

## Научно-методические основы летнего отдыха

Евгений РЫБИНСКИЙ, кандидат педагогических наук, доцент

В чём смысл современной концепции организации системы летнего отдыха детей и подростков? Какое место занимает эта система в формировании личности ребёнка? На наш взгляд, это не особая педагогическая система или методика — но прежде всего неотъемлемая составляющая всей жизнедеятельности ребёнка, где гармонично сочетаются духовно-эстетические, рационально-познавательные, идейно-нравственные начала, это освоение жизни ребёнком самым непосредственным, естественным образом.

Летний лагерь, центр, турбаза, спортплощадка, детский клуб поэтому рассматриваются не только как временное местонахождение ребёнка, где он приобретает те или иные навыки и знания, где занимательно проводит своё свободное время, но как необходимое бытие, позволяющее раскрыться всем его потенциальным, скрытым духовным и физическим возможностям. Ведь лето в лагере равняется иногда году в жизни ребёнка, после него он и на год, и на класс старше и взрослее.

В содержательной стороне этой жизнедеятельности следует особо выделить несколько аспектов.

**Во-первых**, оздоровительная составляющая жизни в лагере. Это оптимальный двигательный режим, закаливание, сбалансированное питание, рациональный суточный распорядок, соответствие окружающей среды гигиеническим нормативам, гигиенические навыки и правильный образ жизни (в том числе антиалкогольный и антинаркотический).

**Во-вторых**, оздоровительный отдых детей как мощный аккумулятор “зарядки” и “разрядки”: психической, нравственной, этической, эстетической, физической. Ибо в системе организованного отдыха действует принцип преемственности и непрерывности общения, воспитания, способствующий всестороннему раскрытию и развитию личности детей и подростков, выполняющий компенсаторную функцию по отношению к школе, позволяющий детям отдохнуть, снять физическую и психологическую перегрузку и создающий новые условия для того, чтобы обогатиться опытом, проверить, применить и получить новые, окрашенные игрой, романтикой знания и умения в различной практической коллективной работе, развивающий ребячью самореализацию, инициативу и самостоятельность. Разумное сочетание отдыха и труда, спорта и творчества дисциплинирует ребёнка, балансирует его мышление и эмоции.

**В-третьих**, система организованного отдыха для подростка благоприятна тем, что в ней взаимодействуют педагогические и медицинские, социальные и индивидуальные связи. Во время летних каникул дети могут использовать для любимых игр, спорта, дела, отдыха 936 часов, а за весь учебный год на это отводится 975.

Таким образом, организованный отдых одновременно выполняет развивающую, оздоровительную, образовательную, культурологическую, психотерапевтическую, коммуникативную функции.

Летний отдых даёт взрослому возможность войти в самый непосредственный контакт с миром ребёнка. И если не сформировать, то заложить в нём основы здоровой нравственности. К сожалению, сама система организованного летнего отдыха детей и подростков не имеет базовой концепции нравственно-духовного развития ребёнка.

Массовая практика даёт немало примеров низкого уровня эффективности системы организованного летнего отдыха детей и подростков. В ней отсутствует сбалансированность различных видов и направлений воспитательных воздействий как по содержанию, так и по времени; недостаточно используется своеобразие окружающей среды и природы; не всегда соблюдается принцип единства воспитания и оздоровления; недостаточно организовано трудовое участие ребят в жизни лагеря. И ещё одно, весьма важное упущение: во многих случаях не учитываются и не удовлетворяются разумные потребности и социальные ожидания подростков, связанные с поездкой в лагерь. Часто сюда механически переносятся

многие формы школьной работы.

### **Жизнь в лагере должна строиться на принципах:**

- 1) подлинной демократии, открывающей максимальные возможности для развития инициативы, самостоятельности, самостоятельности, самоуправления детей и взрослых;
- 2) многообразия форм и методов, применяемых как в индивидуальной, так и в коллективной деятельности подростков и сотрудников;
- 3) простора в выборе видов деятельности, коллектива друзей, воспитателей как условия для развития творческой самостоятельности ребёнка, его склонностей, интересов, физических возможностей;
- 4) уважительного отношения как к личности взрослого работника, так и к личности ребёнка.

