



Миколаївський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти
Лабораторія виховної роботи та захисту
прав дитини

ВІДПОЧИВАЄМО ВЕСЕЛО ТА У БЕЗПЕЦІ

*(збірка матеріалів на допомогу педагогічним працівникам
оздоровчих таборів)*



Миколаїв

УДК 371.2(083)
ББК (74.200.58)

Упорядники: *О. Д. Пучкова*, завідувач лабораторії виховної роботи та захисту прав дитини Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти;

А. І. Тюпа, методист лабораторії виховної роботи та захисту прав дитини Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти;

Л. О. Малашенко, методист лабораторії виховної роботи та захисту прав дитини Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти

С. О., Ватралик, методист лабораторії виховної роботи та захисту прав дитини Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти

Рецензенти:

Відповідальна А. М. Старєва, кандидат педагогічних наук,
за випуск: доцент, директор Миколаївського обласного
інституту післядипломної педагогічної освіти

Рекомендовано науково-методичною радою Миколаївського
обласного інституту післядипломної педагогічної освіти, протокол
від 18.04.13 № 2.

У збірці матеріалів подано орієнтовні варіанти заходів,
інструкції з охорони праці та безпеки життєдіяльності для
педагогічних працівників та учнів під час відпочинку.

Збірка допоможе педагогічним працівникам обрати орієнтовні
заходи для учнів під час відпочинку учнів у оздоровчих таборів,
оптимальний зміст, форми і методи проведення занять та заходів,
сприятиме залученню педагогічних працівників до пошуку
активних форм діяльності учнів.

Відпочиваємо весело і у безпеці. Збірка матеріалів на допомогу
педагогічним працівникам оздоровчого табору/Упорядники
Пучкова О. Д., Тюпа А. І., Малашенко Л. О., Ватралик О.С. –
Миколаїв: МОШПО, 2013. – с.

Лабораторія виховної роботи та захисту прав дитини
Лабораторія редагування та видавничої діяльності Миколаївського
обласного інституту післядипломної педагогічної освіти 2013

Миколаївський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти
Лабораторія виховної роботи та захисту прав дитини

Відпочиваємо весело та у безпеці
*(збірка матеріалів на допомогу
педагогічним працівникам оздоровчого табору)*

Літературний редактор:
Комп'ютерний набір, технічна верстка:

Папір офсетний. Друк на різнографі
Формат 60x84/16
Умовно-друкованих арк. –
Обліково-видавничих арк. –
Гарнітура шкільна

Тираж
Замовлення №

Адреса редакції:
**вул. Адміральська, 4-а,
м. Миколаїв, 54001**
Тел./факс 37-85-89
e-mail:resource@moippo.mk.ua
e-mail:moippo@rambler.ru

Зміст

Вступ	
Організація методичної роботи в дитячому оздоровчому закладі	
Фізкультурно-спортивна робота в літньому оздоровчому таборі.....	
Організація ігрової діяльності в умовах оздоровчого закладу	
Організація дозвілля дітей <i>(на допомогу інструктору з фізичної культури в літньому оздоровчому таборі)</i>	
Орієнтовні інструкції з охорони праці та безпеки життєдіяльності для дитячого оздоровчого табору	
Література.....	

Вступ

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

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

Відповідно Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу в установах освіти, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України 01.08.01 № 563, організація роботи з охорони праці покладається на керівників оздоровчого закладу. Важливою ланкою цієї роботи є створення безпечних умов навчально-виховного процесу. Згідно із даним Положенням та з метою забезпечення безпечних умов на відпочинку у таборі вихователі зобов'язані проводити первинний інструктаж з учнями на початку відпочинку, перед виконанням кожного спортивного свята. Даний посібник містить інструкції з безпеки життєдіяльності для учнів під час відпочинку на природі, з безпеки дорожнього руху, пожежної безпеки, поведіння на воді, правил поведіння зі свійськими тваринами, правил поведінки на транспорті, отруєння грибами, з безпеки життєдіяльності щодо профілактики захворювань. Інструкції розроблені згідно вимог Положення про розробку інструкцій з охорони праці, затвердженого наказом Держнаглядохоронпраці від 29 січня 1998 року № 9.

I. Організація методичної роботи в оздоровчому закладі

Велика літня перерва у школярів – це період зміцнення їхнього здоров'я, пізнання цікавого, нових знайомств та пригод; це

пора морального загартування, духовного збагачення, пора яскравих вражень, творчості, активного пізнання світу та себе в ньому.

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

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

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

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

- забезпечувати на практиці єдність мети і завдань, змісту форм виховної роботи;
- враховувати своєрідність роботи загонів і дружин;
- підтримувати ініціативу вихованців.

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

Вимоги до плану:

- суспільно-корисна спрямованість, єдність із сучасністю;
- необхідність чітких, конкретних, практичних справ, підпорядкованих визначеній меті;
- послідовність, конкретність плану;
- врахування вікових особливостей.

Перспективний план роботи складається на всі зміни начальником табору разом із методистом, заступником та іншими членами педагогічного колективу. Він обговорюється і затверджується педагогічною радою до заїзду дітей у табір.

Перспективний план може включати такі розділи:

- характеристика регіону, що оточує табір, його матеріальної бази, виховні завдання, зміст виховної діяльності табору і його основні напрями;

- національне виховання, організація суспільно-корисної праці і трудове виховання, розвиток допитливості та пізнавальної активності, естетичне виховання і розвиток культури спілкування, фізичне виховання і валеологічна, туристична й екологічна робота, організаційно-методична роботи, школа дитячого самоврядування в умовах табору тощо.

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

Календарний план табору має, як правило, три розділи: загальнотабірні справи, робота з проведення заходів у загонах, оздоровлення. У додатках до плану подається розклад фізкультурних занять робочих гуртків, клубів, секцій, фіксуються дні чергування загонів. На основі цього плану складається план-

сітка роботи табору на кожну зміну, який вивішують на видному місці для загального огляду.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

У період планування слід враховувати, що особливої уваги і піклування потребують наймолодші школярі. Тому до плану роботи необхідно внести ігри, конкурси, змагання для молодших дітей. Рада загону розглядає пропозиції дітей, вожатого, вихователя

і найцікавіші з них включає до проекту календарного плану. До нього вносяться і загальнотабірні заходи.

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

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

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

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

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

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

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

Ланка не складає спеціального плану роботи, але у ланкового має бути робочий зошит, де він записує завдання ланці від ради загону і веде облік виконаних справ. Ланка будує свою роботу, враховуючи план загону, а також побажання та інтереси дітей.

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

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

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

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

Фізкультурний і музичний керівники, лікар, керівники гуртків мають особисті плани роботи. Окремий план роботи складає вожатий (*вихователь*) загону.

Вожатий веде «Педагогічний щоденник», в якому відображаються результати спостережень за дітьми, їх взаємовідносинами. «Педагогічний щоденник» – це результат творчості вожатого, його роздумів. Він не лише допомагає організувати час, а й учить, як аналізувати свою роботу.

Водночас щоденник – це і робочий документ, в якому вожатий аналізує кожний прожитий день, робить висновки, узагальнення, накреслює план на перспективу. Щоденник допомагає фіксувати найбільш цікаві сторінки життя загону, бачити дитячий колектив, його радощі та перемоги, розчарування і пошук, і є звітним документом, де узагальнено всю денну діяльність загону. Щоденник заповнюється за встановленою формою, що полегшує аналіз змісту роботи із загonom.

Рекомендується така форма записів:

1. Назва табору, загону. Черговість зміни. Прізвище, ім'я вожатого. Дата (*рік, місяць, число*) початку і кінця зміни.

2. Список вихованців і необхідні дані про кожного з них (*дата, місяць і рік народження, у який клас перейшов, дані про батьків, домашня адреса, телефон, в яких секціях, гуртках хотів би займатися, чи вміє плавати, який рік у таборі, примітки*). Список дітей із послабленим станом здоров'я і рекомендації лікаря.

3. Режим дня табору.

4. Портрет дитячого літа (*традиційні. свята країни, визначні дати, події, що відбуваються у країні і за кордоном, традиційні справи дітей табору*).

5. Організаційна сторінка: назва загону, девіз, промовка, загонова пісня, рада загону і доручення у загоні, списки дітей за ланками.

6. Педагогічна характеристика загону у розвитку (*на початку зміни і в кінці дня*), в якій фіксуються вікові та індивідуальні особливості, вихованців, ставлення до товаришів, ровесників, колективу, їх уміння в різних видах діяльності, організаторські здібності, зміни, що відбулись у формуванні якостей особистості.

7. «План-сітка» роботи загону і коротка пояснювальна записка до нього.

8. «День за днем» – щоденні записи вожатого. Для зручності ведення запису пропонуємо заповнити сторінки так: путівка дня, діяльність вожатого (*власний план роботи на день*), аналіз, висновки, роздуми (*аналіз колективних творчих справ, пропозиції і думки дітей, як вдалося вирішити поставлені завдання, настрій дітей у загоні, їхня активність, хто відзначився під час проведення різних справ, на кого слід звернути увагу, роздуми на майбутнє*).

На основі матеріалів педагогічного щоденника вожатий пише звіт за зміну, в якому аналізуються етапи і кінцевий результат роботи, дається оцінка своєї педагогічної діяльності, шляхи поліпшення роботи.

Спрямовуючи весь комплекс виховних заходів на розвиток громадських якостей особистості, виховання у дітей любові до Батьківщини, українського народу, в оздоровчих таборах реалізуються такі програми виховання дітей:

1. Діагностико-прогностичний напрям «Пізнай себе»:

- особистісно-рольова гра «Як я діятиму в такій ситуації»;
- бесіда «На порядку денному – твій характер»;
- відверта розмова із собою «Я власними очима».

2. Національно-патріотичний напрям «Я – громадянин своєї держави»:

- бесіди «Мій край - моя історія жива», «Козацькі звичаї», «Мова – це серце народу»;
- свято рідної мови «Диво калинове»;
- конкурс дитячого малюнку на асфальті «Ми живемо в Україні»;
- конкурс-вікторина «Що знаєш ти про Україну»;
- поле чудес «Історія мого міста»;
- заочна подорож до столиці України.

3. Краєзнавчий напрям «Барви рідного краю»:

- виставка-конкурс малюнків «Барви рідного краю», «Люблю тебе, мій рідний край»;
- свято легенд рідного краю;
- гра «Лікарські рослини мого краю»;
- екскурсія до краєзнавчого музею нашого міста;
- відвідування шкільної бібліотечної тематичної виставки «Література рідного краю».

4. Естетичний напрям «Для порятунку нації – краса»:

- турнір знавців хороших манер;
- день іменинника;
- виставка м'якої іграшки;
- конкурс читців української поезії;
- конкурс-виставка «Природа і фантазія».

5. Екологічний напрям «Краса і біль України»:

- бесіда «Природа навколо нас»;
- туристичний похід «Юні санітари лісу»;
- трудовий десант;
- день екологічного виховання;
- конкурс екологічного плаката на асфальті «Бережімо планету»!

6. Фізичний розвиток та досконалість особистості «Якщо хочеш бути здоровим»:

- чемпіонат із шахів і шашок;
- козацькі забави;
- ігри «Веселі старти»;
- бесіда «Сонце, повітря і вода – наші найкращі друзі»;
- змагання «Дужі, сміливі, спритні».

З метою розвитку і сприймання прекрасного у природі, мистецтві, стосунках між дітьми в літніх оздоровчих таборах працюють творчі майстерні, клуби та гуртки за інтересами, які не тільки об'єднували б дітей, а й давали їм можливість спробувати сили в певній справі та виявити творчі нахили особистості.

У переважній більшості пришкільних оздоровчих таборів працювали такі творчі майстерні та клуби за інтересами:

- творча майстерня «Природа і фантазія» *(розвиток творчої фантазії, образного мислення, художнього смаку через роботу з природним матеріалом)*;

- «Хореографічна майстерня» (естетичне виховання, зміцнення здоров'я та фізичний розвиток через залучення до мистецтва танцю);
- творча майстерня «Пісенна» (за словами керівника майстерні, пісня відкриває нові грані творчої душі українського народу, в пісні перед дитиною постає ненька-Україна);
- «Художня майстерня» (залучення дітей до світу краси, до скарбів художньої літератури через образотворче мистецтво);
- клуб «Пізнай себе» (покращення психічного здоров'я дітей, сприяння розкриттю творчого та інтелектуального потенціалу дитини, їхньому самоствердженню і самовдосконаленню);
- клуб «Що? Де? Коли?» (інтелектуальний розвиток особистостей дітей);
- клуб «Біла ладдя» (розвиток логічного мислення, пам'яті, уваги, спостережливості, творчого уявлення через гру в шахи);
- клуб «Веселий м'яч» (фізичний розвиток дітей через участь у спортивних іграх).

Зауважимо, що в роботі творчих майстерень і клубів за інтересами брали участь діти різних вікових категорій, тому вся робота проходила диференційовано.

Піклування про хороший емоційний стан вихованців, створення комфортних психологічних умов перебування дітей в оздоровчому таборі – були головною турботою педагогів під час організації літнього оздоровлення школярів. Традиційним для літніх таборів стало використання календарів дитячого настрою як найпростішого засобу моніторингу дитячої думки щодо табірної життя.

Приходячи в табір, дитина визначає свій настрій, малюючи в календарі навпроти свого прізвища сонечко чи хмаринку. Таку саму відмітку вона робить, коли йде додому.

Поява хмаринок у календарі настрою неодмінно турбувала вихователів.

У районному дитячому оздоровчому таборі з метою вивчення думки дітей про проведені виховні заходи використовується «Стіна довіри», на якій вихованці табору діляться своїми враженнями про свято, що відбулося, своїми сподіваннями, вносять пропозиції щодо

покращення табірної життя. Така форма роботи, безумовно, сприяє створенню комфортних умов для перебування дітей у таборі.

З огляду на те, що психічне здоров'я – така ж важлива сфера здоров'я людини, як і фізична, соціальна, духовна, турбота про позитивний емоційний стан вихованців також сприяє вирішенню завдань оздоровлення дітей у літній період.

II. Фізкультурно-спортивна робота у літньому оздоровчому таборі

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

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

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

Мета фізкультурно-спортивної роботи:

- сприяння нормальному розвитку і загартуванню дітей;

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

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

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

Фізкультурно-спортивна робота в дитячому таборі це:

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



Плавання та купання - проводиться під керівництвом інструктора з плавання, медичних працівників, рятувальних служб із дозволу начальника табору. На початку організації купання дітей у водоймищі (*річці, озері, морі*) слід перевірити, чи вміють діти плавати. Виділити окремо дітей, які добре плавають, у другу групу - які вміють триматися на воді й мають певні навички плавання, і в третю групу - які зовсім не вміють плавати і навіть бояться води. Ці дані мають бути в кожному загоні.



