлекательнее состязание команд.

«Не хуже чем кенгуру».

Нужно пробежать, а вернее – пропрыгать определенное расстояние, зажав между коленями теннисный мяч или спичечный коробок. Время засекают по часам. Если мяч или коробок падает на землю, бегун поднимает его, снова зажимает коленями и продолжает бег. Побеждает показавший лучшее время.

«Золушка».

Смешайте на столе кучку из гороха, фасоли, чечевицы, сушеной рябины, калины – что найдется под рукой: 3–4 разных вида, не больше. Надо разобрать все на однородные кучки – с завязанными глазами. Побеждает тот, кто за определенное время (его устанавливают заранее) разберет большее число зерен и ягод. Если что-то попадет не в ту кучку, из нее вынимают два зерна или ягоды как штраф.

«Градусник».

Без помощи рук обе команды на скорость передают бутафорский градусник так, чтобы он обязательно находился под левой рукой.

«Путешествие».

Цветным мелом на полу рисуется несколько пересекающихся, переплетающихся «тропинок» разного цвета. Игроки, выбрав свою «тропинку», стараются как можно быстрее дойти, добраться до конца пути. Кто первым окажется у цели – победитель.

«Марафон»

При помощи обыкновенной спринцовки необходимо провести теннисный шарик по всей дистанции «марафона», стараясь быстрее добраться до финиша.

«Алфавит».

Участникам, сидящим в кругу, раздаются карточки с буквой алфавита (33 карточки, то есть 33 буквы), ничего, если у кого-то окажется 2 карточки. В центр круга ставится стул, и по команде участникам предлагается сложить все карточки в алфавит так, чтобы нижней карточке соответствовала первая буква алфавита, а верхней – последняя.

«Баба-Яга».

Игра эстафетная. В качестве ступы используется простое ведро, в качестве метлы – швабра. Участник встает одной ногой в ведро, другая остается на земле. Одной рукой он держит ведро за ручку, а в другой руке – швабру. В таком положении необходимо пройти всю дистанцию и передать ступу и метлу следующему.

Сценарий открытия «Дня спорта»

9.15 – построение на линейку

9.30 – звучит фонограмма «Марш физкультурников». Все отряды выстраиваются на площади.

Ведущий: Доброе утро, детский лагерь! Доброе утро всем тем, кто сегодня будет стремиться к спортивным достижениям, кто ради физического совершенства сражается в спортивных баталиях и бьет все рекорды.

О, Спорт! Ты мир!

Тобой живем, тобой мы дышим!

И начинающий, и признанный кумир здесь будет принят и услышан!

Праздник спорта начинается в «Орленке», и мы приветствуем самых спортивных, самых энергичных, самых мускулистых представителей нашей дружины. Футбол. Гимнастика. Баскетбол. Легкая атлетика. Волейбол (выход спортивной группы).

Ведущий: Спорт приходит в каждый дом. Грянет пусть июньский гром! (Выступление спортивной группы).

Ведущий: По традиции, спортивная энергия праздника выплескивается на стадионы, и спортивные арены – в пламени

Олимпийского огня. Право зажечь Олимпийский огонь и открыть наш спортивный день предоставляется лучшим из лучших, участникам эстафеты Олимпийского огня Всемирных Юношеских Игр, прошедшей в «Орленке» этим летом.

Ведущий: Итак, огонь спортивных состязаний разгорается все ярче и сильнее. Уже через несколько минут на спортивных площадках «Орленка» раздастся победоносный клич юных атлетов нашего лагеря. А сейчас настало время представить главных людей Спартакиады - арбитров спортивных игр. Встречайте!

Антон (*Фамилия*), судья международной категории по футболу, КМС по хоккею с шайбой; Сергей *Фамилия*, судья международной категории по снайперу, КМС по японской борьбе сумо;

Ирина (*Фамилия*), судья республиканской категории по пионерболу, КМС по фристайлу; Людмила (*Фамилия*), представитель высшего арбитража Ассоциации айкидо, судья по пионерболу; Алексей (*Фамилия*), КМС по шорт-треку, судья 1 класса по пионерболу;

Кирилл (*Фамилия*), мастер спорта по биатлону, почетный член Ассоциации юных шахматистов, судья по баскетболу;

Сергей (*Фамилия*), заслуженный мастер спорта по гребле на байдарках и каноэ, судья по футболу.

Поприветствуем членов нашей судейской коллегии! Ну, а сейчас мы переходим к самой энергичной части открытия нашего спортивного дня - к зарядке!

Выходит инструктор по физической культуре

Ведущий: Выходим утром на балкон:

Рывки руками, приседаем, Наклоны вправо, влево выпадаем!

И снова делаем пружинящий наклон. (проводится зарядка)

Ведущий: Сразу после окончания линейки все отряды нашего лагеря приглашаются на стадион, где состоится легкоатлетическая эстафета с участием детских команд младшего, среднего и старшего возраста, а также команды вожатского отряда № 10. Затем откроются спортивные состязания в личном первенстве, в которых каждый из вас сможет индивидуально победить или проиграть. Лозунгом сегодняшнего дня: «Делай с нами, делай как мы, делай лучше нас!». В 16.30 на спортплощадке состоятся Веселые старты, где в командном первенстве определятся лучшие, а затем там же состоится баскетбольный матч между сборной лагеря и вожатской командой.

Держайте, лучшие спортсмены, Вас ждут спортивные арены!

Детский лагерь «Орленок», внимание! К спортивным достижениям будьте готовы!

ВСЕ: Всегда готовы!

Ведущий: Да здравствует спортивный день! Прогоним прочь тоску и лень! Нам спорт придаст здоровье, силы!

Здесь только ловкие! Нет места хилым!

Мы прощаемся с вами, но ненадолго! Через 20 минут на центральном стадионе начнется спортивная эстафета! Удачи участникам эстафеты и всем тем, кто будет принимать участие в сегодняшнем Дне спорта. Мы приглашаем вас на стадион!

Ведущий: За арбитрами спортивных состязаний шагом марш!
(отряды уходят на стадион)

Игры для детей

«Передай по цепочке».

Две команды выстраиваются друг напротив друга. Участники команд должны взять своих соседей под руки. По сигналу они поднимают камешки и передают соседям, которые передают их дальше по цепочке. Руки играющих должны быть соединены на протяжении всей игры. Если кто-то уронит камешек, то должен его поднять, не разрывая цепи. Первый участник, передав первый камешек, может сразу же поднимать другой. Выигрывает команда, первой передавшая все камешки последнему игроку.

«Похитители».

Две команды выстраиваются друг напротив друга на расстоянии 10 метров. В центре между командами поместите какой-нибудь предмет (кеглю, булаву или клюшку). Участники каждой команды должны рассчитаться по порядку. Руководитель называет номера, а играющие с соответствующими номерами выбегают в центр. Их задача – схватить предмет и вернуться к своей команде, стараясь это сделать так, чтобы участник противоположной команды не успел его задеть. За удачное «похищение» начисляется по 2 очка. Если соперник сумел его запятнать – 1 очко.

«Мертвая зона».

Свяжите концы длинной веревки. Все дети берутся за эту веревку двумя руками и образуют круг, внутри которого на полу, или на земле рисуется еще один круг, раза в три поменьше. Это «мертвая зона». По сигналу каждый начинает тянуть веревку на себя, стараясь заставить других играющих вступить в малый круг. Тот, кто туда наступит, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один играющий.

«Медведь в западне».

Играющие образуют круг. Один из них внутри круга – медведь. В то время, как остальные играющие крепко держатся за руки, медведь

пытается, силой разорвав кольцо или проскочив между игроками, выбраться из круга, но ему не разрешается использовать для этой цели руки. Когда ему все-таки удастся вырваться, остальные игроки бросаются в погоню. Задевший первым становится новым медведем.

«Ха-ха-ха».

Когда дети стоят в кругу, попросите одного из них сказать «ха», первый должен сказать «ха», второй должен сказать «ха-ха», третий «ха-ха-ха» и т.д. по кругу. Это необходимо произносить без улыбки и смеха. Тот, кто засмеялся, выбывает из игры.

«Летучая мышь и мотылек».

Играющие образуют круг 3–5 метров в диаметре. В центре один из играющих с завязанными глазами – это «летучая мышь» и трое из «мотыльков». «Летучая мышь» старается поймать «мотыльков». Когда она кричит: «Летучая мышь», то мотыльки отвечают: «Мотылек». Их голоса помогают определить их местоположение в кругу. Перед игрой объясните играющим, как подобным образом, используя ультразвук, ориентируется в пространстве летучая мышь.

«Игры с мячом».

Играющие стоят в кругу, расставив ноги так, чтобы стопы касались соседа. Водящий находится в центре с мячом. Он пытается выкатить мяч из круга между ног любого из игроков. Пропустивший мяч становится водящим. Играющим разрешается останавливать мяч только руками, и ни в коем случае они не должны сдвигать ноги.

Начертите линию, разделяющую всю игровую площадь на 2 части. Разделите детей на 2 команды – с одной и с другой стороны линии, которую они не должны пересекать. Одному игроку завяжите глаза, и вручите свисток. Задача команд – выбросить мяч из своей зоны за линию. Тот, у кого завязаны глаза, может дать свисток, когда захочет, и та команда, на чьей стороне окажется мяч, получает штрафное очко.

«Бомбардировка».