Задача системы летнего отдыха в том, чтобы разбудить у детей и подростков живой и здоровый интерес ко всему окружающему, желание побольше узнать и проанализировать постигнутое, научиться самостоятельно мыслить, принимать решения, быть добрыми, благодарными, отзывчивыми, зарядиться духовной и физической энергией.

Основой здесь служат духовно-нравственные и культурно-исторические народные традиции, равно как и многослойное восприятие мира, а также пути и методы их реализации в сфере конкретных повседневных дел детского оздоровительного отдыха детей, их взаимодействие со старшими, с семьёй.

Подлинные изменения в организации детского оздоровительного отдыха произойдут только тогда, когда взрослые признают, что детство есть не временный переходный возраст во взрослую жизнь, но величина самодостаточная. Это самоценный целостный период жизнедеятельности человека, без которого нет и не может быть полноценно развитой взрослой личности. И всякая потеря или всякое недополучение, недоразвитие, недораскрытие личности ребёнка часто впоследствии жёстко мстит и ему самому, и окружающим, и обществу в целом.

Поэтому главная цель содержания летнего организованного отдыха детей и подростков в том, чтобы создать такие условия и психологический климат, в которых ребёнок сумел бы максимально осмыслить свою индивидуальность, раскрыть свои желания и потребности, постичь свои силы и способности, своё значение в жизни, в семье, в обществе.

Коллективность лагерной жизни предполагает множество контактов, получение разнообразной информации, изменение эмоционального восприятия. Не всегда такие контакты детям удаются сразу. Требуется создать благоприятные условия для быстрой бесконфликтной адаптации детей, чтобы уже с первых минут пребывания в лагере у ребёнка возник положительный настрой. Решать эту проблему следует психологической службе лагеря. Но если таковой нет, можно организовать “Теремок по психологической разгрузке” и устроить его в наиболее живописном уголке лагеря на природе.

Любознательная природа детства не переносит формализованных методов воспитания. Подвижной детской натуре тесно в рамках условностей. Не зря прежде ребята недолюбливали пионерский лагерь за излишнюю шагистику и чрезмерную назидательность пионерской атрибутики. Избавляясь от многих заформализованных ритуалов, современный лагерь создаёт свои традиции и ритуалы. Лучшим ориентиром могут служить виды творческой деятельности, приближённой к запросам практической повседневности. Например, клуб путешественников, художественная студия, лаборатория творческого поиска. Как можно больше того, что особенно любят сами ребята: конкурсов, викторин, КВН, ярмарок творчества, дней Берендея, Нептуна, смеха, неожиданностей. Всего того, в чём они могут принять личное творческое участие.

### **Игра**

Хорошо бы иметь такой игровой, кружковый комплекс, который бы позволил ребёнку не только продолжить заниматься знакомым и любимым делом, но и приобщиться к самым

различным областям творчества: техническим, строительным, профильным, конструкторским, моделирующим, художественным, музыкальным, литературным, театральным.

Нет лучше формы приобщения ребёнка к познанию, чем игра. Во-первых, игра выступает как самостоятельная творческая деятельность — средство образования, воспитания, обучения, позволяющая детям приобрести знания, умения, навыки, развивать у них намеченные качества и способности (для этой цели используются игры дидактические, познавательные, интеллектуально развивающие, подвижные, ролевые, имитационные и др.). Во-вторых, это форма общения взрослых и детей, способ воспитательного воздействия на личность и коллектив. В-третьих — метод (обеспеченный приёмами) стимулирования интереса и творческой активности школьников в других видах деятельности: в учении, труде, общественной работе, спорте, туризме, организации досуга. В-четвёртых, игра — это способ создать эмоционально-эстетический фон жизнедеятельности детского коллектива, а также форма его организации, которая романтизирует атмосферу детской жизни и формирует мажорный стиль отношений.

Конечно, не все бытующие в детской среде игры можно оценить положительно с точки зрения воспитания. И речь в данном случае не только о запретных играх: азартных, карточных и т.д. Только тогда можно, к примеру, воспринять установку в лагере игровых автоматов, а также организацию компьютерных игр, когда это используется как элемент обучения работе на ЭВМ, когда к ним прибегают в плохую погоду (дождь, слякоть) и когда этому отводится незначительное время.

В процессе жизнедеятельности лагеря воспитание и оздоровление выступают как две взаимодействующие функции.