Керівники табору ознайомлюють вихователів із правилами купання дітей, поведінкою на воді (*з ними проводяться окремі теоретичні та практичні заняття*). Під час купання і занять із плавання вожаті допомагають інструкторові з плавання, слідкують за дотриманням дітьми загону правил поведінки на воді й разом з інструктором із плавання несуть відповідальність за збереження життя і здоров'я дітей.

Групові та загоніві справи - прогулянки, ігри на місцевості, спортивні вікторини. Цю роботу слід розпочинати з першого дня заїзду дітей у табір. Вожатий і вихователь шляхом анкетування, опитування дітей і бесід із лікарем ознайомлюються з рівнем фізичного розвитку й інтересами дітей. Під час бесід ознайомлюють дітей з умовами табірної спартакіади, правилами судійства змагань. У загоновому куточку виділяється рубрика «Спорт у загоні», «Олімпійські резерви», «Сильні, спритні,

сміливі», план спортивних змагань на зміну, таблиці загонових змагань. Значну роль у залученні дітей до систематичних занять спортом відіграє особистий приклад вожатого та вихователя. Вожаті дитячого загону, спільно з вихователем і фізруком, проводять внутрішньозагонові змагання, рухливі та спортивні ігри між окремими групами загону, комплектують команди для участі у загальнотабірних змаганнях, надають допомогу плавкерівнику в навчанні дітей плаванню. Вожатий і вихователь спільно з медичними працівниками організують у загоні зарядку, а також інші заходи, спрямовані на оздоровлення дітей.

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

Комплекс рухливих ігор для дітей 10-12 років

СТАРТИ «ЗВІРЯТ»

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

ПІНГВІНИ З М'ЯЧЕМ

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

ПОВІТРЯНИЙ МІСТ

Команди шикуються колонами за ростом (*спереду найменші*) паралельно одна одній. На відстані від них малюють лінію, до якої виходять капітани команд із волейбольними м'ячами у руках. За

сигналом кожний капітан кидає м'яч першому гравцю своєї команди, той ловить його, а потім швидко повертає назад і присідає. М'яч від капітана летить до другого гравця, який робить те саме і т.д. Гра закінчується, коли останній гравець передає м'яч капітану, той піднімає його вгору. Гру повторюють 2-3 рази. Якщо м'яч упав на землю, його можна підняти і продовжити гру. Виграє та команда, яка швидше побудує «повітряний міст».

ЕСТАФЕТИ-ПАРОВОЗИКИ

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

Комплекс рухливих ігор для дітей 13—14 років

КАНАТ

Команди розташовуються на протилежних сторонах майданчика за лініями. Перпендикулярно до середньої лінії кладуть канат довжиною 4-6 м. За сигналом гравці біжать до каната, щоб заволодіти ним і перетягти на свою сторону. Це нелегко, оскільки суперник намагається зробити те саме. У боротьбі виграє найбільш спритна команда. Гру проводять із різних вихідних положень: стоячи спиною до каната, сидячи по-турецьки. За однакових результатів надається третя спроба.

ПЕРЕПРАВА В ОБРУЧАХ

Команди вишикувані в колону по одному. Перед стартовою лінією в руках у направляючого гімнастичний обруч. За сигналом обруч накладають на пояс два перших гравці і швидко перебігають на протилежний бік майданчика - дистанція до 10-15 м. Перший номер залишається за фінішною лінією, а другий, не знімаючи обруча, швидко повертається назад і повторює завдання з третім номером, потім він сам залишається на протилежному березі, а переправу робить третій номер і т.д. Виграє команда, яка перша закінчила переправу.

ПРИНЕСИ М'ЯЧ

Команди вишикувані в колону по одному чи в шеренгу перед стартовою лінією. На протилежному боці майданчика напроти

кожної команди лежить коробка з іншими м'ячами — у кількості, що, відповідає кількості гравців у команді. За сигналом перший номер біжить до коробки, бере один м'яч і бігом повертається назад на своє місце, хлопаючи по плечу наступного учасника, другий номер повторює те саме і т.д. Естафета закінчується тоді, коли принесе свій м'яч і стане в колону останній гравець.

БАР'ЄРНИЙ БІГ

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

СНАЙПЕРИ

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

Естафети з елементами спортивних ігор

М'ЯЧ У КІЛЬЦЕ

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

БАСКЕТБОЛЬНИЙ СЛАЛОМ

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

спроб не обмежене) учасник перекидає м'яч назад іншому номеру, а сам повертається до команди.

ШАЙБУ!

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

Естафети з колективними діями

ХТО ШВИДШЕ?

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

ПАРНІ ГОНКИ

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

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

СОРОКОНІЖКИ

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

Естафети комічного характеру

КАРАКАТИЦЯ

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

РОЗСИПАВ - ЗБЕРИ

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

Орієнтовні інструкції з охорони праці та безпеки життєдіяльності для дитячого оздоровчого табору

Інструкція з безпеки життєдіяльності № 1

ПРОФІЛАКТИКА ОТРУСНЬ ГРИБАМИ



Гриби – цінні продукти харчування, мають добрі смакові властивості. За поживними якостями вони близькі до овочів. Гриби багаті на білки (значно їх більше, ніж в овочах), до того ж вони містять усі незамінні амінокислоти (за винятком цистину). Тому їх ще називають «лісним м'ясом». Так, у 100г їстівної частини білих грибів міститься 3,7г білків, підберезовиків - відповідно 2,3г, опеньок - 2,2г, лисичок — 1,6г,

маслюків - 0,7г тощо. Жири грибів добре засвоюються (до 95%), в їх складі є такі важливі та необхідні для організму компоненти, як фосфоліпиди, зокрема лецитин. Подібно до рослин гриби містять вітаміни А, В, В₂, РР, С, Д тощо. Спектр мінеральних речовин грибів надзвичайно різноманітний. За їх вмістом вони не поступаються не тільки овочам, а навіть багатьом фруктам. Гриби містять калій, натрій, мідь, цинк, залізо, йод, марганець та інші необхідні для життєдіяльності людини елементи. Так, 10 г опеньків задовольняють добову потребу організму людини в цинку та міді, які відіграють важливу роль у кровотворенні. Фосфору і кальцію в грибах майже стільки, скільки в рибі.

У країні виявлено 80 потенційно отруйних грибів, із них 10 видів – смертельні та отруйні.

Найбільше отруйних грибів розвивається в осінній період (серпень – жовтень), а в умовах теплої затяжної осені – навіть до середини листопада. На них можна натрапити не тільки в лісі, а й у парку, саду, полі, на луках, у садибі.

Майже всі тяжкі та смертельні випадки отруєння грибами є результатом однієї помилки – збирання та вживання в їжу блідої поганки, замість схожих на неї їстівних грибів. Розрізняють у неї 3 види: зелену, жовту і білу. На Україні вони ростуть повсюди з липня до жовтня у листяних та змішаних лісах (особливо з домішками дубу, берези, буку). Усі частини блідої поганки надзвичайно отруйні: шапинка, ніжка, шкірка. Навіть її спори не є винятком: вони також дуже небезпечні для здоров'я. Спори з вітром можуть потрапити на рослини та гриби, що ростуть поблизу. Тому слід завжди дотримуватись правила: не збирати ягоди, гриби та інше, які ростуть поряд чи неподалік від поганки. **Жоден вид кулінарної обробки не звільняє її від отруйних речовин.** Тривалість зберігання теж не руйнує токсинів блідої поганки. Особливо отруйні сирі гриби.

Значну небезпеку для здоров'я представляє свинушка (товста або тонка), яку до цього часу багато людей вважають за їстівний гриб. Давно відомо, що цей гриб містить деякі токсини, зокрема гемолізін і гемаглютинин. Оскільки вони інактивуються при тепловій кулінарній обробці, гриб вважався умовно їстівним, придатним, правда, тільки після відварювання. Нещодавно було встановлено, що свинушка здатна утворювати ще одну отруйну речовину типу мускарину, яка не руйнується при тепловій обробці. У неї також найдена специфічна речовина, накопичення якої в організмі людини призводить до тяжкого захворювання крові. Крім цього, свинушці більшою мірою, ніж іншим грибам, притаманна властивість вбирати в себе токсичні сполуки важких металів, зокрема свинцю, ртуті, кадмію тощо, що містяться у вихлопних газах автотранспорту, відходах багатьох виробництв, які забруднюють навколишнє середовище. Токсичність гриба доведена й тим, що, вже зареєстровано багато випадків, коли часті (не епізодичні) вживання свинушок призводили до отруєнь, іноді зі смертельним кінцем. При цьому отруєння може наступити через невизначений час (від декількох годин до 2 – 5 років). Таким чином, цей гриб зараз віднесений до отруйних.

Слід пам'ятати, що іноді навіть їстівні гриби можуть стати причиною отруєння. По-перше, це буває у тих випадках, коли збирають та вживають гриби старі, перезрілі або після тривалого зберігання.

Збирати можна лише ті гриби, які людина дуже добре знає «в обличчя». Тим більше, що досі не існує надійних, швидких та простих способів визначення отруйності чи їстівності грибів. Ось чому ні в якому разі не можна довіряти існуючим небезпечним забобонам щодо них, зокрема:

1.«Всі їстівні гриби мають приємний смак». Твердження невірне і може призвести до трагічних наслідків. Так, бліда поганка має добрий присмак без будь-яких неприємних особливостей. Те ж саме характерно й для мухомора червоного.

2.«Отруйні гриби обов'язково повинні мати неприємний запах, а їстівні - приємний». Смертельно отруйна бліда поганка та червоний мухомор, особливо молоді екземпляри, мають досить приємний запах. Більш того, запах блідої поганки нагадує запах печериць. Лише деяким отруйним грибам (мухомор білий вонючий) властивий неприємний запах.

3.«Всі гриби у молодому віці їстівні». Бліда поганка однаковою мірою смертельно отруйна як у молодому, так і в зрілому віці.

4.«Личинки комах і слимаки не їдять отруйних грибів. Тому червиві гриби можна вживати в їжу без побоювання». Насправді, як слимаки, так і личинки комах їдять навіть сильно отруйні гриби.

Щоб запобігти отруєнню грибами, при їх збиранні необхідно дотримуватися таких правил:

- не збирати невідомих, зовсім незнаних грибів. Збирати тільки ті гриби, про які точно відомо, що вони їстівні;
- якщо немає впевненості в доброякісності зібраних грибів, їх необхідно перевірити за допомогою більш досвідчених осіб (батьків, сусідів тощо). Однак при цьому слід враховувати, що в кошику, особливо якщо замість нього використовується торбинка, гриби мнутья, шапинки можуть відокремлюватися від ніжок. Таким чином, втрачається можливість правильно визначити приналежність грибів;
- у підозрілих та малознайомих грибах слід звертати увагу на колір шапинки, пластинок, м'якуша, наявність кільця на ніжці та піхви біля її основи, а також на запах гриба;
- ніколи не збирати гриби, які в основі ніжки мають бульбовидне потовщення, а її кінець обгорнутий яйцеподібною піхвою, що є характерними ознаками блідої поганки;

- при збиранні печериць та сиріжок гриби слід обов'язково виривати, а не зрізати, щоб мати можливість візуально оцінити все плодове тіло гриба, особливо нижній кінець ніжки. Хоча при вириванні їстівного гриба руйнується його відтворювальна частина - грибниця, однак цінність гриба та людського життя чи здоров'я - речі непорівняні. При вириванні печериць нижній кінець ніжки буде закруглений, із залишками ґрунту. У сиріжки нижній кінець ніжки буде закругленим, як колодочка ножа, гладеньким і чистим, з невеликим місцем відриву в центрі;
- при збиранні печериць слід також звертати увагу на колір пластинок, які знаходяться на нижній поверхні шапинки. Не можна вживати в їжу печериці, що мають пластинки білого кольору, бо в блідої поганки вони тільки такого кольору. У справжніх печериць пластинки швидко рожевіють і з часом потім темніють;
- наявність обідка вінчика не є обов'язковою відмінною ознакою блідої поганки. Посушливого літа, наприклад, в таких умовах у неї може зникати ця характеристика для неї ознака. Тоді за зовнішнім виглядом (коли шапинки та пластинки) вона дуже схожа на сиріжку зелену, зеленкувату, тощо.

Поряд з цим гриби необхідно збирати в екологічно чистих місцях. Вони «чистильники лісу», бо всмоктують в себе вологу (всякий гриб — це майже 90% води), а разом з нею і весь набір екологічних нечистот та шкідливих речовин, які містяться в ґрунті лісу. В першу чергу це стосується важких металів — свинцю, ртуті, міді, кадмія, радіонуклідів. Ось чому доцільно напередодні «грибного полювання» ознайомитися з картою радіаційного стану місцевості та визначити на ній можливість збирання грибів в намічених місцях Крім того, навіть у тих районах, де забрудненість радіонуклідами визнана незначною та збір дарів лісу не заборонено, придатність зібраних грибів до споживання доцільно кожного разу піддавати радіаційному контролю.

Отруєння грибами проявляється по-різному в залежності від того, яким грибом спричинено захворювання. Наслідки отруєння залежать, крім виду гриба, також від стану здоров'я постраждалого, кількості з'їдених грибів. Найбільш тяжко переносять грибні отруєння діти, тому серед них найчастіше спостерігаються випадки зі смертельним кінцем.

За характером дії на людину отруйні гриби поділяються на три групи: переважної дії на шлунково-кишковий тракт (печериця отруйна, опеньки сірчано-жовтий та цегляно-оранжевий несправжні), нервову систему (мухомори червоний та пантеровий, іноцибе Патуйяра) та печінку і нирки (бліда поганка та її різновиди, павутинок оранжево-червоний, гриб зонтик цегляно-сіро-червоний).