Начертите линию, разделяющую всю игровую площадь на 2 части. Положите на линию несколько мячей. Разделите детей на две команды, которые находятся по обе стороны линии. По сигналу играющие каждой команды подбегают к линии, стараясь забрать как можно больше мячей, и бросают их в соперников. Никому не разрешается заступать за линию. Если в кого-то из игроков попадают мячом, он уходит из игры, но если брошенный в него мяч он сумеет поймать, то это не считается попаданием. Побеждает команда, в которой останется больше игроков.

«Вышибалы по цепочке».

Разделите детей на две команды по 5–6 человек. Одна команда

выстраивается в колонну, в которой каждый участник берется за пояс впереди стоящего товарища, образуя цепочку. Другая команда образует круг вокруг цепочки и старается выбить мячом последнего игрока. Им разрешается в любом направлении по кругу передавать мяч, в то время как цепь старается спасти от мяча своего последнего игрока. Только первый в цепи может отбивать мяч руками. Когда выбивают последнего в цепочке игрока, он выходит из игры.

«Футбол цепочкой».

Разделите детей на две команды. Они выстраиваются друг напротив друга. Участники команд берут своих соседей под руку, образуя цепочку. На противоположных сторонах игровой площадки установите ворота. Мяч – в центре поля. Игра начинается по свистку. Задача команды – провести мяч к воротам соперников и забить гол, не разрывая цепи.

«Ведробол».

Это разновидность баскетбола, только вместо кольца можно использовать ведро, коробку или корзину для бумаг, которая стоит на полу. Используются баскетбольные правила. Но очко не засчитывается, если мяч не остался в ведре или оно перевернулось.

Две команды выстраиваются на расстоянии 10 м друг от друга. Игроки каждой команды должны рассчитываться по порядку. Посередине между линиями команд положите футбольный мяч. Руководитель называет номера, играющие с этим номером должны подбежать к мячу, постараться пнуть его в сторону своей команды. Тот, кто сумеет это сделать, приносит своей команде очко.

«Катапульта».

Положите поперек бревна доску длиной 1 – 1,5 м (как качели). На один конец положите и прикрепите крышку от банки. В нее положите теннисный мячик. Играющий резко наступает на один конец, заставляя мяч взлететь в воздух. Начисляются очки тому, кто сумеет поймать свой мяч.

«Мяч на привязи».

Вкопайте в землю шест так, чтобы он был высотой 3 м. Сделайте на высоте 2 м на шесте метку. На земле нарисуйте вокруг шеста круг радиусом 2 м. Затем разделите его пополам линией 5 м. Мячом может служить теннисный мяч или любой другой мягкий мяч, обернутый сеткой, за которую к нему привязывают веревку 2,5 м. Другим концом веревка привязывается к вершине шеста. В игре используется теннисная ракетка. Также по мячу можно ударить руками. Задача играющих – обвить веревку вокруг шеста над 2-метровой отметкой. Двое играющих стоят каждый на

своей стороне, границы которых определяются линией 5 м. Оба бьют по мячу, стараясь закрутить веревку в разных направлениях. Вступать в круг нельзя.

«Футбольный боулинг».

С расстояния 8 – 12 м играющие пинают футбольный мяч по установленным 10 кеглям\булавам или пластиковым бутылкам. Счет ведется как в обычном боулинге.

Для этой игры подойдет любая площадка или спортзал. С одной стороны прочертите линию 15 м, которая будет обозначать «Дом команды», параллельно ей в семи метрах – еще одну линию. Затем на расстоянии 25 – 30 м самую дальнюю линию.

Играющие делятся на 2 команды. Одна из них в поле, другая бьет по мячу. Первый игрок сам подбрасывает мяч и бьет по нему рукой или кулаком. После удара по мячу он должен добежать до дальней линии и вернуться домой, стараясь это сделать так, чтобы команда соперников не попала в него мячом. Если он не сумеет перебросить мяч за линию 7 м, ему дается вторая попытка. Если он не сможет сделать это и во второй раз, передает мяч игроку своей команды.

Члены команды, находящейся в поле, не имеют определенного места положения и могут свободно перемещаться по площадке за семиметровой линией. Они должны попасть мячом в пробегающего игрока другой команды, но им не позволено делать более одного шага с мячом, а также держать его более трех секунд. Они могут передавать друг другу мяч, чтобы кто-то мог с более близкого расстояния бросить в бегущего соперника, которому нельзя убежать дальше площадки, ограниченной концами линий.

Заранее определите число попыток, которые должна сделать команда. Выигрывает команда, в которой сумело пробежать большее число игроков.

Играющие делятся на две команды, одна из которых в поле, а другая пинает мяч. Игрок команды, у которой мяч, старается пнуть его как можно дальше в поле, а затем пробежать 25 – 30 метров до определенной линии и вернуться домой. Игрок в поле, поймавший мяч, должен поднять его над головой, а остальные игроки выстраиваются в колонну за ним. Если тот, кто бежит, успеет вернуться прежде, чем соперники построятся в колонну, то он приносит своей команде очки. Определите заранее число попыток для каждой команды.

«Передай мяч».

Разделите детей на две команды, которые образуют два круга – один внутри другого. Играющие кругом стоят лицом наружу. Каждой команде

дайте по три мяча. Задача команд – передавать мячи по кругу в разных направлениях в быстром темпе. Если играющие роняют мяч, они выходят из игры. Побеждает команда, в которой через определенное время осталось больше игроков.

Ночная слежка

Подготовка: Чтобы игра прошла успешно, необходима предварительная подготовка. Организаторам игры – следует вместе придумать около 20 подозрительных действий, которые им придется выполнить, например: записать номер автомобиля в блокнот, осветить фонариком номер дома или дорожный знак, остановить прохожего и спросить дорогу, подать сигналы фонариком кому-нибудь, спрятать монетку в дупло дерева, сверить часы с городскими часами и т. п. Это могут быть любые другие нетипичные действия. Необходимо также четко договориться о времени возвращения отрядов (патрулей) с игры на место старта.

Ход игры. Перед началом игры каждому патрулю вручается лист с описанием подозрительной личности, за которой необходимо проследить патрулю и доложить о всех подозрительных действиях. В дополнение даются координаты, где можно найти эту личность, и где ее видели в последний раз. Каждому патрулю необходимо обнаружить эту личность, проследить за ним так, чтобы не вызвать подозрений и записать все подозрительные действия. Каждый организатор, играющий роль подозрительного типа, ждет определенное время, чтобы у патруля была возможность его засечь и начинает выполнять свои подозрительные действия. Все патрули и подозрительные типы возвращаются на отрядное место в заранее обговоренное время.

Подсчет очков ведется следующим образом:

1 очко за каждое замеченное подозрительное действие;

1 дополнительное очко за ценные дополнения, объяснения к подозрительному действию;

минус 1 очко за каждый случай явного наблюдения за личностью, чем сами вызвали подозрения.

Например, патруль правильно определил такое действие, как запись номера автомобиля как подозрительное, за что получает 1 очко. Но если патруль также записал или назвал номер автомашины, марку и производителя, цвет автомобиля, то получает дополнительно еще 4 очка. Такую дополнительную информацию можно получить, если вести слежку как можно ближе к подозреваемому, за что можно получить дополнительные очки.

Игра «Поиск сокровищ»

В игре необходимо все тщательно продумать таким образом; чтобы задания были непростые и одновременно доступные. Маршрут нужно прокладывать на большую дистанцию и вдали от лагеря, чтобы и взрослые могли участвовать вместе со своим патрулем. Игру можно проводить и в лесу, и в городе. Старт лучше всего сделать тут же, на месте, где обычно встречается ваш отряд или патрули, а финиш – также недалеко от места старта, чтобы в то время, пока патрули находятся на дистанции, можно было бы приготовить чай с конфетами и тортом и т. п.

Не позволяйте патрулям «садиться на хвост» друг другу. Чтобы не получилось такого, что все патрули следуют за одним, первое задание нужно сделать таким, чтобы патрулям нужно было расшифровать сообщение и записать его на бумаге. Второй способ избежать одновременного прохождения патрулями дистанции – сделать первое задание самым сложным, чтобы у каждого патруля ушло время на его разгадывание. Например, каждому патрулю дать бумагу с зашифрованным сообщением: прошептать слово «патруль» своему скаут-лидеру в левое ухо. После того, как патруль выполнил это задание, он получает новую записку с заданием, где искать следующий *ключ*. Такое начало обычно дает необходимый разрыв по времени между патрулями.

Убедитесь, что все задания-ключи находятся на месте и не разрушены. Задания-ключи должны быть четко обозначены и надежно спрятаны. Следите за тем, чтобы молодые скауты во время прохождения дистанции не сорвали и не разрушили ни одной метки. Может быть, имеет смысл около некоторых ключей поставить наблюдателей, готовых заменить ключи новыми, если будет необходимость.

Первое и последнее задания должны быть самыми сложными, как уже говорилось выше. Главная причина – избежать преследования одного патруля другим (только разгадав первое задание, патруль получает следующее), а вторая причина – организатор может давать намеки – подсказки патрулю, который в полном замешательстве и не может разгадать задания. В успешной игре ни один патруль не должен сойти с трассы из-за того, что не справился с заданием.

А причина того, что последнее задание должно быть также самым трудным, кроется в том, чтобы сделать развязку игры более драматичной. Патруль, который прошел всю дистанцию первым, может испытать трудности в разгадывании последнего задания. Несколько патрулей, шедших позади, также могут прийти к последнему ключу и начать разгадку последнего задания – еще одного зашифрованного сообщения. Это может быть телефонный номер того, у кого находятся сокровища.