Чтобы этот принцип не был декларацией, а реально действовал, его суть должна отразиться в обоснованном распорядке дня; в планах работы руководителя лагеря, социальных педагогов и медицинских работников; в соблюдении допустимых физических и эмоциональных нагрузок с учётом возраста; в постоянном поиске оптимальной дозировки всех компонентов, составляющих процесс воспитания и оздоровления; в укреплении союза врача и воспитателя.

Режим дня — основа осуществления единого учебно-воспитательного и оздоровительного процесса, медицински и педагогически распланированной дозировки всех компонентов, составляющих активную и полезную жизнь детей в лагере в течение дня, недели, смены. Он вносит в жизнь детей стройность, определённую, дисциплинированность. Он — основа для определения бюджета времени активной деятельности, а следовательно, база планирования работы. Он — важный воспитательный фактор, ибо учит детей экономить время, прививает полезные навыки и привычки: аккуратность, дисциплинированность. Иными словами, “педагогическое” понимание режима дня значительно шире, чем гигиеническое. Он разный по времени для разных возрастных групп (7–9 лет — с 7.30 до 21.00; 10–14 лет — с 7.30 до 22.00), но в том и другом случае 1,5–2 часа должно отводиться на дневной отдых, включая сон.

### **Три “кита”, на которых держится распорядок дня:**

максимальное использование природно-климатических факторов;  
рациональная организация всей жизнедеятельности детей во время пребывания в лагере;  
полноценное питание, соблюдение санитарно-гигиенических правил и здоровый, достаточно продолжительный сон.

### **Природа**

Что такое природа для ребят на отдыхе? Лес, речка, поле и сад, солнце, воздух.

В большинстве своём места детского отдыха располагаются за пределами современного промышленного города, в живописном месте, где рядом есть лес и речка, где поблизости нет каких-то хозяйственных построек и местных предприятий, и, казалось бы, чего проще организовать дело так, чтобы вся жизнь ребят проходила на свежем воздухе. Однако, как

показывают многочисленные медико-гигиенические обследования, дети проводят значительную часть времени в закрытых помещениях; часами просиживают у телевизора, в кинозале (кино, сборы, репетиции, театрализованные представления, КВН и т.д.), в библиотеке или занимаются в кружках, спят в помещениях с закрытыми окнами.

На территории лагеря не всегда есть лёгкие навесы, веранды, беседки, где можно укрыться на случай дождя, в солнечный день читать и играть, не боясь перегрева, где воспитатель-педагог может провести беседу-откровение по поводу СПИДа, наркотиков, алкоголя и т.д. А иногда и так случается: турпоход и спартакиаду всё откладывают на потом, решая другие, казалось бы, более важные дела, а тут зарядил дождь на всю неделю — какой там туризм или спорт! А там и время прошло — смена завершилась.

Но и в солнечную погоду жизнь лагеря нередко регламентируется многочисленными предостережениями: солнце — это радиация, лес и трава пропитаны ядохимикатами, лесные и полевые тропинки, дно речки таят опасность, потому что здесь можно поцарапаться, порезаться, и т.д.

Так и получается, что о многих физических, биологических, химических, географических явлениях и процессах ребята по-прежнему черпают сведения лишь из учебников и книг, а не из общения с самой природой. Они так и не узнают названий деревьев, не определяют по голосу ни одной пичуги, не разведывают “биографию” речки, биологию её среды, не побывают на рыбалке, сборе ягод или грибов, не станут защитниками природы. Хуже того, в праздник Дня Берендея обломают растущий кругом кустарник, с корнем навырывают цветов и лекарственных трав.

Ну а если в лагере недостаточно зелёных насаждений или же его территория небольшая? Значит — выход в соседний лес, где можно не просто прогуляться по природе, а приблизиться к ней всей душой, телом, умом. Каждую рожицу, ручеёк, полянку, дорожку в поле, тропинку в лесу взять под свою опеку, защиту, наблюдение. Отрешиться от своего привычного обыденного городского существования, раствориться в мире природы.

## **Туризм**

Самое ожидаемое и желанное дело в лагере для ребят — это турпоход. Что влечёт их? Романтика, возможность вырваться из казарменных условий, раскованность, особый дух песен или специфический запах приготовленной на костре пищи, необычность обстановки, окружающей среды, а может быть, новизна статуса, роли в этом коллективном действии? Наверное, и то, и другое, и третье.