Гриби переважної дії на кишково-шлунковий тракт здебільшого викликають легкі форми отруєння, які проявляються через 0,5—2 години після їх споживання: нудотою, блюванням, болями у животі, проносом, іноді непритомністю. Одужання настає через 1-2 дні від початку захворювання. Гриби, які переважно діють на нервову систему, викликають більш тяжкі отруєння. Симптоми захворювання з'являються через 0,5—4 години після вживання грибів: сильна нудота, блювання, пронос, втрата свідомості, галюцинації, сильна слино- та сльозотеча, запаморочення, порушення свідомості, марення. Зіниці розширені, хода п'яної людини. Переважно потерпілі одужують через 1-3 дні. Смертельні випадки трапляються рідко: до 2,5% від постраждалих. Найбільш тяжкі випадки отруєння пов'язані з грибами, які переважно діють на печінку та нирки. Симптоми отруєння спотерігаються через 6-48 годин (2-17 днів — при авутиннику оранжево-червоному) після вживання грибів в їжу і дуже схожі захворювання холерою: нудота, блювання, сильні болі в животі, пронос олероподібного типу. Випорожнення спочатку жовтого або глинисто-еленого кольору, потім стають слизоводянистими, без запаху. Відмічається слабкість, спрага, падіння кров'яного тиску, судоми, знепритомнення, марення, можлива поява жовтяниці тощо. Якщо хворий одужає, то не раніше як через 3-4 тижні й навіть кілька місяців. До цього у постраждалих часто розвиваються хронічні захворювання печінки (хронічний гепатит) та нирок (хронічний нефрит).

Врятування життя постраждалих багато в чому залежить від своєчасного надання їм долікарської допомоги. Що треба робити при появі перших ознак отруєння грибами? В такому випадку необхідно негайно звернутися до лікаря або викликати «Швидку медичну допомогу». Одночасно, не чекаючи їх прибуття, хворого слід покласти в ліжку та промити йому шлунок: дати випити 4-5 стаканів перевареної води кімнатної температури або содового розчину (1 чайна ложка соди на 1 стакан води), або слабого

марганцевого розчину (блідо-рожевого кольору). Після цього викликати блювоту введенням у рот зворотного кінця ложки (або пальця) на корінь язика. Процедуру слід повторювати до тих пір, поки промивні води не стануть чистими. Після цього доцільно постраждалого напоїти прохолодним міцним чаєм, кавою або молоком. Приймати будь-які ліки та їжу, а більше того алкогольні напої забороняється, бо це може прискорити всмоктування токсинів грибів у кишечнику.

ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:

- будь-що їсти, вживати будь-які ліки чи алкогольні напої, молоко (це може прискорити всмоктування токсинів грибів у кишечнику);
- займатися самолікуванням;
- блювання не можна виконати, якщо постраждалий: перебуває без
- свідомості чи у стані судом; вагітна жінка; має захворювання серця.

ЗАГАЛЬНИХ НАДІЙНИХ СПОСОБІВ РОЗПІЗНАВАННЯ ОТРУЙНИХ ГРИБІВ НЕМАЄ. ПРИ ЇХ ЗБИРАННІ, НАВІТЬ ЗА НАЯВНОСТІ ПЕВНИХ ЗНАНЬ І ДОСВІДУ, ЗАВЖДИ НЕОБХІДНО СУВОРО ДОТРИМУВАТИСЯ ОСНОВНИХ ПРАВИЛ!

Правила поведінки на природі

Якщо ти заблукав

- Зупинись, озирнись навкруги, прислухайся до звуків (виходити необхідно на звуки та шум).
- Запам'ятай зони прослухування:
 - ✓ шум потяга10 км;
 - ✓ паровозний гудок10 км;
 - ✓ автомобільний сигнал2-3 км;
 - ✓ гавкіт собак, ржання коня2 - 3 км;
 - ✓ крик людини1-1,5 км;
 - ✓ шум вантажівки0,5-1,5 км
- Визнач скільки часу ти рухався, згадай свій шлях.
- Шукай доріжку, дорогу, струмок, річку – вони виведуть до житла.
- При виході на доріжку, дорогу рухайся по напрямленню слідів, при виході до річки або струмка – вниз за течією.

Якщо ти відстав від групи

- Не сходи з доріжки .
- Зупинись на роздоріжжі та чекай коли за тобою прийдуть.
- Якщо погода погіршилась, розведи вогнище та збудуй тимчасове укриття.

Запам'ятай!

- ✓ На маршруті не можна віддалятися від групи.
- ✓ Не збирай та не куштуй незнайомі тобі ягоди, навіть якщо на вигляд вони апетитні.

Інструкція з безпеки життєдіяльності № 2 ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ НА ВОДІ

Запам'ятай!

- ✓ забороняється купатися в водоймах, які не мають дозволу санепідемстанції;



- ✓ не пірнай у незнайомих місцях;
- ✓ не запливай за буйки;
- ✓ не запливай на місця, де ходять судна, не наближайся до суден;
- ✓ не хапайте один одного за руки та ноги під час ігор у воді;
- ✓ не плавай на надувних матрасах або камерах на глибині;
- ✓ тим, хто не вміє плавати, купатися тільки в спеціально обладнаних місцях глибиною не більше 1,2м.

При користуванні човна (катамараном, водним велосипедом) **забороняється:**

- ✓ відпливати далеко від берега;
- ✓ вставати, переходити та розкачуватися в човні;
- ✓ пірнати з човна;
- ✓ залазити в човен через борт;

Якщо людина тоне

- відразу звучно крикни на допомогу: «Людина тоне»!
- попроси когось на березі визвати рятувальників та «швидко допомогу»;
- кинь утопаючому рятувальний круг, довгу мотузку з вузлом на кінці;
- якщо добре плаваєш, зніми одяг та взуття і, пливучи, доберись до утопаючого;
- підпливай до утопаючого із заду, хапай за шию та волосся і пливи з ним до берега;
- намагайся не дати утопаючому схватити себе;
- після того, як витягнули людину з води необхідно провести всі заходи щодо її оживлення;
- Якщо потерпілий при свідомості, необхідно зняти з нього мокрий одяг, витерти насухо, одягнути в сухий одяг, зігріти

гарячим чаєм. У разі критичного стану зробити штучне дихання, закритий масаж серця.

- якщо утопаючий пішов під воду – запам'ятай орієнтири.

Якщо тонеш ти

- не панікуй;
- зніми з себе зайвий одяг, взуття, кричи, зви на допомогу;
- ляж на спину, розслабся, зроби декілька глибоких вдихів;
- прочисти ніс, проковтни воду, декілька разів зроби вдих – видих;
- якщо зачепився під водою при нирянні – не рвись намагайся звільнитися від того, що тобі мішає;

● **При судомі ноги:**

- ✓ затримай подих та щипни зведену м'язу декілька разів;
- ✓ послаб зведену кінцівку;
- ✓ пливи до берега.

Запам'ятай!

- ✓ під час грози забороняється перебувати поблизу води;
- ✓ Не купайтеся відразу після приймання їжі і великого фізичного перевантаження (гри у футбол, боротьби, бігу тощо). Перерва між прийманням їжі й купанням повинна бути не менше 40-50 хв.
- ✓ У разі вушних захворювань, особливо під час пошкодження барабанної перетинки, не стрибайте у воду головою вниз. Після перенесення захворювань середнього вуха вкладайте у вухо під час купання вату, змащену вазеліном.
- ✓ Не купайтеся під час фізичної недуги та підвищеній температурі.

Інструкція з безпеки життєдіяльності № 3

ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ДОРОЖНЬОГО РУХУ, ПОВЕДІНКА НА ВУЛИЦІ

1. Дії або бездіяльність дорожнього руху та інших осіб не повинні створювати небезпеку чи перешкоду руху.

2. Пішоходи повинні рухатись по тротуарних і пішохідних доріжках, тримаючись правого боку.

3. Водії, пішоходи та пасажирки зобов'язані бути особливо уважними до таких категорій учасників руху як діти, люди похилого віку та особи з явними ознаками інвалідності.

4. За межами населених пунктів пішоходи, які рухаються узбіччям чи краєм проїзної частини дороги, повинні йти на зустріч руху транспортних засобів.

5. Рух організованих груп людей по дорозі дозволяється тільки в напрямку руху транспортних засобів колоною не більше як 4 чоловіки. Попереду і позаду колони на відстані 10-15 м. з лівого боку повинні бути супровідники з червоними прапорцями, а в темну пору доби та в умовах недостатньої видимості із засвіченими ліхтарями: попереду білого кольору, позаду червоного.

6. Організовані групи дітей дозволяється водити тільки по тротуарах і пішохідних доріжках, а коли їх нема – по узбіччю дороги у напрямку руху транспортних засобів, але тільки у світлу пору доби і лише у супроводі дорослих.

7. Пішоходи повинні переходити проїзну частину по пішохідних переходах у тому числі підземних і надземних.

8. У місцях де рух регулюється, пішоходи повинні керуватися сигналами регулювальника або світлофора.

9. Перед виходом на проїзну частину позаду транспортних засобів, що стоять, пішоходи повинні впевнитися у відсутності транспортних засобів, що наближаються.

10. Чекаючи транспортний засіб пішоходи повинні на тротуарах, посадових майданчиках, якщо вони відсутні - на узбіччі. Не створюючи перешкод для дорожнього руху.

11. У разі наближення транспортного засобу з увімкненими проблісковими маячками червоного та синього кольору або спеціальними звуковими сигналами пішоходи повинні

утримуватися від переходу проїзної частини або негайно залишити її.

12. Небезпечність для учасників дорожнього руху:

- виходячи на проїзну частину, не впевнившись у відсутності небезпеки для себе та інших учасників руху;
- раптово виходити, вибігати на проїзну частину, в тому числі на пішохідний перехід;
- допускати самостійний перехід, без нагляду дорослих;
- переходити проїзну частину поза пішохідним переходом забороняється;
- затримуватись і зупинятись на проїзній частині, якщо це не пов'язано із забезпеченням безпеки дорожнього руху.

13. У разі причетності пішохода до дорожньо-транспортної пригоди він повинен подати можливу допомогу потерпілим, записати прізвище та адреси очевидців, повідомити орган чи підрозділ міліції про пригоду.

14. Пішохід має право на перевагу під час переходу проїзної частини позначеними не регульованими пішохідними переходами (зебра та ін.), а також регульованими переходами за наявності на те відповідного сигналу регулювальника чи світлофора.



Інструкція з безпеки життєдіяльності № 4

ПРАВИЛА ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ ТА ПОВЕДІНКИ ПРИ ПОЖЕЖІ У ПОБУТІ



Вимоги пожежної безпеки:

- Не використовуй саморобні електричні пристрої та запобіжники, не користуйся електрошнурками та проводами з порушеною ізоляцією.
- Не вмикай в одну розетку велику кількість користувачів струму, не використовуй несправну апаратуру, не користуйся пошкодженими розетками.
- Не накривай і не обгортай електролампи та світильники папером, тканиною, не користуйся електропрасками, плитками, чайниками без підставок із негорючих матеріалів, не залишай без нагляду ввімкнені електричні пристрої.
- Не захаращуй проходи, коридори, сходові майданчики та евакуаційні люки на балконі меблями та різними матеріалами, не влаштовуй в квартирі майстерню та склад.
- Не залишай без нагляду газові та електро- прилади ввімкненими навіть на короткий час.
- Не грай з сірниками, запальничками, свічками, бенгальськими вогнями, петардами.
- Не залишай без нагляду піч, що горить.
- Зберігай обережність при використанні предметів побутової хімії. Легкозаймисті та горючі рідини зберігай в щільно закритій посуді, подалі від нагрівних приладів.

Порядок дій у разі виникнення пожежі:

- Оціни ситуацію, впевнись в наявності небезпеки та визнач звідки вона виходить.
- Виклич пожежників за тел. **101**.
- Повідом про пожар сусідам, вимкни газ, електроенергію, за можливості закрив вікна та двері.
- Негайно покинь приміщення, йди в сторону, протилежну пожежі.

- Рухайся до виходу, або в сторону не задимленого сходового майданчика.
- Накрийся вологою щільною тканиною (рушником, одягом).
- Дихай через вологу тканину, одяг.
- Рухайся до виходу пригнувшись або повзком – внизу диму менше.

Якщо вийти з приміщення неможливо:

- Повернись і щільно закрій вхідні двері.
- Щілі та вентиляційні отвори затули вологими ганчірками.
- Подавай сигнали рятувникам через вікно шматком яскравої тканини або ліхтарем.
- При задимленні приміщення або підвищенні температури вийди на балкон (лоджію), щільно закрій за собою двері.

При загоранні електроприладів:

- Вимкни живлення (витягни вилку з розетки, або відключи щит).
- Накрий прилад щільною тканиною, або одягом.
- Якщо пожежа посилюється, закрій вікна та двері, покинь приміщення.
- Повідом пожежну частину за тел. **101**.

При загоранні одягу на людині дій таким чином:

- Не давай йому бігати – вогонь розгорається сильніше і може перекинутися на інші предмети.
- Звали людину на землю (на підлогу), гаси одяг, використовуючи щільну тканину, воду, землю, сніг, пісок і т. ін. при цьому залишай голову відкритою.

Як користуватися вогнегасником.

Пінний вогнегасник ОХП-10

- Піднеси вогнегасник до джерела пожежі.
- Прочисти отвір шпилькою чи голкою.
- Підніми рукоятку і відкинь (переверни) її до упору на 180⁰.
- Переверни вогнегасник вверх дном, струси та направ струю на джерело загорання.

ЗАПАМ'ЯТАЙ:

✓ Пінний вогнегасник забороняється використовувати при гасінні електропроводки та електроприладів, які знаходяться під напругою.

Вуглекислотний вогнегасник ОУ-2

- Зірви пломбу, висмикни чеку.
- Направ розпилювач на вогонь.
- Натисни на ричаг.

ЗАПАМ'ЯТАЙ:

✓ При використанні вуглекислотного вогнегасника забороняється тримати його в горизонтальному положенні або перевертати головкою вниз;

✓ Торкатися відкритими частинами тіла до розпилювача;

✓ При загоранні в електроустановках, що знаходяться під напругою підводити розпилювач до них ближче ніж на 1 метр.

ПРАВИЛА ПОВОДЖЕННЯ ПРИ ЗУСТРІЧІ ЗІ СВІЙСЬКИМИ І ДИКИМИ ТВАРИНАМИ

Собака – друг людини. Це справді так. Упродовж тисячоліть він вірно служить людям, виконуючи різноманітні функції: стереже худобу на пасовищах, охороняє обійстя, квартири та цінні об'єкти і споруди, бере участь у військових операціях, допомагає медичним, санітарним та пошуковим заходам, служить поводитирем для незрячих, приходять на допомогу людям у воді та проваллях, тішать своєю присутністю дітей і рятує від самотності одиноких людей. Тому й любимо ми собаку. Часто хочемо і прагнемо погладити його, засвідчивши свої добрі почуття.