В лагере такую игру организовать сложнее. Однако, если все задания

подготовить заранее и напечатать первое и последнее задание для патрулей, то все возможно.

«Здравствуй, Спортландия»

Ведущий:

«Поиграй-ка, поиграй-ка» нам веселый стадион.

С физкультурой всех ребят навсегда подружит он.

Если хочешь стать умелым, ловким, быстрым, сильным, смелым,

Научись любить скакалку, вожжи, обручи и палки, никогда не унывай!

В цель мячами попадай,

Вот здоровье, в чем секрет!

Будь здоров!

Физкульт! Привет!

Вас приглашает занимательная страна «Спортландия».

Под звуки марша команды выходят на площадку. У каждой команды своя эмблема и спортивная форма. Командам предоставляется слово для приветствия. После приветствия начинаются конкурсы:

Игры с бегом (бег в мешках, бег в парах, в гимнастическом обруче).
Эстафеты с мячами («кенгуру», ведение мяча передача мяча). Переправа (игра с бегом в усложненных условиях).

Продвижение «тачкой». Игры с метанием мяча в цель.

Эстафета с передачей теннисного мяча Эстафета с передачей кеглей.

Комбинированная эстафета (эстафета с различными заданиями).

Конкурс болельщиков:

«Бой петухов», «Кто сильнее».

Закljučают праздничную программу выступления участников художественной самодеятельности. Построение участников. Подведение итогов, награждение.

Ведущий:

Ты, мир! Ты добровольный проводник

Народов мира. Ты сближаешь их

В едином культе силы благородной,

Сплоченной, независимой, свободной.

Так учится всемирная семья,

Итак, вся пестрота народов мира,

Объединенных общностью кумира

Ведущих мирный, благородный спор,

Слагается в многоголосной хор.

Разбор хода игры «Сладкое дерево»

В игре участвовало две команды: «Виктория» 1 – 3-е звенья и «Звездочка» 2 – 4-е звенья. Каждой из команд нужно было выполнить пять одинаковых заданий. Эти задания находились в конвертах, которые были спрятаны.

Для того, чтобы выполнить первое задание, командам были вручены карты, на которых было изображено место и предметы, где может находиться конверт (пни, деревья, забор, стога сена и т. д.). Команда «Виктория» отправилась в район газовой котельной, а команда «Звездочка» – в район мастерских.

Команда «Звездочка» принесла конверт и выполнила задание (три раза сыграть в «Кошки мышки») первой. За это получила два очка и карту следующего рубежа в район школьного сквера.

Команда «Виктория» выполнила задание позже и получила одно очко с картой следующего рубежа в районе магазина «Дуэт».

Первой, отыскав второй конверт, пришла команда «Звездочка». Выполнив задание «Поскачи с мячом» (участники строятся в одну колонну, стоящий первым зажимает мяч коленями между ног и прыжками преодолевает расстояние до обруча и обратно, передает мяч второму и становится назад – и так до тех пор, пока не станет опять первым тот, кто им был), команда «Звездочка» опять получила два очка и ушла на третий рубеж в район газовой котельной.

Во время выполнения задания «Поскачи с мячом» командой «Звездочка» второй конверт принесла и команда «Виктория». Выполнив то же задание, эта команда ушла на третий рубеж в район школьного сквера одновременно с командой «Звездочка», получив одно очко.

Третий конверт принесли участники команды «Виктория». Выполнили задание «Мяч через голову» (через голову, последний, получив мяч, оббегает всю команду и катит мяч между ногами, последний принимает мяч и бежит в начало колонны и опять передает через голову) и отправились за четвертым конвертом в район мастерских.

Команда «Звездочка» принесла конверт и начала выполнять задание, когда команда «Виктория» его уже выполнила. Получив одно очко, эта команда ушла на четвертый рубеж в район магазина «Дуэт».

Четвертый конверт команды принесли практически одновременно, но два очка получила команда «Виктория». Узнав, что пятый конверт, в котором находится информация о местонахождении дерева со спрятанным «сладким призом», лежит в книге для команды «Звездочка» в кабинете директора школы, а для команды «Виктория» – в «пионерской», они отправились туда.

Пятый рубеж покорился быстрее команде «Виктория». Узнав, что

«Сладкое дерево» находится в районе «Болота», они побежали туда и первыми принесли заранее заготовленный синий пакет со сладостями, получив за это два очка.

То же проделала и команда «Звездочка». Получив за это красный пакет со сладостями и одно очко.

Итог: «Виктория» – 8 очков, «Звездочка» – 7 очков.

Военно-патриотическая игра «Зарница».

Цель:

1. Способствовать развитию общей физической подготовке детей.
2. Способствовать воспитанию патриотизма.
3. Способствовать развитию ловкости, смекалки, находчивости.

Участники: 1 – 6 отряды в полном составе.

Методы проведения:

Ознакомление детей с содержанием и правилами игры, раздача маршрутных листов. Беседа по ТБ. После того, как участники ознакомились с маршрутным листом, команды отправляются на поиски флага соперника.

Суть игры. «Зарница» заключается в поиске знамени соперника, но, прежде чем отправиться на поиски знамени, каждому игроку команды наклеивается на грудь эмблема его команды, при потере которой, игрок выбывает из игры. Команда, первой нашедшая знамя противника – побеждает, в случае обнаружения знамени одной из команд, подсчитывается количество сорванных эмблем.

Ход игры:

В ходе игры участвовало две возрастных группы участников: младшие и старшие. Младшие – 5 и 6 отряды, а старшие – 1, 2, 3, 4 отряды.

Старшая группа участников имела право выходить за территорию лагеря. Команды были распределены таким образом: 1 и 4 отряды против 2 и 3 отрядов и 5-й против 6-го отряда. После распределения команд все отправились искать знамя противника. Территория 1 и 4 отряда была до «Каменной кровати», а территория 2 и 3 отрядов была до лагеря «Чайка». Игра проходила с 10.30 до 13.00. Все команды строили свою атаку за счет слабого пола, а парни оставались на своих позициях и ждали наступления врагов, чтобы неожиданно встретить их. Может быть, поэтому командам так и не удалось найти знамени противников. Была очень упорная борьба, как среди старших, так и среди младших отрядов.

Подведение итогов:

Среди старшей группы победил 1 и 4 отряды так как у них было собрано больше эмблем, чем у 2 и 3 отрядов. Среди младшей группы победил 5 отряд, так как у него было больше сорванных эмблем, чем у 6

отряда.

Праздник «День Нептуна»

Появляется ведущий.

Ведущий: Друзья! Вы садитесь дружнее, теснее. Пожалует скоро владыка морей. В день праздника нрав он сменяет свой грозный. Смеется и шутит владыка серьезный. Как делишки детвора, на лицах нет печали? Тогда Нептуну прибыть пора! (Выплывает Нептун. Усаживается на трон.)

Ведущий: Что-то царь Нептун не весел, что-то голову повесил. Думу думает какую? У него сейчас спрошу я.

О, владыка – всех морей! Ты ответь нам поскорей, что за мысль тебя тревожит? Иль забота тебя гложет?

Нептун: Не найду себе я места! Есть дочь на выданье – невеста. Скучает, сидя дома, дочь. Решил ее беде помочь. Решил ее я выдать замуж. От женихов отбою нет. Но все не нравятся Рыбуше.

Ведущий: Вот уж забота так забота... Теперь хлопот не перечсть, а как же праздник? Он ведь есть! Вернее был.

Музыка: Появляется кикимора.

Кикимора: Привет ребята! Ох, кум Нептуша, сколько зим! А это кто? Счас поглядим...

Ведущий: Весь молодецкий славный люд. Пришел приветствовать царя. На день веселый Нептуна.

Кикимора: Что за веселый весь народ? А где же песни? Хоровод?

Нептун: Так у меня беда стряслась! Дочь замуж не могу отдать.

Кикимора: Чего? Дочь замуж? Эт какую? Уж не медузу ли рябую?

Нептун: Ну что ты старая – отстань! Дочь, которая красою затмила всех в моих морях. Зовется рыбкой золотой!

Кикимора: Ишь разошелся, прямо страх! Как загордился сам собою... А-ну тащи сюда невесту.

Нептун: Эй! Русалки! Невесту приведите-ка сюда! Выводят золотую рыбку, усаживают рядом с Нептуном.

Кикимора: И впрямь невеста хоть куда.

Нептун: Иди поближе, дочь моя. Дай на тебя хоть гляну я.

Кикимора: Слышь, кум, че я сообразила. Так ведь у нас большая сила. Так вот кто где не проплывет. Тащить сюда – вдруг подойдет. Своих чертей я дам в подмогу. Выбегают черти.

Нептун: Что ж, войско это удалое. Ступайте! И всех, кто мимо не пройдет, сюда доставьте в тот же миг. Авось отыщется жених. А ты как, дочь? Согласна с нами?

Золотая рыбка: Конечно, папа.

Кикимора: А ну, орлы! Смелей! Вперед! Плыви быстрее! Работа

ждет! (Черти убегают. Ведущий проводит игру с залом (песенка) Черти тащат женихов.)

Нептун: Черт побери!

Кикимора: Кого побрать?

Нептун: Кого из женихов избрать?

Кикимора: Да брось душевные страдания. Устрой среди них соревнование.

Нептун: О, это выход, а ну дочушка помоги и жениха себе найди.