Но мало толку от похода, если у него нет цели, если всё сводится к тому, чтобы отшагать положенные километры, съесть припасы, пропеть песню и вернуться обратно. Поход — не просто оздоровительная прогулка, он должен чем-то обогатить, что-то воспитать в подростке.

При продуманной подготовке и организации в походе обычно интегрируются все стороны воспитания: нравственное, трудовое, эстетическое, экологическое, физическое; проверяются и формируются такие важные морально-волевые качества, как честность, дисциплинированность, смелость, решительность, отзывчивость, доброта, ответственность, трудолюбие. Именно в походе постигается смысл выражения “локоть друга”, осознаётся сила дружбы и товарищества. А сколько полезных навыков можно приобрести за несколько дней похода!

## **Спорт**

С помощью спорта и физкультуры в лагере решаются задачи физического воспитания: укрепление здоровья, физическое развитие детей, обучение плаванию.

Крайне важно, чтобы физкультурная работа соответствовала интересам детей, развивала инициативу, была массовой, строилась на принципах добровольности. Особенно рекомендуется вести занятия, которые трудно организовать в городских условиях (плавание, туризм, игры на местности,

лёгкая атлетика). Привлекают ребят атлетизм, различные виды восточных единоборств, игры “Спортландия” и “Весёлые старты”. Каждый, кто во время учебного года занимается в специализированной школе, классе, кружке или секции, должен получить возможность продолжить занятия спортом в лагере. Творчески подходя к делу, можно разнообразить, сделать увлекательной самую обыкновенную утреннюю гимнастику (достаточно, например, изменить музыкальное сопровождение или ввести в зарядку элементы танца). И возникает либо цирковое представление, либо морская стихия, а то и строительная площадка или массовый танец, появляются персонажи сказок для самых маленьких.

## **Труд**

Непременным условием организации жизни лагеря должен быть посильный труд. Многие родители и даже работники лагеря считают, что дети в каникулы должны только отдыхать, а не трудиться. “Скучен день до вечера, коли делать нечего”. Если рассмотреть типичный баланс времени по распорядку дня в лагере, то на сон, еду, спорт, развлечения ребёнок в лагере тратит в 22 раза больше времени, чем на труд. Но здесь важно не переиграть и не переусердствовать. Чтобы труд повышал работоспособность, положительно влиял на развитие подростка, способствовал приобретению элементарных трудовых навыков, он должен быть одновременно и посильным, и сложным как по содержанию, так и по технологии.

Крайне важно организовать трудовую деятельность детей интересно, занимательно, с выдумкой, увлечь их полезными практическими занятиями. Посмотрите, сколько интересных дел ожидает детей во время отдыха. Это и благоустройство территории и помещений, и поддержание в лагере чистоты и порядка, и изготовление нужных и полезных вещей, и охрана природы, и оборудование спортивных площадок, и, конечно, помощь местному населению в полевых работах, в сохранении лесов, шефство над ветеранами. При этом необходимо дифференцированно подходить к каждой возрастной группе детей и подростков.

## **Интересы**

Как бы замечательно ни была организована жизнь лагеря с точки зрения взрослых, она может не дать желаемого результата лишь по одной простой причине: если не будут учтены желания и любимые развлечения детей. Поэтому желательно время от времени проводить в лагере социологические мини-исследования, в ненавязчивой форме попросить у ребят совета и подсказки в том, как улучшить совместную жизнь, как лучше провести досуг. Одним словом, более чутко реагировать на запросы, интересы, настроения детей, уметь слушать и слышать их.

## **Взаимоотношения**

Непростые задачи, стоящие перед лагерем, можно успешно решить только в том случае, если организаторам удаётся создать в нём благоприятный микро- и макроклимат, в основе которого лежат доброжелательные отношения ребёнка со взрослыми и сверстниками.

Ребёнок — центр внимания и главный объект лагеря — должен быть уверен, что его защитят в случае обиды, оградят от произвола, от непредвиденных обстоятельств, откуда бы они ни исходили. Живя в коллективе, ребёнок должен иметь право и принадлежать себе самому, и вместе с тем ощущать радость от своей причастности к коллективу (за смену в 20–24 дня коллектив можно создать). И чтобы гармония во взаимоотношениях ребёнка — коллектив состоялась, их зависимость друг от друга предстоит сделать мягкой и ненавязчивой.