І тут нерідко наражаємося на протилежну реакцію пса: він не сприймає нашої ласки, а коли намагаємося силоміць її нав'язати, то вчиняє опір, який може закінчитися тим, що собака покусав людину. Навіть свого господаря.

Чому?! Не треба ніколи забувати, що пес – звір. І хижі! А хижий звір завжди потенційно небезпечний. Навіть якщо він приручений. Бо в його клітинах дремає пам'ять віків, яка застерігає: бійся тих, хто наближається до тебе, бо вони можуть бути дужчими і заподіяти зло; і доганяй та нападай на тих, хто слабший, бо вони можуть стати твоєю здобиччю. Ось це завжди потрібно пам'ятати, маючи справу з собаками. Особливо з великими за розміром. Насамперед із тими, які виховані людьми спеціально для того, щоб нести охоронну службу, брати участь у переслідуванні правопорушників та у військових операціях. А ще при зіткненні з бродячими, так званими нічийними, псами, бо вони можуть бути не тільки агресивними, а й хворими на особливо небезпечні для людей недуги, зокрема і сказ.



Тому, пам'ятаючи, що собака хижий звір і мисливець за своєю природою:

- ✓ Ніколи не втікайте від нього, бо це може спровокувати його погнатися за вами, відчувши у вас здобич;
- ✓ Якщо така собака наздогнав вас, то не кричіть, тим більше не махайте руками або ногами, бо не кожен зможе відбитися від нападу, зате посилить агресивність пса щодо вас;

- ✓ Якби вам страшно не було, не виказуйте цього тварині своїми рухами, діями, навіть очимаб погляд намагайтеся зробити якомога спокійнішим. Та не дивіться пильно і невідривно у вічі псові. По – перше, собаки не люблять лякливих істот, бо це викликає них почуття переваги над вами, а тому й спокусу спробувати свою силу зубами. А по – друге, ваш пильний погляд у вічі, настирливе стеження за рухами примушує пса побачити у вас супротивника, який готується до нападу, тому звір може спробувати випередити можливу атаку ворога та й ухопити самому; Може зробити спробу випередити можливу атаку ворога та й ухопити самому;
- ✓ Якщо хтось хоче погладити чужого пса, поруч із яким перебуває його хазяїн, то обов'язково треба запитати дозволу в нього, водночас дізнавшись, чи пес радо або ж хоч стерпно переносить пестоці чужих людей, і вже тільки після позитивної відповіді можна приласкати собаку. Але погладжувати слід обережно й повільно, спостерігаючи, як пес реагує на ваші доторки: радо, спокійно чи нервує або дратується – в останніх двох випадках слід припинити контакт;
- ✓ Ніколи не намагайтеся нагодувати чужого собаку з рук, бо він може замість подяки вкусити вас; краще покласти чи кинути їжу на відстані;
- ✓ Дуже небезпечно пестити чужих чи бродячих собак – навіть якщо вони не покусають, то можуть заразити хвороботворними паразитами, а то і внести пряму інфекцію;
- ✓ Не варто чіпати навіть свого собак, якщо він спить, - може зі сну вкусити, розлютившись;
- ✓ Не робіть спроби в собаки, знову ж навіть у свого, відібрати корм – і спокійний пес здатен укусити, відстоюючи своє право на їжу, бо то право на життя;
- ✓ Не наближайтеся до великих за розміром собак, особливо це небезпечно для дітей, бо великі потенційно агресивніші – вони відчувають свою силу і завжди націлені помірятися нею будь з ким. До того ж, великих собак найчастіше використовують як сторожових чи бойових і спеціально вчать їх атакувати кожного, хто перетнув певну межу зближення із псом, - фінал може бути трагічний;

- ✓ Ніколи не кричіть на собак, не дражніть їх, навіть коли ті перебувають за парканом – розлючений пес може перескочити і дуже високу загородь та й поквитатися зі своїм кривдником;
- ✓ Якщо сталася біда і пес покусав когось – слід негайно звернутися до лікаря; якщо є можливість, з'ясуйте – пес домашній чи бродячий; у першому випадку треба дізнатися прізвища господаря і дані про пса: прищеплений він від сказу чи ні, чим хворів, чому втік із двору і т.п.; у другому випадку – щеплення проти сказу вам не уникнути, бо ризикувати не варто – це може бути і смертельний ризик;
- ✓ Окреме застереження для людей, які люблять спиртне: краще не вступати у близький контакт із собакою, зокрема намагаючись погладити його, якщо хтось перед цим випив: запах хмелю сприймається псом як чужий і неприємний – і собака може покусати навіть хазяїна;
- ✓ А ще завжди дотримуйтеся доброго і простого правила: після спілкування з будь-яким псом, навіть із вашим домашнім улюбленцем, добрим і ласкавим, обов'язково ретельно вимийте руки з милом – ніколи не знатимете ніяких інфекцій та інвазій. А відтак ще більше любитимете свого пса. Бо собака – таки справді друг людини. Але якщо людина людина розумно і добре поводить із собакою. І навіть усього цього дітей ваших! Обов'язково!!!

Найбільшу небезпеку для домашніх тварин становлять укуси нещеплених собак, кішок, лисиць.

Сказ – невиліковна вірусна хвороба, що передається людині та домашнім тваринам естафетно з природних осередків сказу через укуси та облинення скаженими тваринами – хижакими (лисиця, єтновидними собаками, борсуками, вовками, собаками, кішками, щурами, кажанами, їжаками).

Не залишайте без уваги випадки покусання, подряпання та облинення Вас, інших людей чи тварин тваринами – хижакими, а також звертайте увагу на поведінку тварин – хижаків, нещеплених проти сказу.

На підозру щодо сказу тварин Вас мають налаштувати наступні клінічні ознаки:

- ✓ Хвороба проявляється мінімум через 7 діб після покусання (облинення чи по дряпання), оскільки збудник з місця проникнення рухається по нервовим волокнам до головного

мозку повільно – 1 см за годину. Як правило, хвороба проявляється у терміні до 3 місяців після зараження людей чи тварин, але іноді і через 2 роки: все залежить від відстані місця проникнення збудника до мозку і властивостей самого збудника.

- ✓ Найбільшою сталою ознакою сказу є заміна поведінки хворої тварини: вона стає чи надто обережною та лагідною (тиха форма сказу), чи надто сміливою та агресивною (буйна форма). У неї спостерігаються проблеми з ковтанням (не п'ють воду – «водобоязкість», створюють вигляд, що «подавилися їжею»: корови буряком, а собаки та кішки «кісточкою», спостерігається постійна слинотеча). У хворих тварин (особливо ВРХ, свиней, собак та кішок) часто спотворюється апетит – вони намагаються їсти предмети; інстинкт самозбереження штовхає їх на «пошуки рятувального зілля» (особливо, мисливських собак). Екзотичні тварини та декоративні гризуни, заражені сказом (можливо навіть штучно – як засіб біотероризму), можуть і не проявляти зазначених ознак, а гинути раптово, без занедужання.

Що треба робити, якщо ваших тварин, Вас чи інших людей укусила підозрювана у сказі тварина:

- ✓ Необхідно зробити все, щоб ізолювати підозрювальну в сказі тварину (прив'язати, зачинити її, тощо) для подальшого її вивчення фахівцями. Від цього залежить схема антирабічних заходів, які буде застосовано до «покусаних» (подряпаних чи обслинених) осіб та тварин: неможливість обстеження – джерела сказу – автоматично призводиться до застосування найбільш радикальних антирабічних заходів.
- ✓ Щонайскоріше, навіть до приходу фахівців, маєте рясно промити рану (подряпину, тощо) «мильною» водою (вода з «господарським» милом, пральним порошком) та 2-3 рази обробити (не менше 5% (не менше, але й не більше) настоянкою йоду. Що най скоріше звернутися за медичною чи ветеринарною допомогою у найближчу установку з охорони здоров'я чи ветеринарної медицини

УКУСИ ТВАРИН

Укуси тварин можуть викликати інфекцію. Найбільш небезпечним є укуси сказеної тварини. Вірус сказу передається

через слину зараженої тварини, наприклад, собаки, кішки, лисиці, вовка, інколи це можуть бути сільськогосподарські тварини.

Якщо людину укусила тварина, необхідно:

- вивести постраждалого у небезпечне місце, зупинити кровотечу,
- накласти пов'язку на рану, звернутися до лікаря.

Тварина, що покусала, повинна бути обстежена відносно сказу.

Покусана людина, при необхідності, проходить щеплення проти сказу.

ОТРУЄННЯ, ВИКЛИКАНІ УКУСАМИ ЗМІЇ

До отруйних змій в Україні відносяться гадюка звичайна та гадюка степова. Характер отруєння залежить від дози отрути, місця укусу. Найбільш небезпечні укуси в ділянці голови, шиї, поблизу великих кровоносних судин.

ОЗНАКИ ОТРУЄННЯ:

Біль у місці укусу; набряк, крововилив; інколи утворення пухирів; слабкість, порушення дихання; головний біль; нудота; підвищення температури тіла.

ОСНОВНІ ПРАВИЛА НАДАННЯ ПЕРШОЇ ДОПОМОГИ :

- Допоможіть постраждалому зайняти зручне положення; якщо є можливість укушену кінцівку опустіть нижче рівня серця;
- Заспокойте постраждалого. На місце укусу покладіть холод;
- У більшості літературних джерел, пропонується одразу ж відсмоктувати ротом кров з ранки. Негайно розпочате відсмоктування дозволяє видалити 30-50% отрути;
- Попередньо ранки слід відкрити, стискаючи складки шкіри в області укусу;

Кров з отрутою потрібно випльовувати;

- Продовжувати відсмоктувати потрібно протягом 10-15 хвилин. Після цього рот бажано прополоскати розчином марганцевокислого калію або содою. Відсмоктування можуть робити як і сам постраждалий, так і інші. В літературі стверджується, що ця процедура є безпечною, так як кількість отрути, яка при відсмоктуванні може попасти в організм відсмоктуючого, дуже мала;
- Дуже важливо, щоб уражена кінцівка залишалася нерухомою. Рухи прискорюють розповсюдження отрути в загальній циркуляції крові;

- Щоб зафіксувати уражену кінцівку, на неї слід накласти шину з підручних матеріалів або фіксуючу пов'язку;
- Допоможе зняти алергічну реакцію на укуси прийом 1-2 таблеток антигістамінних препаратів(супрастин, дімедрол, тавегіл.) Можна закапати 5-6 крапель глазоліну або саноріну в ніс і ранку від укусу;
- Потерпілому потрібно як найбільше пити.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПРОФІЛАКТИЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

Що річно у 8-16 % населення виникають симптоми поліноза у період цвітіння деяких рослин.

Поліз (англ. - пилок) – алергічне захворювання слизової оболонки носа, очей, дихальних шляхів, причинними факторами яких виступає пилок рослин. Сезонний алергічний риніт, літній карат Бостона, сінна лихоманка, періодичний риніт – це симптоми поліноза. Сінну лихоманку вперше описав англійський лікар Д.Бостон (1819р.), припустивши, що захворювання, яке виникає влітку у нього особисто та ще у десятка таких хворих, пов'язано з вдиханням якихось частинок. У 1873р. Брехт довів, що ці частинки є пилом рослин.

Рослини, пилок яких викликає алергію, об'єднують у 3 великі групи: дерева, трави, бур'яну.

Найбільш поширеними рослинами алергенами у лісостеповій зоні є пилок вільних, ліщини, берези, верби, дуба (квітень-травень), тимофіївки, вівсяниці, мятлика, крушини (червень), полину, лободи (червень-жовтень). У нас в області головним чинником полінозів виступає амброзія, мають значення також полин, лобода, соняшник, кукурудза.

Клінічна картина найбільш часто зустрічається у трьох основних формах: ринокон'юнктивальний синдром, свербіння та гіперемія повік, відчуття «піску в очах», сльозотеча, пароксизмальне чхання, що супроводжується утрудненням носового вдихання та значним виділенням з носа. Цей синдром спостерігається протягом всього періоду цвітіння рослин, що являється патологічним фактором. Причинами загострення можуть бути неспецифічні фактори-пил, протяг, різні аромати.

Велике значення мають заходи щодо контролю чистоти середовища, що оточує хворого. Міжнародним конгресом з діагностики та лікування риніту дано перелік заходів, що забезпечують усунення контакту з алергеном.

Що треба робити:

- Закривати вікна на ніч або завішувати їх мокрою тканиною ;

- Звести до мінімуму активну фізичну діяльність на вулиці (біг, інтенсивна зарядка тощо) період загострення полінозу, особливо у вранішні години;

- Намагатися не виходити з дому у вітряні сонячні сухі дні у сезон цвітіння;

- Брати відпустку в період найбільш інтенсивного цвітіння та від'їжджати в ті регіони, де цвітіння закінчилось (наприклад на море);

- Тримати під час поїздок у автомобілі вікна закритими;

- Уникати вживання спиртного в період цвітіння – алкоголь сприяє загостренню симптомів полінозу;

- Приймати душ та мити голову після контакту з великою кількістю пилку. Ретельно мити руки, промивати очі та ніс теплою водою після кожного повертання з вулиці додому;

- Носити звичайні або сонцезахисні окуляри – вони частково захистять віщі очі від пилу;

- якщо ви працюєте на присадибній ділянці – одягайте перчатки та одяг, що закриває руки та ноги;

- вести гіпоалергенний спосіб життя (чисте помешкання, вибіркоче харчування тощо);

- в родинах, в яких батьки чи інші близькі родичі хворіють на поліноз, дітям необхідно проводити профілактику алергічних захворювань – гіпоалергенний спосіб життя.

Що неможна робити:

- не косіть, не переносьте траву та не знаходьтесь довго в місцях, де її косять, не контактуйте з плісенню,

- не загібайте граблями опале листя;

- не вивішуйте на сушіння на відкритому повітрі білизну та одяг;

- не виїжджайте на природу в період загострення полінозу у межах міста вміст пилку завжди нижче;

- якщо причиною вашого захворювання є амброзія, уникайте розведення хризантем, жоржин, циній, герані.

Великої проблеми на сьогодні для Миколаєва становить амброзія. То ж ще раз звертаємо вашу увагу і наголошуємо: не намагайтеся самотужки боротися з цим бур'яном, вирубуючи його, адже навіть сік є сильним алергеном.

Для того щоб тримати захворювання під контролем, пропонуємо вашій увазі анкету. При наявності позитивних відповідей рекомендуємо своєчасно звернутися до лікаря : дітям до 16 років – у дитячу обласну лікарню, старшого віку – у Миколаївську обласну лікарню.