Золотая рыбка: Ну что ж пожалуй испытаю – соображает ли народ. (Задаёт каждому загадку-шутку).

Нептун: Есть у меня силач такой – зовется Водя-Водяной (выходит Водяной).

Проверим силушку мы вашу (борются).

Кикимора: Все хорошо: умны, сильны, а кошельки у вас полны? Подарки хоть вы привезли? (Женихи почти хором «Да»).

Так одарите же невесту (женихи вручают подарки).

Нептун: Ну что Рыбуся, выбирай! Кто приглянулся сердцу твоему, (золотая рыбка ходит между женихами. Кикимора уходит и притаскивает Кашея)

Золотая рыбка: О, что же это за страшила?

Нептун: Кума, кого ты притащила?

Кикимора: А это славный царь Кощей, бессмертием своим он знаменит.

Золотая рыбка: Так уберите же его скорей! От вида одного меня мутит! Вот жениха себе избрала, с ним не расстанусь никогда.

Нептун: Ну что ж вы выбрали друг друга – Рыбуша получай супруга.

Кощей: Ох не было печали, так черти накачали! (Уходит).

Нептун: Ну что ж, живите зять и дочка, даю вам кильки 8 бочек, икры полфунта и алтын. Живите в мире. Все, Аминь. Ну что же, гости дорогие. И старые и молодые. Вас пригласить сейчас я рад на бал. Не просто бал – парад. Начнем его мы в... Сейчас...

(черти обливают водой, жалобы и кляузы детей)

Ведущий: Нептун на радостях забыл, не всех он грешников простил.

Нептун: И в самом деле, я про них чуть не забыл. Но вспыхнул вновь мой грозный пыл. И все получают по заслугам. Ну ладно, дети, мне пора, давно в озерах ждут меня. Должен я воду освежить, чтоб вас могли в ней освежить. А вам мы грешников оставим, вы справляйтесь с ними сами (уплывает).

Спортивная игра «Зов джунглей»

Для проведения игры требуется четыре команды по 8 человек (4

девочки, 4 мальчика). Первая команда – хищники, вторая команда – травоядные, третья – пернатые и четвертая – рыбы. Каждый участник получает эмблему с надписью или изображением того или иного животного, и крепится на груди. В команде хищников входят: медведь, лев, тигр, волк, рысь, лиса, пантера, пума. В команде травоядных: обезьяна, коала, пони, лама, слон, зубр, носорог, бегемот. В команде пернатых: петух, цапля, аист, воробей, дятел, сорока, чайка, колибри. В команде рыбы: щука, форель, вобла, камбала, сом, окунь, лещ, ерш. За победу в каждом конкурсе команда получает по: банану, кости, червяку или мотыльку. Для этого требуется заготовить для каждой команды по 10 экземпляров.

Конкурс 1. «Не урони мяч». На теннисные ракетки кладется по одному шарик. Участники по сигналу судьи как можно быстрее стараются добежать до финиша и ни разу не уронить шарик на землю. За каждое падение шарика засчитывается по штрафному очку.

Побеждает команда, преодолевшая дистанцию первой и наименьшее количество раз уронившая на землю шарик.

Конкурс 2. «Прыгуны». На старте четыре команды. Игроки стоят в колонне по одному, каждый держит за пояс впереди стоящего. По сигналу участники прыгают на двух ногах до фишки и обратно. Выигрывает команда, которая первой пересечет финишную черту и не разорвет цепь.

Конкурс 3. «Прыжки по кочкам». Игроки делятся на команды и строятся на старте. Напротив каждой команды укладываются по 8 обручей на расстоянии 80 см друг от друга. Задача участников по сигналу пропрыгать с кочки на кочку, не выскочив из обруча. Эстафету передавать следующему участнику хлопком по руке. Так по очереди 8 участников.

Побеждает команда, первой закончившая прыжки.

Конкурс 4. «Попадание мячом в цель». На расстоянии 8 – 10 метров от линии старта устанавливается кегля или флажок. Каждый участник получает право на один бросок, чтобы сбить кеглю.

Побеждает команда, у которой больше всего сбитых кеглей (мяч катить по земле).

Конкурс 5. «Сумей удержать». Команды делятся по парам (мальчик, девочка), стараясь как можно быстрее добежать до финиша, положив мяч на плечи и прижимая его головами с двух сторон.

Побеждает команда, пришедшая первой к финишу и наименьшее количество раз уронившая мяч. Потерявшийся мяч устанавливается на том месте, где был потерян.

Конкурс 6. «Прыжки с мячом». Игроки выстраиваются на линии старта. Зажав мяч между коленями, участники прыжками двигаются к

финишу.

Побеждает команда, прискакавшая первой и не заработавшая штрафных очков.

Конкурс 7. «Катание на мяче». Команды делятся на группы по три человека, выстраиваются на линии старта друг за другом. У каждой команды футбольный мяч. По сигналу два игрока ставят на мяч третьего и поддерживают с боков, третий, перебирая ногами, катит мяч к финишу. Побеждает тройка, пришедшая первой.

Конкурс 8. «Опусти хвост в бутылку». Участвуют капитаны команд.

Каждого игрока обвязывают веревкой вокруг пояса так, чтобы ее кончик свисал со спины. К веревке привязывают карандаш. Позади участников ставятся бутылки. По сигналу участники стараются как можно быстрее попасть карандашом в бутылку без помощи рук. Выигрывает тот, кто раньше всех попадет в бутылку.

Конкурс 9. «Кто дальше прыгнет». Соревнуются команды по 8 человек. Первые участники прыгают от линии старта с места, толкаясь двумя ногами. С места приземления первых участников прыгают вторые и так по порядку. Замерять результат по пяткам. Побеждает команда, которая преодолела наибольшее расстояние.

После окончания конкурсов подсчитывается общий итог набранных баллов или очков и штрафных очков, и выводятся I, II, III, а IV место поощряется утешительным призом.

Место проведения: ровная площадка 20 x 15 м.

Инвентарь: 4 теннисные ракетки, 4 теннисные шарика, флажки или кегли (10 шт.), обручи (32 шт.), 4 футбольных мяча, 4 надувных мяча, 4 веревки (1 м), 4 бутылки, 4 карандаша.

Военизированная эстафета «Партизанские тропы»

Для проведения эстафеты потребуется 4 команды по 20 человек. Эстафета состоит из 10 этапов: старт, кочки, тарзанка, полоса препятствия, переправа, медсанбат, газы, минное поле, попади в цель, финиш. Командам выдаются игровые карточки, на которых написаны все этапы эстафеты. На каждом этапе находится судья, который отмечает в карточках команд штрафные или дополнительные очки.

Этап 1. Старт.

На этом этапе судья отмечает в карточке количество стартующих участников и время их старта. Старт производится по сигналу судьи.

Этап 2. «Кочки». Выкладывается 10 досок («кочек») на расстояние 80 см друг от друга. Задача участников прыгать с «кочки» на «кочку», не наступая на землю. За каждое касание земли команде присуждаются штрафные очки, которые заносятся в командную карточку.

Этап 3. Тарзанка. Участники команды поочередно проезжают на тарзанке, передавая эстафету своему партнеру по команде. За каждое касание земли команде присуждаются штрафные очки.

Этап 4. Полоса препятствий. В землю на расстояние 1 м друг от друга вкапываются обручи (10 штук). Задача участников проползти под обручами. За каждое касание обруча команде присуждаются штрафные очки.

Этап 5. Переправа. Участники сначала проходят по бревну, затем перелезают через лестницу. За каждое падение с бревна или касание ногой земли команде присуждаются штрафные очки.

Этап 6. Медсанбат. На этом этапе участники выбирают одного участника и накладывают ему на ногу повязку, затем кладут его на носилки и переносят до станции базы. На этом этапе штрафные очки присуждаются за неправильно выполненную перевязку.

Этап 7. Газы.

На этом этапе 8 человек из команды (4 мальчика, 4 девочки) по команде газы надевают противогазы, пробегают в них 100 м, возвращаются назад, складывают противогазы в сумки и движутся на следующий этап. Штрафные очки даются за неправильное одевание и складывание противогаза.

Этап 8. Минное поле.

Проводящий выбирает место и закапывает там 10 мин (крышек). Участники должны за 3 минуты найти как можно большее количество мин. За каждую найденную мину команда получает дополнительное очко.

Этап 9. Попади в цель.

На расстоянии 10 м от команды устанавливается ведро. Участники поочередно бросают в ведро шишками. За каждое попадание команда получает дополнительное очко.

Этап 10. Финиш.

На финише команда отдает свою карточку судьбе, и он вносит в нее итоговое время. Время берется по последнему участнику.

После окончания игры судья подсчитывает время пробегания дистанции, затем штрафные очки. За каждое штрафное очко к итоговому времени добавляется 1 минута.

В этом мероприятии места расположились следующим образом: в младшей возрастной группе 1 место – 5 отряд, 2 место – 6 отряд, 3 место – 9 отряд; в старшей возрастной группе 1 место – 1 отряд, 2 место – 2 отряд, 3 место – 3 отряд.

Все ребята очень старались и проявили себя с наилучшей стороны. Все очень переживали за результат и показали себя сплоченными

коллективами. Им было очень интересно проходить все этапы.

Беседа на тему «О закаливании детского организма»

Большое значение для здоровья детей имеет закаливание. Воздух, солнце и вода – вот естественные факторы, которые помогают ребенку обрести стойкость к любым атмосферным условиям.