Не отказываясь от прежнего положительного опыта лагерных сборов, смотров, линеек, которые не стоит проводить ежедневно, можно организовать повседневную жизнь в малых

группах (9–15 человек) под руководством одного взрослого. В них легче подружиться, выработать общие интересы, заметнее проявить себя и свою самостоятельность, построить взаимоотношения детей и взрослых без специальных приказов и подчинения, на взаимопонимании и взаимоуважении. Каждой группе предоставить право выработать свою символику, ритуалы, форму управления и распределения обязанностей. При этом распределение обязанностей должно быть равноправным, с учётом пожеланий и интересов детей.

Функциональная задача группы — обеспечить бытовую жизнь подростка, выполнять требования совместного проживания, защищать, регулировать межличностные отношения. Целесообразнее организовать группы детей одного возраста. При этом не стоит забывать, что здоровье и жизнь ребёнка родители доверили социальному работнику.

В каждом лагере должны быть разработаны, известны детям, обсуждены на совете лагеря и утверждены “Центром”, которому лагерь в юридическом плане подчинён, так называемые Правила внутреннего распорядка. Слово “правило” берёт начало от слова “право” и обозначает положение, в котором отражены закономерность, постоянное соотношение каких-либо явлений.

Желательно, чтобы эти “Правила” были преимущественно разрешительными, а не запретительными. Надо, чтобы они начинались со слов: “Каждый ребёнок в лагере имеет право... на отдых, свободный выбор занятий, возможность участвовать в играх, турпоходах, следить за чистотой в палатах и на территории, быть ответственным за то или иное дело и выполнять его, отстаивать перед педагогом своё право на...” и т.д. С этого начинается ознакомление ребят с положениями Конвенции ООН о правах ребёнка.

Ограниченность задач, стоящих перед малыми группами, предполагает создание самых разнообразных кружков, клубов, центров, мастерских, секций, бюро, студий, где дети объединяются по интересам, профилю знаний, возрасту, совместной деятельности. Назначение этих лагерных подразделений — удовлетворить самые разные интересы детей, максимально развить их возможности и таланты. Как и в группе, управление клубом, кружками, студиями наряду со взрослыми специалистами-профессионалами должно быть доверено детям.

При определении содержания деятельности летнего оздоровительного учреждения необходимо учитывать, что в нём могут одновременно находиться ребята, входящие в состав самых разнообразных детских общественных организаций (пионерской, скаутской, патриотической, военно-исторической, милосердной и иной), а также придерживающиеся разных конфессий, национально-культурных традиций.

Особо актуальна задача подготовить персонал к работе с детьми в условиях летнего оздоровительного лагеря.

К профессионально значимым, по нашему мнению, относятся:

1. Знания о государстве и обществе: закономерности социального развития, сущность социальных, экономических и политических процессов в нашем обществе.

2. Знания о предмете труда (детях, подростках и взрослых членах детских объединений): особенности детской и взрослой физиологии и психологии, физиологические и психологические закономерности развития личности; физиологические особенности мальчиков и девочек, юношей и девушек; дифференцированный, индивидуально-личностный подход к воспитанию членов детских сообществ; основы этнопедагогики и этнопсихологии; методы изучения личности ребёнка; охрана жизни детей и подростков.

3. Знания в области социальной педагогики и психологии: стихийные, полууправляемые и неуправляемые процессы в детской и молодёжной среде; особенности функционирования и развития официальных и неформальных детских, подростковых и молодёжных сообществ, руководства ими; общение с коллективами детей и подростков, способы воздействий в процессе общения; методы психолого-педагогической диагностики детских и подростковых коллективов, личности.

4. Теории и методики работы в детских и подростковых объединениях: концепции воспитания детей; законы, правовые и юридические акты, регламентирующие деятель-

ность детских организаций и объединений, права и обязанности их членов; специфика цели, задач, принципов деятельности детских и молодёжных организаций различного типа, психолого-педагогические основы их деятельности; демократизация и гуманизация жизнедеятельности детских сообществ, пути сотрудничества детей, подростков и взрослых в организациях и объединениях.

5. Основы управления детскими объединениями и организациями. Важна и общая эрудиция: знания в той или иной области науки, техники, культуры и т.д. В равной мере это относится к руководителям как “малых групп” детей, так и детских учреждений летнего отдыха и оздоровления в целом.