"ЗАТВЕРДЖЕНО"

Директор _____

Наказ № ____ від " __ " __ 2013р.

Інструкція з охорони праці № 7 для педагогічних працівників під час роботи в оздоровчому таборі

I. Загальні положення

1. Інструкція з охорони праці встановлює вимоги щодо безпеки діяльності педагогічного працівника в оздоровчому таборі.
2. Інструкція з охорони праці для педагогічного працівника поширюється на всі кабінети та приміщення оздоровчого табору.
3. Інструкція встановлює порядок безпечного ведення робіт педагогічним працівником у кабінетах, приміщеннях, на території оздоровчого табору та інших місцях, де педагогічний працівник виконує доручену йому роботу начальником табору.
4. Інструкція з охорони праці є обов'язковою для виконання педагогічним працівником вимог із питань охорони праці відповідно до Закону України "Про охорону праці та Кодексу законів «Про працю» України.
5. Відповідальність за розробку і контроль за виконанням педагогічним працівником інструкції з охорони праці покладається на начальника табору.
6. Працівники призначаються з числа осіб, які мають спеціальну педагогічну освіту, за станом здоров'я можуть виконувати відповідний вид роботи та пройшли навчання та відповідні інструктажі з питань охорони праці, пожежної безпеки.
7. Перед призначенням на роботу педагогічний працівник оздоровчого табору повинен пройти медичний огляд.
8. Керівник чи особа, призначена ним, проводить із працівником, який буде працювати в оздоровчому таборі вступний інструктаж із охорони праці, безпеки життєдіяльності, знайомить із правилами внутрішнього розпорядку, із заходами щодо забезпечення належного рівня пожежної безпеки, санітарними правилами улаштування і утримання приміщення.
9. Перед допуском до роботи начальник табору проводить із працівником первинний інструктаж із охорони праці, знайомить його з умовами праці.

10. У разі виконання робіт, які не передбачені трудовою угодою або на які не оформлюються розпорядження чи інші документи, педагогічний працівник повинен одержати цільовий інструктаж на робочому місці.
11. Педагогічний працівник повинен знати правила пожежної безпеки і вміти користуватися первинними засобами пожежегасіння (вогнегасниками).
12. Педагогічний працівник, який працює в оздоровчому таборі, повинен мати навички в наданні першої (долікарської) допомоги.
13. Про виявлені несправності обладнання, устаткування, пристроїв, інші небезпечні прояви та нещасні випадки, які трапилися у приміщенні або на території табору, педагогічний працівник повинен повідомити начальника оздоровчого табору.

II. Вимоги безпеки праці перед початком роботи

1. Оглянути своє робоче місце (спальну, ігрову кімнату чи ігровий майданчик із метою усунення виявлених небезпечних для життя та здоров'я дітей факторів. У разі виявлення порушень або несправностей, вжити заходів щодо їх усунення, а при необхідності - повідомити керівника оздоровчого табору.
2. Перед користуванням електроприладами необхідно візуально перевірити цілісність електропроводів, електровилок. Перевірити, щоб на робочому місці біля електророзеток були зроблені трафаретні яскраві написи, що вказують на величину напруги.

III. Вимоги безпеки під час роботи

1. Виконуйте роботу відповідно до Вашої посадової інструкції, інструкцій з охорони праці, пожежної та електробезпеки, а саме:
 - бережіть державну власність;
 - повністю виконуйте вимоги охорони праці, пожежної безпеки, які передбачені відповідними правилами, інструкціями, розпорядженнями та наказами;
 - тримайте у порядку і чистоті своє робоче місце, не порушуйте санітарно-гігієнічні правила;

- утримуйтесь від дій, які заважають іншим працівникам виконувати свої обов'язки;
 - дотримуйтесь зобов'язань щодо охорони праці, передбачених правилами внутрішнього трудового розпорядку установи.
2. Не користуйтеся пошкодженими розетками та подовжувачами, вмикачами та іншими електроприладами.
 3. Не залишайте без нагляду своє робоче місце, коли обладнання підключено до електромережі (комп'ютер, радіоприймачі, нагрівальні електроприлади тощо).
 4. Співпрацюйте з адміністрацією у справі організації безпечних нешкідливих умов праці, особисто вживайте посильних заходів щодо усунення будь-якої ситуації, яка створює загрозу Вашому здоров'ю чи життю, або здоров'ю оточуючих людей, повідомляйте про небезпеку безпосередньо начальника оздоровчого табору.
 5. Не паліть і не застосовуйте відкритий вогонь у службових та інших приміщеннях табору.
 6. Не обертайте електролампи і світильники папером, тканиною та іншими легкозаймистими матеріалами, не експлуатуйте їх із знятими ковпаками.
 7. При виникненні нещасного випадку, який трапився під час навчально-виховного процесу з учнем або вихованцем, надати першу долікарську допомогу, викликати медпрацівника та повідомити начальника табору.
 8. Під час роботи оздоровчого табору при виявленні сторонніх осіб, які створюють загрозу безпеки життєдіяльності для дітей, працівників, повідомити керівника табору або чергового охоронця.
 9. Перед проведенням прогулянок або екскурсій у природу, заздалегідь приготувати питну воду у закритій посудині та аптечку першої допомоги.

***Вимоги безпеки для педагогічних працівників
у приміщенні оздоровчого табору:***

- постійно стежити за станом обладнання, вживати заходів щодо усунення несправностей;
- бути уважним до дітей - не залишати їх без нагляду;
- подавати дітям їжу з кухні трохи охолодженою;

- не залучати дітей для одержання їжі з кухні і роздачі гарячих страв під час чергування в загоні;
- під час прийому їжі стежити, щоб діти правильно користувалися столовими приборами, попереджувати їх про можливі опіки гарячою їжею;
- для пиття дітям давати тільки кип'ячену воду і в індивідуальних чашках, зберігати її в чистій закритій посудині, у літній період необхідно стежити, щоб вода не була холодною;
- під час використання технічних засобів навчання дотримуватися інструкцій з їх експлуатації та правил електробезпеки; вмикати їх в мережу лише сухими руками, стежити за відповідністю показників напруги в електромережі, користуватися справними електроприладами, розетками, вимикачами;
- не залишати ножиці, голки, ліки, сірники, миючі засоби та інші небезпечні для здоров'я дітей предмети, тримати їх у зачиненій шафі в недоступному для дітей місці; ножиці для занять повинні бути з тупими кінцями;
- під час проведення тематичних занять, застольних ігор стежити за правильною поставою дітей: вони повинні рівно тримати корпус, сидіти глибоко на стільці, ступні ніг спираються на підлогу, відстань від очей до поверхні столу - 30-40 см;
- з метою запобігання занесенню інфекцій не передавати із одного табору у другий для тимчасового користування святкові костюми та різні атрибути для літніх свят;
- негайно ізолювати дитину, яка захворіла в таборі.

Вимоги безпеки для педагогічних працівників на ігровому майданчику, ділянці, під час походів:

- не дозволяється відправляти дітей на майданчик із кімнати і в кімнату з майданчика без супроводу дорослого;
- під час проведення прогулянок забезпечити умови для вільних ігор, вправ на бумі, драбинках тощо з обов'язковою підтримкою дітей, систематично стежити за міцністю кріплення фізкультурного обладнання (як у спортивному залі, так і на майданчику) та за правильною обробкою дерев'яних приладів;

- під час прогулянки весь час тримати у полі свого зору всіх дітей, збираючись у зворотній шлях, перевірити їх наявність: педагогічний працівник повинен йти позаду, щоб бачити усіх дітей, в першій парі ставити найбільш організованих дітей;
- відправляючись на екскурсію, прогулянку за межі оздоровчого табору, педагогічний працівник зобов'язаний провести з дітьми додаткові бесіди щодо правил дорожнього руху, особистої безпеки тощо;
- відправляючись на екскурсію, прогулянку за межі оздоровчого табору, педагогічний працівник зобов'язаний знати кількість дітей, яких він бере з собою; якщо в таборі залишаються деякі діти з загону, то їх передають під відповідальність одного з педагогічних працівників табору (за вказівкою начальника табору);
- у разі виходу на прогулянку з дітьми за межі табору треба мати не менше 2-х працівників, при цьому необхідно дотримуватися правил дорожнього руху, у разі переходу вулиці слід зупинити дітей біля переходу, педагогічному працівнику - стати з червоним прапорцем на проїжджій частині дороги, що буде сигналом для припинення руху транспорту. Після повної зупинки транспорту діти переходять вулицю з вихователем, останнім переходить вулицю другий педагогічний працівник, об'єднувати загони (більше 2-х) не дозволяється;
- не допускати прогулянок-екскурсій дітей поблизу доріг із інтенсивним рухом транспорту, трамвайних, залізничних колій;
- під час проведення занять на ділянці оздоровчого табору, у куточку природи стежити, щоб діти не вживали без дозволу педагогічного працівника рослини (ягоди, трави), гриби; на ділянці, у куточку природи не повинно бути отруйних рослин, ягід, а також рослин із колючим і гострим листям та плодами;
- під час перебування на території табору стежити, щоб діти не виходили за межі закладу освіти;
- стежити, щоб діти мали легкі головні убори для уникнення перегрівів, сонячні ванни проводити лише за призначенням й під наглядом медичного працівника;
- під час купання дітей у природних водоймищах перевіряти місця купання; дозволяється купання у неглибоких річках,

водоймищах, при цьому загін дітей 25-30 осіб супроводжують не менше 2-х дорослих. Одночасно у воді повинно знаходитися 3-5 дітей у супроводі дорослого, решта дітей залишається на березі під наглядом іншого дорослого.

IV. Вимоги безпеки після закінчення роботи

- Перевірте своє робоче місце.
- Вимкніть від електромережі електрообладнання.
- Закрийте вікна.
- Перевірте наявність ключів від кімнат, замкніть їх і віддайте ключі черговому оздоровчому табору.
- Про виявлені недоліки повідомте керівника оздоровчого табору.

V. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

1. При виявленні небезпечної ситуації (пожежа, землетрус, радіаційна безпека, неполадки в електрогосподарстві тощо) для вашого життя та життя дітей, працівників, заспокойтесь і заспокойте оточуючих. Оцініть важкість аварійної ситуації.
2. Не усувайте самі несправностей електромережі та електрообладнання. У випадку вимкнення електроенергії, слід терміново вимкнути все електрообладнання, яке знаходиться у роботі, підключення його здійснювати тільки після вмикання напруги електромережі, яка відповідає нормам.
3. У разі витікання газу в газовій мережі необхідно перекрити головний кран по газу, викликати аварійну службу газу і сповістити керівника оздоровчого табору.
4. У випадку аварії в системі водопостачання чи каналізації необхідно терміново перекрити крани водопостачання, викликати аварійну службу водоканалу і сповістити керівника оздоровчого табору.
5. При виявленні пожежі педагогічний працівник зобов'язаний негайно викликати пожежну частину за телефоном - 101, повідомити керівника оздоровчого табору. Вжити заходів згідно з планом евакуації на випадок пожежі, виробничих та природних явищ та вивести дітей у небезпечне місце. Прийняти участь у роботі щодо збереження державного майна та цінних паперів.

6. При появі сторонньої особи, яка застосовує противоправні дії щодо Вашої безпеки життєдіяльності або оточуючих Вас, викличте міліцію за тел. – 102.
7. У випадку травмування дітей або працівників під час роботи табору необхідно звернутися до медичного працівника, викликати швидку допомогу за телефоном – 103, або у разі необхідності надати першу долікарську допомогу, повідомити начальника табору.

Дії педагогічного працівника щодо надання першої долікарської допомоги

Надання першої медичної допомоги треба починати з оцінки загального стану потерпілого і на підставі цього скласти думку про характер пошкодження.

1. У разі різкого порушення або відсутності дихання, зупинки серця негайно приступити до проведення штучного дихання та зовнішнього масажу серця, негайно викликати за телефоном 103 швидку медичну допомогу.

2. Дії при ураженні електричним струмом:

- необхідно негайно звільнити потерпілого від дії електричного струму, вимкнувши електрообладнання від джерела живлення, а при неможливості вимкнення - відтягнути його від струмоведучих частин за одяг або застосувавши підручний ізоляційний матеріал;
- при відсутності у потерпілого дихання і пульсу необхідно робити йому штучне дихання і непрямий (зовнішній) масаж серця, звернувши увагу на зіниці. Розширені зіниці свідчать про різке погіршення кровообігу мозку.

При такому стані оживлення починати необхідно негайно, після чого викликати швидку медичну допомогу за телефоном 103.

3. Дії при пораненні:

- для надання першої допомоги при пораненні необхідно розкрити індивідуальний пакет, накласти стерильний перев'язочний матеріал, що міститься у ньому на рану і зав'язати її бинтом;
- якщо індивідуального пакету якимось чином не буде, то для перев'язки необхідно використати чисту (якщо можливо свіжовипрасувану) носову хустинку, чисту полотняну ганчірку тощо. На те місце ганчірки, що приходить

безпосередньо на рану, бажано накапати декілька крапель настойки йоду, щоб одержати пляму розміром більше рани, а після цього накласти ганчірку на рану. Особливо важливо застосовувати настоянку йоду зазначеним чином при забруднених ранах.

4. Дії при переломах, вивихах, ударах, розтягненні:

- при переломах і вивихах кінцівок необхідно пошкоджену кінцівку укріпити шиною, фанерною пластинкою, палицею, картоном або іншим подібним предметом. Пошкоджену руку можна також підвісити за допомогою перев'язки або хустки до шиї і прибинтувати до тулуба;
- при передбачуваному переломі черепа (несвідомий стан після удару голови, кровотеча з вух або роту) необхідно прикласти до голови холодний предмет (грілку з льодом або снігом, чи холодною водою) або зробити холодну примочку;
- при підозрюванні перелому хребта необхідно потерпілого покласти на дошку не підіймаючи його, чи повернути потерпілого на живіт обличчям у низ, наглядаючи при цьому, щоб тулуб не перегинався з метою уникнення ушкодження спинного мозку;
- при переломі ребер, ознакою якого є біль при диханні, кашлю, чханні, рухах, необхідно туго забинтувати груди чи стягнути їх рушником під час видиху.