Благодаря закаливанию, организм получает способность реагировать на изменение температуры окружающей среды раньше, чем наступит чрезмерное охлаждение или перегревание. Прежде всего не надо спешить! Важны систематичность, постепенность, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка, возраст, разнообразие средств и форм, активный режим, сочетание общих и местных процедур. Закаливающие процедуры разделяют на общие, когда воздействию подвергается вся поверхность тела, и местные, направленные на закаливание отдельных участков тела. Местные процедуры оказывают менее сильное действие, чем общие. Но добиться полезного эффекта можно и при местном закаливании, если умело подвергать воздействию температурных факторов наиболее чувствительные к охлаждению участки тела – ступни, горло, шею. Особенно полезно сочетать общие и местные закаливающие процедуры. Это намного повышает устойчивость организма к неблагоприятным внешним факторам.

Воздушные ванны из всех естественных сил природы рассматриваются как наиболее «мягкие» и безопасные процедуры. С них обычно и рекомендуется начинать систематическое закаливание организма. Закаливающее действие воздуха связано с разницей температур между ним и поверхностью кожи. Слой воздуха, находящийся между телом и одеждой, обычно имеет постоянную температуру около 27–28 °С. Разница между температурой кожи одетого человека и окружающим воздухом, как правило, невелика, поэтому отдача тепла организмом почти незаметна.

С помощью закаливания можно повысить не только приспособляемость детского организма к изменению внешних условий, но и заложить на всю жизнь прочный фундамент здоровья. При самом внимательном уходе невозможно оградить ребенка от всех неожиданных перемен температуры, внезапных сквозняков, ветров, дождей, сырости. Но для изнеженного, привыкшего к постоянному теплу организма такое случайное охлаждение становится особенно опасным, так как его способность самостоятельно защищаться от холода уже значительно ослаблена. Чем старательнее кутают ребенка, тем более он уязвим для простуды, чем чаще болеет. Единственное надежное средство – закаливание.

Осуществляя закаливание детей, следует учитывать анатомо-физиологические особенности организма ребенка, несовершенство его терморегуляторного механизма. Чем меньше ребенок, тем резче выражена эта особенность. Детский организм вследствие недостаточного развития нервной системы плохо приспосабливается к изменениям температуры окружающей среды. В связи с этим легче наступает нарушение теплового равновесия.

Особенно строго надо следить за выполнением основных принципов закаливания, учитывая при этом возраст ребенка, состояние здоровья, общее физическое развитие и другие индивидуальные особенности. В случае появления малейших признаков неблагоприятного воздействия закаливающих процедур – вялости или возбуждения, нарушения аппетита и сна – немедленно прекратите закаливание и обратитесь к врачу. Длительное пребывание на свежем воздухе – неперенный элемент закаливания.

Даже зимой постарайтесь, чтобы ваши дети были на прогулке не менее 3–4 часов. Как правило, во время прогулки проводятся подвижные игры.

Для детей старше года температура воздуха при воздушных ваннах составляет 18–19 °С, в возрасте от 3 до 6 лет она снижается до 16 °С. Во время воздушной ванны дети должны находиться в движении: участвовать в подвижных играх, выполнять гимнастические упражнения и т. п.

После воздушных ванн, проводимых в помещении, переходите на открытый воздух. Регулировать действие воздуха на организм помогает постепенное облегчение одежды. Одно из эффективных средств закаливания – дневной сон на открытом воздухе летом и зимой в любую погоду. Лучше всего укладывать детей спать на веранде или балконе.

Закаливание детей водой следует начинать с местных процедур – умывания, мытья ног перед сном, игр с водой. С раннего возраста приучать детей к прохладной, но, конечно, не очень холодной воде. При местных водных процедурах начальная температура воды должна быть 28–30 °С, затем ее снижают через каждые 3–4 дня на 1–2 °С, для грудных детей до 20–22 °С, а для детей старше года до 16–18 °С.

В дальнейшем от местных процедур переходить к кратковременным общим процедурам – обтиранию, обливанию, ванне, душу, купанию в открытых водоемах. Рекомендуется начинать с сухих обтираний. Делать это кусочком фланели. Тело ребенка протирают до появления небольшой красноты. Через две недели приступают к влажным обтираниям. Руковичку из мохровой ткани смачивают в воде и немного отжимают. Сначала обтирают руки, затем ноги, живот и спину. Обтирание

продолжается 1–2 минуты. После этого кожу вытирают сухим полотенцем и делают легкий массаж до появления умеренного покраснения. При общем обливании голову оставляют сухой. Обливание продолжается 20–30 секунд. Затем тело быстро вытирают насухо. Температура воздуха в помещении во время обливания не должна быть ниже 18 °С. Необходимо внимательно следить за самочувствием ребенка до и после процедуры.

Легкое побледнение, появление «гусиной» кожи в начале обливания вполне естественны. Однако если они держатся слишком долго, немедленно прекратите процедуру.

Ванна является длительной процедурой, поэтому температуру воды обычно не снижают. Дети в возрасте до 6 мес. получают гигиеническую ванну ежедневно. Температура воды для детей до 1 года – 37°С, продолжительность ванн – 5 мин.

Купание в открытых водоемах – самый лучший способ закаливания в летнюю пору. Купаться дети могут начинать только после предварительного закаливания воздухом и водой. Температура воды в открытом водоеме должна быть не менее 22 °С, а воздуха 24 °С. Время пребывания в воде вначале составляет 3 мин, затем постепенно увеличивается до 6–8 мин. Купаться детям достаточно 1 раз в день. Лучшее время для этого в средней полосе – от 11 до 12 часов.

Солнечный свет совершенно необходим для нормального развития ребенка. Недостаток его вызывает различные отклонения в организме детей, приводит к заболеванию рахитом. Вместе с тем неблагоприятно отражается на детском организме и избыток солнечных лучей. Рекомендации о разумном использовании солнца как закаливающего фактора должны особенно тщательно выполняться по отношению к детям. Ни в коем случае не допускать слишком длительного пребывания детей под палящими лучами солнца. Во время прогулок и солнечных ванн голова ребенка должна быть всегда прикрыта легким светлым головным убором.

Детей в возрасте до 1 года нельзя подвергать облучению прямыми солнечными лучами. Лучше всего в этом возрасте проводить закаливание рассеянным солнечным светом. Детям постарше после облучения рассеянным светом можно разрешать пребывание под прямыми лучами солнца. Закаливание солнцем лучше всего проводить во время прогулок или спокойной игры детей в утренние часы. Внимательно следить за тем, чтобы ребенок не «обгорел». Первое время солнечные ванны ему лучше принимать в легкой одежде – белой панаме, светлой рубашке и трусах. Через 3–4 дня вместо рубашки надеть майку, еще через несколько дней он может принимать процедуры обнаженным. Длительность первых – 4 мин (по 1 мин на спине, животе, правом и левом боку). Затем каждые 2–3 дня

прибавляйте по 1 мин на каждую сторону тела. Таким образом, длительность солнечных ванн доводится для детей в возрасте 3–4 лет до 12–15 мин, для детей 5–6 лет – до 20–25 мин и для 6–7-летних детей – до 20–30 мин. После солнечной ванны желательно провести обливание или другую водную процедуру. Как правило, детям достаточно принимать солнечную ванну 1 раз в день. Во время закаливания солнцем постоянно следите за поведением ребенка. При появлении сердцебиения, головной боли, вялости закаливание солнцем прекратите и обратитесь к врачу. Если же причин для беспокойства нет, постарайтесь использовать всякую возможность для облучения ребенка солнечным светом.

Все закаливающие процедуры – будь то воздушные, водные или солнечные – весьма сильное средство воздействия на детский организм.

Поэтому обязательно соблюдать все правила закаливания.

Беседа на тему «О вреде курения»

Курение является одной из наиболее распространенных и массовой в мировом масштабе привычкой, наносящей урон как здоровью отдельного человека, так и обществу в целом. В курение вовлечены практически все слои населения и, что наиболее опасно, – женщины и юношество. Это социальная проблема общества как для его курящей, так и для некурящей части. Для первой – проблемой является бросить курить, для второй – избежать влияния курящего общества и не «заразиться» их привычкой, а также – сохранить своё здоровье от продуктов курения, поскольку вещества, входящие в выдыхаемый курильщиками дым, не на много безопаснее того, если бы человек сам курил и принимал в себя никотин и многое другое, что входит в зажённую сигарету.

Курение как зло

Курение – не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это настоящая наркомания и тем более опасная, что многие не принимают всерьёз.