5. Дії при теплових опіках:

- при опіках вогнем, парою, гарячими предметами ні в якому разі не можна відкривати пухирі, які утворюються, та перев'язувати опіки бинтом;
- при опіках першого ступеня (почервоніння) обпечене місце обробляють ватою, змоченою етиловим спиртом;
- при опіках другого ступеня (пухирі) обпечене місце обробляють спиртом, 3% марганцевим розчином або 5% розчином таніну;
- при опіках третього ступеня (зруйнування шкіряної тканини) накривають рану стерильною пов'язкою та викликають лікаря.

6. Дії при кровотечі:

- для того, щоб зупинити кровотечу, необхідно підняти поранену кінцівку доверху, кровоточиву рану закрити перев'язочним матеріалом (із пакета), складеним у клубочок, придавити її зверху, не торкаючись самої рани, потримати

протягом 4-5 хвилин; якщо кровотеча зупинилася, то не знімаючи накладеного матеріалу, поверх нього покласти ще одну подушечку з іншого пакета чи кусок вати і забинтувати поранене місце (з деяким натиском);

- при сильній кровотечі, яку не можна зупинити пов'язкою, застосовується здавлювання кровоносних судин, які живлять поранену область, при допомозі згинання кінцівок в суглобах, а також пальцями, джгутом або закруткою; при великій кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.

Пам'ятка **щодо проведення інструктажів із питань охорони праці** **та безпеки життєдіяльності**

За характером і часом проведення інструктажі з *охорони праці* для працівників і *безпеки життєдіяльності* для вихованців оздоровчого табору поділяються на: вступний, первинний, позаплановий та цільовий.

1. Вступний інструктаж проводиться:

- з усіма працівниками, які приймаються на тимчасову роботу, незалежно від освіти, стажу роботи та посади;
- з працівниками інших організацій, які прибули до табору і беруть безпосередню участь у навчально-виховному процесі;
- з учнями, які прибули до оздоровчого табору для відпочинку при оформленні;

Запис про проведення вступного інструктажу з охорони праці робиться в журналі реєстрації вступного інструктажу та про проведення вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності у журналі обліку виховних занять.

2. Первинний інструктаж проводиться:

- до початку роботи безпосередньо на робочому місці з працівником;
- який буде виконувати нову для нього роботу;
- перед виконанням кожного навчального завдання, пов'язаного з використанням *різних механізмів, інструментів, матеріалів тощо.*

3. Позаплановий інструктаж проводиться:

–при введенні в дію нових нормативних актів про охорону праці;
–при зміні технологічного процесу, зміни або модернізації устаткування, приладів та інструментів, матеріалів та інших факторів, що впливають на стан охорони праці;

–при порушенні працівниками вимог нормативних актів про охорону праці, що можуть призвести до травм, або привели, аварій пожеж тощо;

–при перерві в роботі більш ніж на 30 календарних днів – для робіт з підвищеною небезпекою, а для решти робіт – понад 60 днів;

–з вихованцями, учнями – в кабінетах, групах тощо при порушеннях ними вимог нормативних актів про охорону праці, що можуть призвести або призвели до травм, аварій, пожеж тощо:

4. Цільовий інструктаж проводиться:

- при виконанні разових робіт, не передбачених трудовою угодою;
- при ліквідації аварії, стихійного лиха;
- при проведенні робіт підвищеної небезпеки на які оформляються наряд – допуск, розпорядження або інші документи;
- проводиться з вихованцями, учнями оздоровчого табору в разі організації масових заходів (екскурсії, походи), (спортивні заходи тощо)

Первинний, позаплановий, цільовий інструктажі з учнями проводять: вихователі груп, педагогічні працівники за відповідними інструкціями чи програмами.

Вступний інструктаж із безпеки життєдіяльності для вихованців рекомендовано проводити за орієнтовними інструкціями (*№ 1- № 6*).

Первинний інструктаж із охорони праці для педагогічних працівників рекомендується проводити за інструкцією *№ 7*.

Організація ігрової діяльності в умовах оздоровчого закладу

Державну політику та соціальні засади щодо організації відпочинку і оздоровлення дітей та учнівської молоді в літній період визначає низка документів:

- Закон України «Про позашкільну освіту» (від 22.06.00 р. № 1841 -III);

- Національна доктрина розвитку освіти;

- Державна програма оздоровлення дітей на період до 2008 року;

- постанови Кабінету Міністрів України: від 14.04.97 р. №323 «Про організаційне та фінансове забезпечення відпочинку та оздоровлення дітей в Україні; від 16.01.03 р. № 33 «Про затвердження Державної програми оздоровлення дітей на період до 2008 року; від 06.08.03 р. №1212 «Про затвердження Державної програми розвитку Всеукраїнської дитячої оздоровниці-курорту Євпаторія на 2004-2010 р.р.; «Про затвердження міжгалузевої комплексної програми «Здорова нація» на 2002-2011 р.р.;

- Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді (затверджено наказом МОН України від 21.07.04 р. № 605) Типове положення про дитячий оздоровчий заклад (наказ Державного комітету України у справах сім'ї і молоді від 05.02.04 р. № 31) та інші.

Щорічно виходять постанови Верховної Ради України. У цьому році це постанова ВР України «Про підсумки організації та оздоровлення дітей влітку 2006 року та заходи Кабінету Міністрів України щодо організації відпочинку та оздоровлення дітей влітку 2007 року» від 08.02.2007 р. № 6534-У. Відповідно до неї МОН України видало наказ «Про організацію літнього оздоровлення та відпочинку дітей у 2007 році, з метою забезпечення ефективного оздоровлення та повноцінного відпочинку дітей, створення належних умов для освітньої, культурно-виховної, фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи з дітьми під час літніх канікул 2007 року та Орієнтовний план всеукраїнських масових заходів з еколого-натуралістичного, науково-технічного, художньо-естетичного, туристсько-краєзнавчого та дослідницько-пошукового напрямів позашкільної освіти на період червень-вересень 2007 року.

Ознайомитись із нормативними документами, досвідом роботи, статтями науковців щодо педагогічної діяльності у дитячих оздоровчих закладах, можна також в інформаційно-методичному журналі «Канікули плюс «до» і «після», започаткованому Всеукраїнською благодійною організацією «Лелека». Нижче ми ознайомимо з матеріалами авторів, які друкуються у вищезазначеному журналі.

Державна програма оздоровлення дітей на період до 2008 року визначає такі поняття:

* **відпочинок** - комплекс спеціальних заходів, спрямованих на відновлення фізичних і психічних функцій дитячого організму, соціальної активності;

* **оздоровлення** - комплекс заходів соціального, виховного, медичного, гігієнічного, фізкультурного характеру, спрямованих на поліпшення та зміцнення стану фізичного і психологічного здоров'я дітей, що здійснюються в оздоровчих закладах протягом оздоровчої зміни. Тому оздоровчі заклади поряд з оздоровчою функцією повинні здійснювати естетичну, трудову, екологічну, туристичну і, звичайно, дозвіллево-розважальну діяльність.

Важливим фактором розвитку особистості в організації дозвіллево-розважальної діяльності в оздоровчому закладі є ігрова діяльність. Саме ігрова діяльність вбирає в себе вищеперераховані компоненти і є природною активною формою життєдіяльності дітей, де вони можуть емоційно самовиразитись і самореалізуватись! Виконуючи у грі різні ролі, діти отримують соціальний і комунікативний досвід, можливість для фізичного, психічного, духовного, естетичного розвитку. Ігри є незамінними помічниками вихователя, вожатого, допомагають сформувати і згуртувати дружній творчий колектив.

Ігри можуть проводитися між таборами і загальнотабірні, між загонами і в загоні та здійснюватись як у приміщенні, так і на повітрі: на території табору (на різних спортивних площадках, у басейні), на природі (в поході, на екскурсії, прогулянці, у лісі, на полі, біля води і на воді). При їх проведенні, вихователі зобов'язані ознайомити дітей із правилами внутрішнього розпорядку, поведінкою за межами табору особливо на природі, біля води, щоб уникнути випадків травматизму і захворювань, тобто вони повинні бути відповідальними за безпеку життєдіяльності і здоров'я дітей.

Ігри за структурою і змістом можуть використовуватись різноманітні: веселі старти і естафети; пізнавально-інтелектуальні, які потребують від учасників знань з різних галузей культури, науки, техніки та логічного мислення (розгадування вікторин, кросвордів, ребусів; проведення «Що? Де? Коли?, брейн-рингів); рухливо-спортивні (народні ігри, змагання, ігри на місцевості, веселі старти, творчо-рольові ()); тематичні (музичні, танцювальні, літературні, кулінарні та ін.

До Вашої уваги ще один погляд на значення і можливості ігрової діяльності. Матеріал підготовлено Немежанською О. А. заслуженим працівником освіти України, головою журі відкритого Всеукраїнського фестивалю ігрової діяльності дітей «Місто дитячи.с посмішок».

Подорож до Країни Дивограй **УВАГА! ІГ-РО-ТЕ-РА-ГД-Я!**

На щастя, вже нікого з організаторів літнього відпочинку дітей не потрібно переконувати в тому, що саме Гра займає провідне місце у житті дитини. Визнані медики і педагоги усього світу все частіше стверджують, що Гра має великі лікувальні властивості, і силу її цілющого впливу важко переоцінити. Вони переконливо доводять на численних прикладах не тільки факт того, що гра збуджує, стимулює до дій, зміцнює імунітет, але й те, що аура гри є відображенням позитивної психоенергетики, конче потрібної для доброго самопочуття..

Все частіше на симпозіумах вчених лунає термін «Ігротерапія». У Північному Техасі з перших післявоєнних років діє Університет ігротерапії, вчені якого розробляють методики лікування іграми дітей з різними захворюваннями і які мають вражаючу результативність.

В Україні, завдяки унікальному, єдиному в світі фестивалю ігрових програм для дітей «Місто дитячих посмішок» та конкурсу-семінару «Дивограй» для організаторів ігор, цим питанням займаються вже десятки фахівців. Вони не мають можливостей лабораторій Техаського Університету, але вони займаються, на відміну від американських колег, не менш важливою і більш масштабною проблемою - сприяння методами гри запобіганню захворювань у дітей, проводять велику профілактичну роботу. Зрозуміло, що ігротерапія в умовах дитячого оздоровчого закладу

повинна займати почесне місце серед інших методів лікування і оздоровлення дитини.

У чому ж, на нашу думку, полягає цілюща сила Гри:

1. Насамперед, гра допомагає дитині позбутися самотності. У ігровому колі вона знаходить друзів, відчуває дотик дружніх рук.

2. Гра - невичерпне джерело задоволення, радісного збудження і пов'язаного з нею доброго настрою, який є запорукою доброго самопочуття, а воно, в свою чергу, вірний шлях до доброго здоров'я.

3. Гра дає дитині реальну можливість скинути зайве напруження і вийти із стресового стану. Щоправда така ігропроцедур а повинна мати неодноразовий характер і потребує особливого набору ігор, але можливість допомогти дитині варта усіх зусиль.

4. Ми знаємо, яким здебільшого нелегким буває процес адаптації до нових умов (нові місце знаходження, колектив, знайомства, режимні моменти, незвичайні ситуації). Це може призводити , з різних комплексів, особливо у дітей. Гра, як ніяка інша форма впливу на дити ну, може допомогти вихователю, вожатому зняти закомплексованість дитини, прискорити і полегшити адаптаційний період.

5. Дитячий колектив - дуже складний орг. пізм, який живе і розвивається за своїми законами, на яких дорослі не завжди добре розуміються. Дитяча образа, якщо її швидко не зняти може викликати такий дискомфорт у душі дитини, який може порушити баланс її моральних життєвих позицій. На допомогу вихователю (батькам) може прийти гра, яка іівелює дитячі моральні образи, допомагає побачити їх крізь призму випадкових помилок поведінки того, хто образив. Гра зможе корегувати мораль і життєві принципи дитини, підвищуючи життєву комфортність, яка не вхідна для створення доброго самопочуття.

6. Соціологічні дослідження довели, ще одним з найважливіших станів душі є почуття можливості самовідкриття влас. ;еого творчого потенціалу і його самовиразу, тобто до самоствердження лі дини - стану найбільшої її комфортності. І саме Гра, особливо в умовах дитячого оздоровчого закладу, надає дитині великий простір для розвитку її г угенційних можливостей, творчої особистості, спрямовує на позиції самоствердження.

7. Ігри, особливо так звані «екстремально-адреналінові», що зараз мають великий попит серед підлітків, відкривають у дітей так зване «друге дихання». Відбувається справжнє диво! З'являється нова енергія, нові сили, бажання подолати усі труднощі і одержати радість від перемоги над ними.

8. За допомогою спеціально розроблених ігрових тренінгів можна досягти значних успіхів у подоланні окремих захворювань дитини, пов'язаних не тільки з її нервовим станом, а й з моторикою.

Перерахувати усі цілющі властивості Гри неможливо та й не потрібно, бо кожен на власному досвіді неодноразово мав змогу переконатися в цьому.

Цікаво, що діти інстинктивно тягнуться до гри, щоб зняти напругу, боязливість, втому, нерішучість. Яскравим прикладом є усі «кричалки», «вопилки», «страшилки», які ми часом сприймаємо як порушення дисципліни, а не «сеанс» лікувальної самоігротерапії. Дитині потрібно допомагати, підключившись до цього «сеансу», а не гримати на неї. Ось чому, в арсеналі кожного, хто має справу з дітьми, мусить знаходитися безліч «визволяючих» ігор - скоромовок, гумористичних загадок, мімічних ігор, веселих бліц-конкурсів.

Що говорити про дітей, коли цілі народи через гру намагаються, може й на інстинктивному рівні, подолати негативні риси своєї національної ментальності. Згадайте, темпераментні італійці придумали і проводять карнавали, маскаради, щоб у запальному вирії танців, музики, співів «розгрузити» свій шалений темперамент і не дати зайвій енергії перетворитися на агресивність. Мабуть й іспанці започаткували славнозвісні кориди, на які збираються сотні тисяч глядачів. Англійці ж, у більшості люди врівноважені, подарували світу такі колективні ігри як футбол, регбі. Мабуть для них у свій час, вони також стали ігротерапією в житті у замкненому дозвіллевому просторі. Тому сміливіше відводьте центральну роль у більшості заходів вашої літньої оселі саме **Грі!**

Програми, з якими ви маєте змогу познайомитись, не всі стали лауреатськими, але дуже сподобались дітям. Вони були розроблені і представлені на конкурсі ігрових програм для дітей вашими колегами: культурними організаторами позашкільних навчальних закладів, соціальними працівниками клубів за місцем проживання, вожатими дитячих оздоровчих закладів, вчителями, студентами, волонтерами,

всіма, хто чітко усвідомлює, що здорове дозвілля - важлива і невід'ємна складова здорового способу життя, а серце кожного дозвілля, безумовно, **ГРА**.

Ігри,

взяті із збірки сценаріїв ігрових програм для дітей

«Діти грають залюбки».

Ігри з тим, що під руками

Актуальність та перевага таких ігор зрозуміла кожному, хто стикається з економічними труднощами. Високі ціни на ігри та іграшки обмежують можливість їх* використання як реквізиту під час проведення ігр. Та це не перешкода, вважає начальник Дитячого оздоровчого табору «Астра» Валентина Горбинко. Вона вважає, що такі ігри - унікальна можливість розвивати ігрову фантазію та творчість дітей. Такі ігри вчать бачити у повсякденних речах потенційні ігрові матеріали та використовувати знайомі модулі для створення власних ігор.

МАНДРИ В ХУСТИНКОВЕ МІСТЕЧКО

Місце проведення ігрової програми прикрашено різноманітними хустинками, які можна було б легко знімати і використовувати для гри. Ведуча вибігає, неначе її несе вітром, в руках у неї кольорова парасолька, прикрашена повітряними кульками, хустиночками, стрічками. Звучить швидка інструментальна музика.

Ведуча: Ох, я все життя кудись поспішаю, бо ось цей пустотливий вітерець завжди мене підганяє в пошуках нових пригод. Він уже облетів усі країни, знає все найцікавіше в світі, а йому все мало.

Ну, і куди ти мене заніс на цей раз? Ось знову полетів, але я знаю, що він мене залишив тут ненадовго. Куди я потрапила цього разу?

Ой, скільки дітлахів! Доброго дня вам, любі друзі! Давайте скоріше знайомитися. Всі мене звать Ігруня-мандрівниця, бо я понад усе на світі люблю грати і мандрувати. Які ви всі гарненькі та усміхнені і, мабуть, дуже любите, як я грати? Чи може книжки читати? А може співати і танцювати? А може вередувати? Що це ви: хто "так" хто "ні"?

А-ну, повторюйте за мною рухи,

Та відповідайте дружно мені. |

В школу любите ходити? Так? (*ідуть на мікці*)

Чобітками тупотіти? Так? *(тупотять ногами¹)*
Із м'ячем в дворі скакати? Так? *(стрибають)*
Бабу снігову скатати? Так? *(кругові рухь)*
На санчатах покататись? Так? *(долоніразом, рух вперед згори)*
А мультяшки подивитись? Так? *(руки під ти'юоріддя)*
А з дівчатами побитись? Так? *(бокс)*
Після цього помиритись? Так?
Ну тоді ви гарні діти? Так? *(знак ВО!)*
Сумно вам без гри сидіти? Так?
Ви готові вже до гри?

Тож рахуймо: Раз! Два! Три! Вжик! *(імітація р >хів польоту)*
Діти! А ви знаєте, куди ми з вами потрапили? До незвичайного музею. Тут ціле хустинкове містечко. А у вас з собою є хустиночки? Ні? Ну, ми це твидко виправимо. *(Помічники роздають дітям хустинки різних кольорів).*

Гра "Плутанина"

Діти створюють кола по 8-10 осіб, у кож. зму *(об'єднуються по кольору хусточок}*. Діти з'єднуються в кола, тримаюч хь за хустинки. Ігротехніки-помічники допомагають їх переплутатись. Ведучий рахує до десяти, завдання дітей розплутатися і знову стати в коло. Лунає музичний сигнал.

Ведуча: Увага! Наш незвичайний музей "Хустинкове містечко" відчинив свої двері. Давайте зазирнемо в середину *{скрип дверей}*.

Як багато тут зібрано різноманітних хусток! Є старовинні і зовсім нові, величезні і маленькі, які різні у них кольори і візерунки. Я впевнена, що кожна з них може розповісти цікаву історію, *(танок з хусточками)*.

"Хустка" - "хистка" від слова хистити, захищати. Вона захищала голову, плечі людини від холоду, спеки, дощу і вітру, заміняла спідницю і плащ. Спочатку хустку робили з грубої вовни, а пізніше стали виробляти з бавовни, льону, шовку, плести і оздоблювати мереживом, китицями, прикрашати вишивкою, стрічками, чудернацькими візерунками. Хустка символізувала таємницю. У багатьох народів світу вона була символом покровительства жінки чоловіком, який її оберігав, захищав. Модники і модниці використовували хустку, щоб підкреслити особливість одягу. Вона є обов'язковим елементом багатьох національних костюмів.

Хустки носили на голові і на шиї, на плечах і на стегнах, через плече, у кишеньці; на руці, робили з них торбинки, скатертини і серветки; дами дарували їх на пам'ять лицарям свого серця, а у деяких народів кинута долу хусточка означала життя або смерть. Хусточкою перев'язували рани, з не танцювали, на ній зав'язували вузлики напам'ять.

Давайте ми з вами пофантазуємо і відтворимо або створимо свою власну версію використання хустки. Спробуйте знайти свої різноманітні способи.

Зал ділиться на кілька творчих груп, які отримують корзинки з різноманітними хустками і аксесуарами. За допомогою помічників-ігротехніків діти створюють свою колекцію.

Під музику діти демонструють свій варіант, проходячи через центр залу і сідають на місце. Можна використовувати косметику, додаткові аксесуари - ремінці, намиста тощо.

Ведуча: Ви знаєте, шановні модники і модниці, мені здалось, ніби ви колись давно або недавно жили в різних кінцях світу, бо ось так носили одяг в Римі, а так в Греції, так в Україні, а так в Росії, так в Іспанії, а так хустки всі жінки в Європі 19 століття.

Пропоную вам пограти в гру-танок. Ми з вами будемо перетворюватись в мешканців різних країн і для цього нам буде потрібна лише хустка. Зараз я запрошую в танок лише дівчат.

Хустка: на плечі — український танок («Метелиця»); на голові а в руках носова хустка — російський («Кадриль»); прикрите обличчя — «Східний танець»); на стегнах — циганський («Циганочка»); через плече — грецький Сіртаки.)

Ведуча: Тепер я запрошую лише хлопчиків: хустки за поясом - грузинський («Лезгінка»), іспанський - на шиї («Ковбойський»).

До речі, а ви знаєте, чому ковбої і на сході носили хустки саме так? Так, вони прикривали ніс і рот від пилу, що нісся з-під копит, або під час піщаних та пилових буревіїв.

Я згадала одну гру про ковбоїв і хочу вас навчити. Але спочатку нам треба перетворитись на справжніх ковбоїв. Одягаємо хустки, беремо в руки ласо (мотузка, яку затягують на шиї у мустангів (диких конях, на яких ходять ковбої). Ще вони брали з собою обов'язково кольт (пістолет), вдягали капелюх. І тільки тоді сідали на мустанга і їхали в прерію (це як наш степ).

Сядемо на коней, і гей у подорож...

Повторюйте за мною кожен рядок і рухи. А в кінці кожного куплету ми будемо робити ось такі рухи і дружно промовляти "Тр-йох-ха-і-го-го" - начебто ковбойські коні іржуть від задоволення.

Гра "Веселі кової"

(музична гра-повтс р) Техаські ковбої - веселий народ.
Трапляється з ними багато пригод.

Тр-р-р-йох-ха! (Двічі останній рядок кожного куплету)

Характер залізний і м'язи міцні.

Завжди з ними ласо і кольт на ремні.

На конях-мустангах по преріях скачуть

Дівчата за тими ковбоями плачуть

Запрошуєм всіх до ковбоїв на свято

Справжні ковбої танцюють завзято.

Ведуча: А тепер я вам пропоную перейти в іаступний зал, не менш цікавий, Але спершу ми заглянемо в наше дитяче кафе. До речі, ви знаєте, що здавна хустку використовували, як серветку. Нею пр ікривали груди, або ноги, щоб не забруднити одяг. Серветками прикрашають стіл, ось дивіться як це може виглядати (*помічники демонструють приклади сервування столу, складання серветки засобом "Королівська лілея " й пригощають дітей печивом*). **Ведуча:** А оскільки наше кафе у країні ігор, то я пропоную вам пограти у веселу гру. Всі ви пам'ятаєте слова, які вам кажуть перед їжею. Згадайте їх. "Приємного апетиту!" Саме так і називається наша гра.

Гра "Приємного апетиту!"

Ведучий читає текст гри. Коли звучить назва блюд, або їстівного, дітям треба

встати, сказати "Приємного апетиту" і сісти на місце:

Одноокий людоїд здумав розпочать обід,

Перед сном, перед обідом підкріпитися як слід.

Він спочатку з'їв телятко, смаженину, поросятко

Підігрів казан картоплі, вийняв бочку огірків,

Та і так собі подумав: «Ніби зовсім я не їв».

Потім він відрізав сала, з'їв вареників* чимало,

Випив кринку молока, з'їв шмати ще пирога,

Ще й ковбас двадцять палок, сира кілограмів з п'ять.

Пролітала згряя галок - він їх встиг пережувать.

Закусив смачним рулетом і доїв усі котлети.

Все так-сяк запив компотом, їсти - то важка робота.

Вже зібрався зовсім спати та рішив порахувати:
Скільки страв на свій обід, з'їв голодний людоїд
Хто зумів усі згадати прошу руки піднімати.

Ведуча: Ну що ж підкрипилися, то ж рушаємо до наступного залу -театрального мистецтва. О, скільки цікавих речей можна зробити із здавалось би, звичайної хустки! Давайте розійдемося по театральних майстернях і самі станемо творцями.

Діти розходяться, за допомогою помічників-ігротехників готують міні-театри: ляльковий, повітряних кульок, хустинковий, драматичний (на тему піратів).

Ведуча: Як ви цікаво придумали! Ігри про піратів я дуже люблю. Хотите пограти?

Гра-естафета "Піратські перегони"

Ведуча: А тепер я вас запрошую в зал мистецтв. Це зал-майстерня. На кілька хвилин ми з вами перетворимося у майстрів по розпису хусток. Тут ви можете створити хусточку про яку мріяли саме ви. Мої помічники допоможуть вам оволодіти різними техніками. Тож не гаємо часу - до діла.

Техніки виконання: пальчиковий розпис, по-мокрому, штамповка овочами, предметами побуту, спосіб "Зав'язи-розв'язи". Під час виконання роботи ведуча коментує роботу в майстернях і знайомить з символікою кольорів, промислами по виробці хусток. Діти демонструють свої вироби. Звучить музичний сигнал.

Ведуча: Увага, діти! Наш час відвідування музею закінчився.
(Діти займають свої місця)

Вам сподобалося діти? Так? Але час мені летіти. Так? Хусточку напам'ять малювали? Ігри ви усі запам'ятали? Нових зустрічей ми будемо чекати? І не будем дуже сумувати? Ось і прилетів уже мій вітер, На деревах гне тоненькі віти. До побачення, щасливо, діти!

СЮРПРИЗИ З МОТУЗКАМИ

Мета: Навчити дітей цікаво і корисно самоорганізовувати свій вільний час, користуючись простими засобами, що знаходяться поряд (мотузки, кіндер-сюрпризи, пластикові пляшки). На основі знайомих ігор придумувати нові, використовуючи відомі модулі, засоби, правила, матеріали тощо. Виховувати почуття радості від власних знахідок та участі в колективних іграх.

Ведучий: Добрий день любі діти! Добрий день шановні дорослі! Я бачу, що ви з нетерпінням чекаєте обіцяні сюрпризи. А тому не будемо гаяти часу, прийшла пора розпочати гру. Сьогодні я познайомлю вас зі своїми друзями, вони ось тут у моїй чарівній корзинці. Дивіться, ось вони! Ви гадаєте це звичайні мотузки? Так і ні. Вони звичайні лише на перший погляд, поки їх не візьмуть рученята, які люблять працювати, не побачать веселі оченята, та не пристосує розумна голівка. А у вас цього, я бачу вдосталь. Я навчу вас робити ігри, грати в них, а ви обіцяйте, що ви їх не забудете та ще й навчите своїх друзів у школі та в дворі.

Примітки: Для проведення програми можна сформувати 2 команди по 10-12 дітей в кожній і проводити ігри на конкурсній основі. Якщо дітей багато, на кожну гру, або пару ігор формуються нові команди.

Гра "Перечепи ніжки" **Матеріали:** 2 мотузки (60 см) зв'язати кільцем, 10 фішок (або кеглів, чи заповнених піском пластикових пляшок), стрічки, мотузки по кількості учасників.

Правила: По сигналу ведучого учасник команди одягає на ноги зав'язану мотузку, яка обмежує можливість пересування і починає оббігати перепони у вигляді фішок. На протилежному кінці стоїть дитина. Задача гравців зав'язати стрічки на "косу" ляльці, якими служать пальці гравця. Вертається гравець вільно і передає мотузку іншому гравцеві команди.

Гра "Веретено" **Матеріали:** Мотузка, на краях якої закріплені палички, по середині - мітка.

Правила гри: гравці починають за сигналом намотувати мотузку на пальці, як нитку на веретено. Виграє гравець, який дістане мітки перший.

Гра "Чудернацьке намисто" **Матеріали:** 20 причіпок, 2 мотузки, стрічки на голову для позначення ловців.

Правила: Дві команди по 12 дітей вибирають по 2 ловці. Ловці збирають прищіпки, що причеплені до спин дітей протилежної команди і чіпляють їх до своєї мотузки. Гравці, що позбулися прищіпок вибувають з гри. Виграє та команда, яка швидше збере своє намисто. Якщо один з двох ловців команди зібрав свої фішки швидше, він має право допомогти ловцеві своєї команди.

Гра" починається за сигналом ведучого.

Гра: "Хто спритніше?"

Матеріал: 4 резинки для стрибання, мотузка, два стільця.

Правила: По команді ведучого гравці команд починають рухатися до стільців, при цьому їм треба підлізти під резинку (мотузку), перестрибнути через іншу і, сівши на стілець, висмикнути з-під нього мотузку. Виграє гравець, що встиг заволодіти мотузкою.

Команда виграє по більшості перемог, тому краще, щоб кількість гравців була не парна.

Гра "Всі на одній мотузці" Матеріали: 2 мотузки - футляр від зубної щітки, або ложки (краще дерев'яні), можна новий олівець. "Голка" прикріплюється до "Нитки" міцно.

Завдання для гравців: Один з гравців команди починає просувати "голку з ниткою" через одяг дітей (від рукава до рукава). Завдання команди допомогти один одному, щоб швидше опинитися всім "на мотузці". Можна продовжити гру, повернувши мотузку назад.