Никотин – один из самых опасных ядов растительного происхождения. Птицы (воробьи, голуби) погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от 1/4 капли никотина, собака – от 1/2 капли. Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2–3 капли. Именно такая доза поступает ежедневно в кровь после выкуривания 20–25 сигарет (в одной сигарете содержится примерно 6–8 мг никотина, из которых 3–4 мг попадает в кровь). В течение 30 лет курильщик выкуривает примерно 20 000 сигарет, или 160 кг табака, поглощая в среднем 800 г никотина. Систематическое поглощение небольших, несмертельных доз никотина вызывает привычку, пристрастие к курению. Никотин включает

в процессы обмена, происходящие в организме человека, и становится необходимым. Живущие в накуренных помещениях дети чаще и больше страдают заболеваниями органов дыхания. У детей курящих родителей в течение первого года жизни увеличивается частота бронхитов и пневмонии и повышается риск развития серьезных заболеваний. Табачный дым задерживает солнечные ультрафиолетовый лучи, которые важны для растущего ребенка, влияет на обмен веществ, ухудшает усвояемость сахара и разрушает витамин С, необходимый ребенку в период роста. В возрасте 5–9 лет у ребенка нарушается функция легких. Вследствие этого происходит снижение способностей к физической деятельности, требующей выносливости и напряжения. У детей, матери которых курили во время беременности, имеется предрасположенность к припадкам. Они значительно чаще заболевают эпилепсией. Дети, родившиеся от курящих матерей, отстают от своих сверстников в умственном развитии. Советскими и зарубежными учеными установлено, что алергизирующим действием обладает никотин и сухие частицы табачного дыма. Они способствуют развитию многих аллергических заболеваний у детей, и чем меньше ребенок, тем больший вред причиняет его организму табачный дым. Курение подростков, в первую очередь, сказывается на нервной и сердечной-сосудистой системах. В 12–15 лет они уже жалуются на одышку при физической нагрузке. В результате многолетних наблюдений французский доктор Декалзне еще 100 лет назад пришел к убеждению, что даже незначительное курение вызывает у детей малокровие, расстройство пищеварения. Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих. Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие. Чем раньше дети, подростки, юноши, девушки познакомятся с курением и начнут курить, тем быстрее привыкнут к нему, и в дальнейшем отказаться от курения будет очень трудно.

Оказывается: если человек курит в день от 1 до 9 сигарет, то сокращает свою жизнь (в среднем) на 4,6 года по сравнению с некурящими; если курит от 10 до 19 сигарет, то на 5,5 года; если выкуривает 20 до 39 сигарет – на 6,2 года. Длительно и много курящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 – инфарктом миокарда, в 10 раз – язвой желудка и в 30 раз раком легких. Ученые выяснили, что курение в два раза опаснее для растущего организма, чем для взрослого. Сердце у курящего делает в сутки на 15 тысяч сокращений больше, а питание организма кислородом и другими необходимыми веществами происходит хуже, так как под влиянием табака кровеносные сосуды у подростка сжимаются. Ученые выяснили, что в табаке содержится масса ядовитых

веществ. Среди них наиболее известен никотин: по своей ядовитости он равен синильной кислоте.

Ученые провели исследования, и оказалось, что на организм девочки табак действует гораздо сильнее: «вянет кожа», быстрее сипнет голос.

За последние десятилетия ученые выяснили, что у людей некурящих стали обнаруживаться болезни, присущие курильщикам. Причина? Некурящие люди длительное время находились в помещении вместе с курильщиками. При курении в организм человека проникает 20–25 % ядовитых веществ, а 50 % вместе с выдыхаемым дымом поступают в воздух. А им дышат окружающие. Получается, что некурящие «курят». Появился даже специальный термин – «пассивное» курение.

Даже в США при всем насилии табачной рекламы десятки миллионов американцев бросили курить. То же самое происходит и в Англии, Швеции и Финляндии. Норвегия твердо решила стать некурящей нацией к новому веку.

Во многих странах приняты законы, запрещающие подросткам курить.

В нашей стране нельзя курить во Дворцах спорта, бассейнах, спортзалах, учебных и медицинских заведениях, санаториях и курортах, и на транспорте.

Так почему же все-таки продают сигареты в киосках? Да потому что, к сожалению, категорическим запретом не всегда повлияешь на заядлого курильщика. Всякого рода самоделки, суррогаты куда вреднее, чем табак, приготовленный в фабричных условиях. Просто запретить людям курить, наверное, еще не возможно, а вот убедить бросить курить можно.

Общие последствия курения.

Легочно-дыхательная система.

В области дыхательных путей большого сечения развивается кашель и активизируется выделение мокроты. Малые дыхательные пути воспаляются и сужаются. Длительное воздействие дыма оказывает повреждающее действие на реснички эпителия и затрудняет их нормальное функционирование. Хронический бронхит курильщиков приводит к нарушению выделения слизи с помощью ресничек. В легких курильщиков обнаруживается повышенное содержание воспаленных клеток. Приступы астмы происходят чаще и приобретают более тяжелую форму. Возникает склонность к рецидивам респираторных инфекций.

Сердечно-сосудистая система

После каждой выкуренной сигареты повышается систолическое и диастолическое давление крови. Также увеличивается число ударов сердца и его минутный объем. Кроме того, сигаретный дым вызывает сужение

сосудов периферических артерий. Наряду с этим курение способствует развитию состояний, приводящих к образованию тромбов, вследствие: ускоренной агрегации и адгезии тромбоцитов; повышения уровней фибриногена в плазме и вязкости крови; сокращения периода жизни тромбоцитов и времени свертывания крови.

Содержащаяся в табачном дыму окись углерода связывается с гемоглобином, приводя к повышению уровня карбоксигемоглобина, который может превысить соответствующий уровень у некурящих в 15 раз. Таким образом, сокращается объем гемоглобина, доставляющего кислород.

Курение приводит к повышению общего содержания холестерина в сыворотке крови и уровня свободных жирных кислот в плазме. Курение также усиливает риск наступления внезапной смерти и развития атеросклеротического заболевания периферических сосудов, что, в свою очередь, повышает риск омертвления ткани и ампутации конечностей у таких пациентов. Наряду с этим курение самым непосредственным образом взаимосвязано с гипертензией и повышением содержания холестерина в крови, что повышает риск развития коронарной болезни и сердечно-сосудистой болезни. Курение повышает риск возникновения ишемической болезни сердца у женщин, принимающих оральные контрацептивы.

Профилактика.

Каковы же те самые меры, благодаря которым развитые страны избавляются от курения? Прежде всего это полный запрет на рекламу табачной продукции и пропаганда некурения. Особо стоит отметить пакет мер экономического воздействия на курильщиков. Во многих фирмах и компаниях некурящим сотрудникам выплачиваются ежемесячные премии. Действительно, курильщик периодически отрывается от работы для принятия очередной дозы никотина, т. е. производительность труда у него снижается. За меньшую производительность – меньше и оплата труда. Этот метод был признан самым эффективным. Следующий по эффективности метод – это запрет на курение в общественных местах, в том числе на улице. Логика очень проста: курильщик дымом табака оказывает вредное воздействие на окружающих. У нас же особо нетерпеливые и бес культурные личности курят уже в подземных переходах метро.

Что касается курения среди подростков, то в данной ситуации притягательным фактором является желание выглядеть взрослым, т. е. имеет место подражание, лишь затем привычка укореняется, и вступают в действие факторы зависимости. Таким образом, за счет

вышеперечисленных мер, снизив привлекательность курения среди взрослого населения, можно устранить тягу к этому у подростков.

Для сокращения курения можно применять много разных мер: строгое ограничение мест для курения, штрафы, создание сети медицинских учреждений, специализирующихся на лечении этого вида проблемы и т. д. Говоря о помощи некурящим, можно предложить бесплатное лечение и санаторный отдых страдающим от аллергии на табак и от заражённости организма продуктами дыма сигарет. Но всё это требует пересмотра, как экономической, так и социальной политики государства, в котором мы живем.

Беседа на тему «Человек и его вредные привычки»

Вредной привычкой называют потребность человека совершать определенные действия в определенных условиях. По механизму действия привычка представляет собой автоматизированные способы выполнения каких-либо действий, которые закрепились в результате многократного их повторения.

Многие девушки начинают курить в компаниях, собравшихся для веселого время препровождения. Большинство из них – рабыни моды. Обычно девушку привлекает не столько сам табак, сколько процедура курения, приобретающая характер своеобразного ритуала: неторопливое распечатывание пачки, извлечение из нее сигареты, задумчивое медленное разминание ее, закуривание от пламени красивой зажигалки или манерно зажженной и поднесенной спички и уже затем само курение с плавными движениями руки с дымящейся сигаретой к пепельнице, стряхивания пепла легким и изящным постукиванием пальца по сигарете, искусное пускание порций дыма или колец... Словом, целый арсенал средств, позволяющий девушке, овладевшей ими, считать себя «модной и современной». Табакокурение считается типичным рискованным фактором: оно приносит краткосрочное расслабление, но в долгосрочном воздействии вредит сердцу, системе кровообращения, вызывая, прежде всего инфаркт миокарда и атеросклероз. Оно во много раз увеличивает риск различных раковых заболеваний, в частности, гортани и легких, может вызвать язву двенадцатиперстной кишки и хронический бронхит. Самое страшное в этих тяжелых заболеваниях то, что они, как правило, развиваются в течение долгого времени и лишь постепенно становится ясным их истинный масштаб. Побудительные причины к регулярному курению бывают совершенно различными. Это желание и лучше «расслабиться», и преодолеть неуверенность при контактах с другими людьми, и создать имидж эмансипированности. Если сегодня много людей курят, невзирая на очевидный риск для своего здоровья, то в первую

очередь по психическим причинам, преодолеть которые им не хватает сил.

«Отучающие» методы лечения преследуют цель постепенно отучить от нежелательного поведения при помощи программ самоуправления и самоконтроля. Центральная задача при этом – овладеть новым, подобающим поведением, например, научиться в трудных ситуациях не хвататься за сигарету, а реагировать на стресс в какой-нибудь другой форме. И здесь психологи накопили в последние годы положительный опыт по применению самогипноза и медитации.