Гра "Ласо" Матеріали: Мотузка (5 м, на кінці якої закріплено кільце (діаметром 20 см). Пластиковая пляшка з водою або піском як ціль.

Хід гри: За сигналом ведучого гравці команд починають накидати кільце на ціль. Кожному гравцеві дається 5 спроб, якщо гравець жодного разу не попав він вибуває з наступного туру.

Перший тур: гравці попадають в ціль, що стоїть на відстані 3 м, в другому на 5м, але кожне вдале попадання приносить команді 2 бали.

Гра "Рибалки та рибки" Матеріали: мотузка з тягарем на кінці.

Правила: Команда обмінюється ведучими. Ведучий стає в центр кола й починає розкручувати мотузку з тягарем на кінці. Діти, що стоять в колі, при наближенні мотузки повинні підстрибувати. Хто не встиг і мотузка торкнулася ніг вибиває з гри. Та рибка, яку не піймає рибалка отримує звання "золотої".

Гра "Неслухняні кульки" Матеріали: Лійка (можна зробити з верхньої частини пластикової пляшки) до якої прив'язано на мотузці (40-50 см) кульку (можна використовувати футляри з кін дер-сюрпризів)

Правила: Починає гру капітан. Він має 10 спроб попасти кулькою в лійку. Як тільки м'ячик у лійці, капітан має право взяти собі наступного гравця в команду, кого він забажає.

Гра "Мотузяний тетріс" Матеріали: Зав'язана кільцем мотузка довжиною близько 5 м, або резинка для стрибання у кожної команди.

Правила: За сигналом ведучого команда повинна утворити за допомогою мотузки загадану фігуру. Виграє команда, яка швидше і цікавіше виконає завдання.

Приблизний перелік завдань: трикутник, квадрат, коло, прямокутник, зірочку, квіточок, метелик тощо.

Примітка: Для маленьких дітей при вивченні гри потрібно допомога координатора з дорослих чи дітей старшого віку.

Гра "Довгі коси" Матеріали: Обруч, на якому закріплено 6 мотузок однакової довжини по 3 з кожного боку.

Правила: За сигналом ведучого, пересуваючись попід мотузками діти повинні сплести косу. Перемагає та команда, яка встигає сплести довшу косу за визначений час.

Гра "Лебідь, рак та щука" Матеріали: Мотузка зв'язується (утворюється кільце), 3 фішки. (Можна розіграти пляшку солодкої води)

Правила: 3-4 гравця стають рівномірно в мотузку. Їх завдання першому дотягнутися до фішки і схопити її. Початок гри за сигналом ведучого. Перемагає перший.

ПОЛЕТ ФАНТАЗИИ

сценарий ігрової програми для дітей 10-11 лет

Автор: Анна ТЕ ЛЮК (г. Вышгород Киевской области)

Звучит фонограмма: гул аэропорта, голос диспетчера:

Вниманию пассажиров: объявляется посадка на специальный рейс «Полет фантазии». Все желающие лететь этим рейсом, регистрируйте свои билеты в кассах Фантазийного зала».

Появляется девушка с чемоданом в руке. Это ФАНТАЗЕРКА.
Фантазерка: (обращается к залу) Это Фантазийный зал? Кто последний на регистрацию билетов? Что никто? Вы не летите этим рейсом?! Не понимаю... А! У вас наверное нет билетов?! Так это же очень просто исправить! *(Достаёт конфету, проделывает с ней все то, о чем дальше говориться)* ... Если вы двумя руками развернете конфету и правой рукой быстро-быстро бросите конфету в рот, то билет на «Полет фантазии» вдруг окажется у вас в левой руке! Билет - это обыкновенный фантик от конфеты.

А у вас нет под рукой конфеты? *(Предлагает заглянуть под руки)*. Но мы же с вами находимся в Фантазийном зале, а это

значит, что конфета может оказаться в самом неожиданном месте! Например... под стулом!

Зрители наклоняются, находят конфеты, которые заранее прикреплены скотчем к сидениям стульев с обратной стороны. Фантазерка: А теперь вспомним, что я вам говорила... Если взять конфету двумя руками (*зрители делают все, что говоришь Фантазерка*) ... развернуть, правой рукой бросить конфету в рот... Оп-ля! Ну, вот, в левой руке у вас билет! Теперь мы вместе можем совершить «Полет фантазии». *Звучит фонограмма: гул аэропорта, голос диспетчера: «Внимание пассажиров: спейрейс «Полет фантазии» задерживается в связи с погодными условиями. Все желающие улететь этим рейсом, ожидайте сообщений в Фантазийном зале».*

Фантазерка: Как жаль, наш «Полет фантазии» задерживается. Не самое приятное сообщение! Вы знаете, ведь мы можем сделать так, чтобы наше ожидание не было скучным, займемся чем-нибудь увлекательным - будем играть! Во что? Конечно же в фантики. Как? А как подскажет нам фантазия! Вот, для начала попробуем сделать из фантика ... цветок! (*Фантазерка складывает из фантика цветок, зрители повторяют за ней*) Смотрите, наш цветок похож на настоящий. Давайте понюхаем! А теперь давайте попробуем сделать вот что (*сворачивает из фантика рупор*) Представьте, что каждый из вас - капитан корабля, и со своего капитанского мостика вы в рупор отдаете команду «Полный вперед!» (*Все вместе кричат в рупор*). А какой же капитан без подзорной трубы? Давайте попробуем ее сделать. (*Все вместе делают из фантика подзорную трубу, смотрят в нее*). А теперь соорудим из фантика... мини кондиционер. (*Зрители, повторяя за Фантазеркой, складывают веер, машут им*) А что, если мы попробуем сделать из фантика ... флейту (*Делают флейту, играют на ней*). Ух ты! Здорово у нас получилось! Я даже не ожидала, что из фантика можно соорудить столько всего разного. Я почему-то всегда думала, что фантик - это всего лишь пестрый клочок бумаги, а теперь начинаю подозревать, что в фантик можно поместить не только крошечную конфету, но нечто гораздо большее. Есть идея! Давайте проведем эксперимент! Вы мне поможете? Я бы хотела пригласить для участия в эксперименте тех ребят, у которых синие фантики.

Зрители, имеющие фантики синего цвета (из пятеро) выходят. Фантазерка объясняет им суть эксперимента, который состоит в том, чтобы разрезать фантик определенным образом, после чего станет возможным продеть голову в фантик. Она предлагает участникам игры сделать это как можно быстрее. Участники соревнуются. Фантазерка: Вот полюбуйтесь на результаты нашего эксперимента. По-моему, он удался! (Комментирует результаты конкурса). А секрет состоит в том, что нужно разрезать фантик на очень тонкие полоски. Теперь вы знаете один из секретов фантика, а он хранит их в себе великое множество. Например, фантик легко может превратиться в ... крокодила.

Фантазерка предлагает залу вместе с ней сделать из фантика фигурку животного. Держа в руках большой фантик, она предлагает залу повторить за ней, и поэтапно демонстрирует приемы складывания из фантика фигур различных животных.

Фантазерка: Вы только подумайте, из одного обыкновенного фантика мы с вами смогли сделать целый ФАНТастический зоопарк. Вот что могут сделать фантазия и ловкость рук. Кстати, о ловкости рук: мне пришла в голову еще одна веселая затея с фантиком. Сейчас я научу вас играть в эту игру. Приглашаю принять участие в этой игре ребят, у которых зеленые фантики.

На сцену выходят обладатели зеленых фантиков (их десять). Фантазерка делит их на две команды, объявляет правила игры, согласно которым участники каждой команды держат фантик перед собой двумя пальцами, участники другой команды готовятся так же двумя пальцами поймать фантик, как только он будет отпущен. После трех попыток команды меняются местами. Фантазерка комментирует ход игры. Фантазерка: Я поздравляю тех, кто оказался самым ловким. Всем остальным советую на досуге обязательно потренироваться в ловкости с помощью фантика. Фантазировать вокруг фантика можно бесконечно. А давайте попробуем провести ФАНТазерную эстафету. В нашей эстафете будут принимать участие две команды: команда желтых и команда фиолетовых фантиков. На сцену выходят обладатели фиолетовых и желтых фантиков, Фантазерка объясняет им правила игры. Каждый участник обеих команд должен перенести свой фантик с места старта к месту финиша наиболее оригинальным способом без помощи рук, ногами наступая лишь на точки, обозначенные

Фантазеркой. Она демонстрирует возможные варианты перенесення фантика. И комментує ход гри. Фантазерка: Подумать только, гри с фантиком стануться все более увлекательними! Это значит, что можно не просто играть в фантики, но даже играть на фантиках... как на музыкальных инструментах! *Фантазерка показує залу гру на фантике, после чего весь зал под руководством Фантазерки в сопровождении фонограммы исполняет на фантиках предложенную мелодию. (Зрители шуршат и шелестят фантиками в определенном ритме, что создает иллюзию звучания оркестра). Звучит фонограмма: гул аэропорта, голос диспетчера: «Внимание пассажиров, находящихся в Фантазийном зале...» Фантазерка: (перебивает): Да-да! Мы уже давно ждем сообщений! Как погодные условия?! Мы можем лететь?! Звучит фонограмма: музыка, голос: «А разве полет Фантазии может зависеть от погодных условий?..» Фантазерка: Так мы полетим?!*

Звучит фонограмма: музыка, голос: «Ви уже давно летите!» Фантазерка: "А как же самолет?"

Звучит фонограмма: музыка, голос: «А зачем вам самолет, если у вас есть собственные крылья - крылья вашей Фантазии!» Фантазерка: Я, кажется поняла! Полет фантазии может совершить каждый, и для этого не нужен билет на самолет. Нужно научиться фантазировать!

Вот казалось бы - фантик от конфеты - ведь это то, что мы всегда выбрасываем, считаем ненужным, а сегодня нам с вами удалось удивительно увлекательно провести время в компании ФАНТИКА. Простой фантик научил нас фантазировать, помог нашей фантазии совершить полет.

А попробуйте завтра взять в руки клубок ниток, надувной шарик, словом все, что угодно, и постарайтесь снова совершить «ПОЛЕТ ФАНТАЗИИ». Пока! До встречи в полете!!! *Звучит песня «Фантазеры».*

Гри зі збірника «Табір починається з вожатого» (авт. М. Ф. Димитров, Л.Б. Копилова)

Гри організаційного періода

Гри на знайомство

Всі діти поділяються на команди за таким принципом: 1-а команда - у яких ім'я починається на голосну літеру; 2-а команда - у яких ім'я починається на голосну літеру.

Після цього всі по черзі називають своє ім'я і показують жест (принцип сніжного кома).

Пори року

Всі діти поділяються на 4 команди за порами року, коли вони народились: зимою, весною, літом, восени.

Я беру із собою в похід

Всі сідають у круг. Кожний по черзі називає своє ім'я і говорить: «Я беру із собою в похід...» і називає предмет, який беруть у похід, на першу літеру імені (повторювати не можна). Кожна наступна дитина, починаючи з другої, повторює імена всіх попередніх і те, що вони беруть із собою в похід.

У кінці вожатий каже: «У поході ми, я думаю, виживемо з таким набором речей і весело проведемо час.

Рука до руки

Ця гра на зняття напруги. Для гри необхідно непарна кількість ігреків. Той, хто водить гру виголошує: «Рука до руки!» Всі міняються місцями, в тому числі і ведучий. Кожен повинен знайти собі партнера і доторкнутися з ним руками. Той, хто залишився без пари, стає ведучим.

Гра продовжується. А чи буде вона цікавою для дітей, залежить від того, які команди будуть віддавати ведучі: «Мізинець до мізинця», «П'ятка до п'ятки», «Вуха до вуха».

Математика

Діти сідають в круг. Вихователь дає завдання: «Починаємо рахувати по колу». Той, на кого припадає число, що ділиться на цифру три, замість цифри каже своє ім'я». Цю гру можна використати для розвитку пам'яті і уваги.

Тезки

Завдання знайти дітей з таким же ім'ям, як у тебе., тобто знайти своїх тезок. Ті, у кого їх немає, утворюють групу «Вінегрет». Тезки повинні придумати рекламу свого імені та знайти щось загальне, що є характерним для них усіх, крім імені, а також відмінні ознаки, за якими діти можуть їх відрізнити.

Павутинка дружби

Творчим початком цієї гри, безперечно, буде маленький клубочок ниток, який передається з рук у руки. Попередній учасник передає клубок, залишаючи у себе кінець нитки, потім тільки перекидає його, кому хоче. Коли клубок знаходиться у руках учасника гри, він коротко розповідає про себе. Коли всі розкажуть

про себе, то побачать, що вони оплутані так званою «павутинкою». У Вас є можливість цю ситуацію «обіграти». Наприклад, потягнути за нитку, задати запитання тому, хто знаходиться на другому кінці нитки.

Гра «Асорті»

Перед тим, як гра розпочнеться, дітям задають питання «Що таке асорті?». Вони діляться своїми думками з цього приводу. Після цього я їм пропонується впевнитись, що «асорті» це не тільки смачні шоколадні цукерки з банановим, вишневим, апельсиновим начинням. У нашому випадку це асорті ігрове. А замість начиння в нас будуть цікаві конкурси.

Екіпаж поділяється на 2 команди, які вибирають капітанів, підбирають назву і девіз. Капітани підходять до ведучого і витягують карточки із завданнями. Завдання виконує вся команда.

Конкурс «Поетики»

Підібрати побільше рифм до слів: білет; кішка і т. д.

Конкурс «Пояснюлки»

Пофантазуйте та зобразіть: цирк; телефон; ринок, будильник, стурбованого кота; сумного пінгвіна...

Конкурс «Художники»

Намалюйте прислів'я: «Одна голова добре, а дві краще», «На чужий караван рот не роззявляй».

Конкурс «Казкарі» Напишіть казку, у якій всі слова починаються з однієї літери: П, Д.

Конкурс «Ерудити»

За одну хвилину розгадати кросворд.

Конкурс «Позли»

Як можна швидше зібрати малюнок (наприклад, старик біля моря, старуха біля розбитого корита).

Конкурс «Маестро»

Оголошується конкурс на краще виконання, наприклад, «собачого вальсу». Виконання здійснюється на пустих бутілках, які поставлені в ряд, допоміжний інструмент - спиця.

Журі підводить підсумки і оголошує переможця.

Підготувала Павленко Л. І., начальник відділу моніторингу позашкільних навчальних закладів