Можно ли бросить курить? Безусловно, можно, хотя и нелегко. Многие говорят: «Вырасту и брошу». Нет, скорее всего, не бросишь. Потому, что бросить очень трудно. И с каждым месяцем Вам будет все труднее отказаться от курения. Курение затягивает. Оно меняет химический состав Вашего организма так, что Вы начнете чувствовать потребность в сигаретах. Спросите любого, кто пытался бросить курить – это очень трудно, и, как правило, почти никому не удается.

Например, очень тяжело отвыкают от курения женщины, тем не менее почти 98 % тех, кто бросил курить, сделали это без помощи врача. Статистика весьма единодушна: почти все бросившие курить сделали этот шаг за счет волевых усилий, самодисциплины, самоорганизации, не обращаясь к медикаментозным средствам.

Тот, кто решился отказаться от какой-либо привычки, ощущает на себе всю ее огромную силу, поэтому понятны те чувства удовлетворения, гордости и большой радости, которые испытывают бывшие курильщики, победившее пагубное пристрастие.

Чтобы избавиться от вредной привычки, курильщики прибегают к самым разным способам: обклеиваются пластырями, курят полезные сигареты, уничтожают леденцы в промышленных количествах, выстраиваются в очередь к иглоукальывателям и кодируются от вредной привычки под гипнозом. Однако не на всех гипноз действует одинаково. Как выяснили американские исследователи, бросить курить с помощью гипноза лучше получается у мужчин, чем у женщин. Анализу подверглись результаты 18 проделанных ранее медицинских исследований, а размер общей выборки составил 5,6 тысяч человек, желавших расстаться с сигаретой в состоянии искусственного сна. В результате выяснилось, что среди женщин, принимавших участие в подобных программах, сказали сигарете «прощай» 23 %, а среди мужчин – 30 %. Различие почти в 1,5 раза ученые объясняют различиями мужской и женской психологии. Полагаю, дело не только в том, что гипноз по-разному влияет на мужчин и женщин.

Факт остается фактом – алкоголем, никотином и наркотиками злоупотребляют миллионы жителей планеты. Причин этому много.

Существенную роль играет, очевидно, то, что многие не чувствуют себя более в состоянии отвечать растущим требованиям сегодняшнего дня. Соответствующее пристрастие дает иллюзорную возможность уйти от реальности и тяжелых жизненных проблем, обрести покой и отдалиться от требований обыденной жизни, приглушить неуверенность и несостоятельность или же справиться с чрезмерными нагрузками. Последствия длительного злоупотребления наркотическими веществами разрушительны: они вызывают нарушения сердечной деятельности и кровообращения, болезни печени и почек, служат причиной рака и деградации личности, что часто связано с социальным падением и большим числом самоубийств.

Под понятием «наркотики» следует подразумевать не только героин (и другие опиаты), кокаин (и другие стимуляторы) и гашиш, но и медикаменты успокаивающего, обезболивающего и возбуждающего действия, которые тоже могут сделать человека зависимым. Их воздействие носит не такой скандальный характер, как вещества, трансформирующие сознание, но привести к пагубной привычке эти медикаменты могут точно так же, и открытое число подверженных этому людей очень высоко. Наркотики удовлетворяют, по крайней мере, на некоторое время желание уйти от обыденной жизни и забыть личные проблемы и конфликты. Кроме того, они позволяют абстрагироваться от неудач и не допустить падения оценки собственной личности. Физиологические и психологические опасности злоупотребления наркотиками в зависимости от потребляемых веществ весьма различны.

Точно установлено, что все они приводят к физиологической и психической зависимости с тенденцией к постоянному увеличению дозы. Лечить наркоманов в запущенной стадии лишь посредством психотерапии и курса воздержания почти невозможно, требуется обязательное терапевтическое вмешательство извне.

Так как потребление наркотиков и особенно наркотическая зависимость связаны, как правило, с психическими проблемами и нарушениями, а саморегуляция оказывает устойчивое позитивное воздействие на личность, ее терапевтическая ценность очевидна. Она является настоящей альтернативой наркотикам, удовлетворяя потребности, служащие главной причиной их потребления, такие как желание познать самого себя и расширить пределы своего сознания, достичь лучшего настроения или найти действенное средство преодоления стресса и решения своих проблем.

Беседа на тему «Борьба с наркотиками: новый виток»

Нынешняя обстановка касательно наркотиков в нашей стране

характеризуется ростом количества выявляемых наркопреступлений, кардинальным изменением наркорынка, а также увеличением числа потребителей дурмящих веществ и омоложением их рядов.

Благодаря мерам, которые принимают органы внутренних дел Беларуси по противодействию незаконному обороту наркотических средств и психотропных веществ, ситуация в данной сфере находится под контролем. Однако вновь возникающие тенденции все же вызывают тревогу и требуют незамедлительного реагирования со стороны правоохранителей.

Организаторы международного наркотрафика рассматривают Беларусь и как рынок сбыта, и как территорию транзита наркотических средств и психотропных веществ.

В связи с относительной дешевизной и простотой в употреблении большую популярность среди молодежи приобрели психотропные вещества нового поколения, так называемые дизайнерские наркотики и курительные смеси. На сегодняшний день они занимают 70 % всего наркорынка. Широкое распространение получила поставка курительных смесей и химических веществ для их изготовления, которая осуществляется через почтовые отправления из стран Азиатского региона, в частности, Китая. Все активнее для распространения дизайнерских наркотиков и курительных смесей используется Всемирная паутина, превалирующее количество пользователей которой составляет молодежь в возрасте от 14 лет. Рост числа наркопотребителей, в первую очередь подростков в возрасте от 15 до 18 лет, прогнозируется и в дальнейшем. Деятельность преступных групп, занимающихся незаконным оборотом дизайнерских наркотиков, хорошо организована и законспирирована. Кроме того, наличие «виртуальных денег», электронных кошельков и систем оплаты, анонимность при регистрации и общении посредством специальных программ позволяют распространять психоактивные вещества бесконтактным способом.

Для минимизации последствий наркомании, своевременного реагирования на новые тенденции наркопреступности органы внутренних дел постоянно совершенствуют свою работу. Многие законодательные инициативы Министерства внутренних дел нашей страны по противодействию данным явлениям нашли отражение в Декрете Президента Республики Беларусь от 28 декабря 2014 года № 6 «О неотложных мерах по противодействию незаконному обороту наркотиков». Согласно положениям этого документа, МВД наделяется дополнительными полномочиями по координации деятельности государственных органов в сфере противодействия незаконному обороту

наркотиков.

В соответствии с Декретом № 6, ужесточается уголовная ответственность за наркопреступления. В первую очередь это относится к увеличению максимального срока лишения свободы.

Например, за сбыт наркотиков заведомо несовершеннолетним – с 8 до 15 лет, за изготовление или переработку наркотических веществ в лабораторных условиях – с 8 до 20 лет.

Впервые вводится уголовная ответственность за действия, связанные со сбытом наркотиков, повлекшие по неосторожности смерть человека. За данные преступные деяния предусмотрено лишение свободы на срок от 12 до 25 лет.

За незаконное перемещение наркотиков через государственную границу грозит максимальное наказание в виде лишения свободы на 12 лет. С 16 до 14 лет снижается возраст наступления уголовной ответственности за действия, связанные со сбытом наркотиков. Кроме того, усиливаются меры административной ответственности за правонарушения, связанные с употреблением наркотиков. Например, за появление в общественном месте в состоянии наркотического опьянения установлен штраф в размере от 5 до 10 базовых величин.

С 1 марта 2015 года введена Единая система учета лиц, употребляющих наркотические средства, психотропные вещества, их аналоги и прекурсоры. Планируется создание отдельных исправительных учреждений для лиц, осужденных за преступления, связанные с незаконным оборотом наркотиков. Будут организованы специализированные ЛТП для больных наркоманией или токсикоманией, а также профильные лечебно-воспитательные учреждения, обеспечивающие комплексную реабилитацию несовершеннолетних, состоящих на наркологическом учете.

Декрет № 6 вступил в силу 1 января 2015 года. За время его действия ряд лиц уже привлечен к административной ответственности за появление в общественном месте в состоянии наркотического опьянения.

Возбуждены уголовные дела. Ведется работа по закрытию наркосайтов: Министерство связи и информатизации на основании данных МВД подготовило документы на прекращение работы шести сайтов. Остальные ждут своей участи.

В Министерстве внутренних дел убеждены, что ставка на ужесточение ответственности за нарушение наркозаконодательства станет действенным средством профилактики наркомании. Совершенствование форм и методов противодействия незаконному обороту наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов и прекурсоров будет

продолжено. Сил и средств, а также законодательной поддержки в виде указанного Декрета достаточно, чтобы противостоять нарковывозам и наркоугрозам.

БрГУ ИМ. А.С. ПУШКИНА

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Алешин, В. М. Туристская топография / В. М. Алешин, А. В. Серебренников. – М. : Профиздат, 1985. – 160 с.
2. Банникова, Т. А. Организационно–методические основы физического воспитания детей в летнем оздоровительном центре : автореф. дис. канд. пед. наук / Т. А. Банникова. – СПб., 1995. – 21 с.
3. Бордовская, Н. В. Педагогика: учеб. для вузов / Н. В. Бордовская – СПб : Питер, 2000. – 304 с.
4. Булгакова, Н. Ж. Игры у воды, на воде, под водой / Н. Ж. Булгакова. – М. : Физкультура и спорт, 2000 – 77 с.
5. Вилькин, Я. Р. Организация работы по массовой физической культуре и спорту / Я. Р. Вилькин, Т. М. Каневец. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 173 с.
6. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук, Д. Н. Немытов. – 2-е изд., доп. – М. : Академия, 2004. – 208 с.
7. Ганопольский, В. И. Туризм и спортивное ориентирование / В.И. Ганопольский. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.
8. Ганопольский, В. И. Уроки туризма / В. И. Ганопольский, – Минск : НМ Центр, 1998. – 216 с.
9. Геллер, Е. М. На старт вызывает Спортландия / Е. М. Геллер. – Минск. : Польша, 1998. – 174 с.
10. Дорофеева, Т. В. Физкультурно-оздоровительная работа с населением по месту жительства : курс лекций / Т.В. Дорофеева, В. В. Леонова ; Беларус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2005. – 178 с.
11. Железный, Д. В. Физкультура и спорт в пионерском лагере / Д. В. Железный, Н. В. Гуленков. – Киев : Здоровье, 1988. – 16 с.
12. Куликович, Е. К. Организация спортивно-оздоровительного туризма : учеб. пособие / Е. К. Куликович. – Минск. : БГЭУ, 2002. – 88 с.
13. Курилова, В. И. Туризм / В. И. Курилова. – М. : Просвещение, 1988. – 224 с.
14. Логвина, Т. Ю. Физкультура, которая лечит / Т. Ю. Логвина. – Мозырь : Белый ветер, 2003. – 172 с.
15. Массовая физическая культура в вузе / В. А. Маслякова [и др.] ; под общ. ред. В. А. Масляковой, В. С. Матяжова. – Минск : – Выш. Шк., 1991. – 240 с.
16. Настольная книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман [и др.] ; под ред. Л. Б. Кофмана. – М. : Физкультура и спорт, 1998. – С. 47–94.
17. Наумчик, В. Н. Социальная педагогика : пособие для учителей, воспитателей, студентов, магистрантов, аспирантов педаг. высш. учеб. зав. /

В. Н. Наумчик, М. А. Паздников. – Минск : Адукацыя і выхаванне, 2005. – 399с.

18. Осипов, Е. Д. Педагогическая практика студентов: взаимодействие с семьей учащегося : учеб.-метод. пособие для студентов пед. специальностей высш. учеб. зав. / под ред. А. Н. Сендер ; Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина. – Брест : БрГУ им. А. С. Пушкина, 2007. – 138 с.

19. Петровский, В. С. Физическая культура и спорт в местах отдыха / В. С. Петровский. – Киев : Здоровье, 1976. – 124 с.

20. Половцев, В. Г. Организация велопутешествий / В. Г. Половцев, С. Я. Юранов, А. В. Плащинский. – Минск. : Нар. асвета, 1988. – С. 5–63.

21. Правила соревнований по спортивному ориентированию [Электронный ресурс] // Республиканский центр туризма и краеведения учащейся молодежи. – 2010. – Режим доступа: http://rctkum.com/downloads.php?page_id=62. – Дата доступа: 06.09.2010.

22. Правила соревнований по туристско-прикладным многоборьям [Электронный ресурс] // Республиканский центр туризма и краеведения учащейся молодежи. – 2010. – Режим доступа: http://rctkum.com/viewpage.php?page_id=9. – Дата доступа: 06.09.2010.

23. Программа физического воспитания населения. – Минск: Госкомспорт, 1994. – 26 с.

24. Реан, А. А. Психология и педагогика / А. А. Реан, Н. В. Бордовская, С. И. Розум С. И. – СПб. : Питер, 2002. – 432 с.

25. Саноян, Г. Г. Физическая культура в режиме дня трудящихся / Г. Г. Саноян. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 152 с.

26. Сборник задач и упражнений по спортивному ориентированию / сост. Б. И. Огородников, А. Л. Моисеенков, Е. С. Прийлюк. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 72 с.

27. Степанова, Т. М. Игры и развлечения в летнем лагере / Т. М. Степанова – Минск : Красико-Принт, 2005 – 176 с.

28. Сысоева, М. Е. Основы вожатского мастерства: курс лекций / М. Е. Сысоева, С. С. Хапаева – М. : РОН, 2002. – 128 с.

29. Туристическо-краеведческая работа в пионерском лагере : метод, рекомендации / сост. А. В. Веялкин. – Минск, 1986. – 25 с.

30. Федотов, Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм / Ю. Н. Федотов, И. Е. Востоков ; под ред. Ю. Н. Федотова. – М. : Совет. Спорт, 2004. – 328 с.

31. Федотова, А. А. Туристские походы, слеты, соревнования : учеб.-метод. пособие / А. А. Федотова. – СПб. : СПбГУ ИТМО, 2007. – 59 с.

32. Фурманов, А. Г. Оздоровительная физическая культура / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа – Минск : Тесей, 2003. – 528 с.

33. Шляпов, Л. П. Походы выходного дня / Л. П. Шляпов, А. В. Рогаткин. – М. : Профиздат, 1985. – 80 с.

БРГУ ИМ. А.С. ПУШКИНА

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Учреждение образования «Брестский государственный университет
имени А.С. Пушкина»

Факультет физического воспитания

Кафедра легкой атлетики, плавания и лыжного спорта

Журнал производственной
(педагогической в оздоровительном лагере)
практики

в оздоровительном лагере «*Название лагеря*»

с ____ . по ____ .20 ____ г.

(сроки практики)

студент 3курса, группы « ____ »

Ф.И.О.

руководитель практики

Сурков С.А.

20____

Приложение 2

Форма плана проведения спортивно-массовых мероприятий на смену

п/п	Название мероприятия	Сроки проведения

Приложение 3

Форма индивидуального плана работы

п/п	Содержание	Отметка о выполнении

Приложение 4

Форма дневника работы практиканта

Дата	Содержание деятельности

Приложение 5

Основные пункты ПОЛОЖЕНИЯ о соревнованиях

1. Цель и задачи соревнования.
2. Сроки и место проведения
3. Руководство соревнованиями.
4. Участники соревнований.
5. Программа соревнований.
6. Определение победителей.
7. Награждения победителей.
8. Форма заявки.

Приложение 6

ОТЧЕТ

о проведении соревнований по _____ « ___ » _____

1. Общее количество команд _____
из них: мальчиков (юношей) ____
девочек (девушек) ____
2. Результаты соревнований _____
3. Дисциплина участников _____
4. Общее заключение главного судьи по проведенному соревнованию:

Подпись главного судьи

ОТЧЕТ

о прохождении производственной практики в детском оздоровительном лагере « _____ название лагеря _____ »

студента-практиканта _____

III курса группы « _____ » факультета физического воспитания, работавшего в должности « указать занимаемую должность ».

Место и сроки (смена № _____ проходила с _____ до _____ 20__ г.) прохождения

практики (если практика проходила не в загородном детском оздоровительном лагере, указать точный адрес; район, город, школа №).

Общая характеристика лагеря: (администрация ДОЛ, директор, старший вожатый (воспитатель), общее количество детей в лагере, отрядов).

Отряд №, количество детей в отряде, девочки, мальчики, всего: (для студентов, работавших вожатыми).

Характеристика спортивной базы лагеря: (наличие стадиона, спортивных площадок, условий для проведения купания детей, акватория водоема и т. д.).

Характеристика спортивного инвентаря: (наличие инвентаря; его количество; инвентарь, используемый отрядами, его количество; спасательный инвентарь; достаточно ли было инвентаря для проведения спортивно-массовых мероприятий).

Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий в ДОЛ: (указать все соревнования, проводимые в рамках спартакиады лагеря (малых олимпийских игр), другие виды соревнований, проводимые практикантом в лагере, обязательно указывать сроки проведения, количество участников, итоги).

Организация и проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня (утренняя гигиеническая гимнастика, солнечные и воздушные ванны, купание; с участием каких отрядов и как регулярно они проводились, количество детей, принимавших участие; особенно подробно остановиться на организации купания; необходимо указать количество детей, не умеющих плавать, результаты обучения плаванию).

Организация и проведение других оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий (указать мероприятия, дать им краткую характеристику с указанием сроков проведения, количества участников: туристический поход, матчевые встречи, праздник «Нептун» и др.)

Организация и проведение спортивно-массовой и оздоровительной работы в отряде (заполняется практикантами, работающими в лагере в

качестве вожатых или воспитателей).

Организация, проведение и участие в воспитательных мероприятиях (указать мероприятия, дать им краткую характеристику с указанием сроков проведения, количества участников; особое внимание уделить мероприятиям, направленным на формирование здорового образа жизни).

Примечание. В случае невыполнения одного из разделов педагогической практики необходимо указать причины.

Приложение 8

ХАРАКТЕРИСТИКА

на _____ студента 3-го курса факультета физического воспитания, проходившего практику в «название лагеря» в период с «__» по «__» ____ 20__ г. в качестве _____

1. Умение профессионально и грамотно составлять документы планирования.
2. Участие в общественной жизни лагеря (подготовка и проведение открытия-закрытия лагерной смены и др.)
3. Организация спортивно-массовой, воспитательной и оздоровительной работу.
4. Умение организовывать, проводить и судить соревнования.
5. Творческий подход к работе и процессу общения с детьми.
6. Отношение к практике.
7. Уровень подготовленности студента как будущего педагога.
8. Итоговая оценка, полученная за практику.

Подпись директора (начальника лагеря) _____ Ф.И.О.

Подпись старшего воспитателя _____ Ф.И.О.