

# РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ, или Как избежать ошибок новичку

**Андрей Маслов,**

президент Омского молодёжно-студенческого благотворительного фонда «Фабрика вожатых», кандидат психологических наук

**Ольга Знаменщикова,**

комиссар педагогического отряда «Фабрика вожатых»

**Павел Усков,**

командир Сибирского круглогодичного студенческого педагогического отряда «Фабрика вожатых»

**Анастасия Барановская,**

специалист Омского молодёжно-студенческого благотворительного фонда «Фабрика вожатых»

Представляем опыт работы педагогического отряда «Фабрика вожатых» в детском санаторном комплексе «Жемчужина России» и детском оздоровительном лагере «Юнга», г. Анапа. Адресуем это вожатому-новичку, который только что приехал в детский оздоровительный лагерь. Как учесть все нюансы в соблюдении режима дня в лагере?

## Подъём

Подъём в летнее время в 8.00.

Необходимо прийти в отряд за 5–10 минут до подъёма, а тем, кто живёт вместе с детьми, до подъёма успеть привести себя в порядок.

В первую очередь надо разбудить дежурных командиров (примерно за 5 минут до подъёма), которые вместе с вами станут будить всех остальных.

Будить детей надо ласково и нежно, без криков и громкой музыки. Не забудьте включить трансляцию. Полностью полагаться на дежурного командира не стоит, найдите сами в каждую комнату, убедитесь, что все встали.

Минут через пять пройдите снова по всем комнатам и, если кто-то ещё не проснулся, настойчиво потребуйте, чтобы все поднялись, так как в 8.10

уже начинается зарядка, а для этого надо одеться и выйти на улицу (перед корпусом или на стадион).

**Ошибки:**

«Ураган» — слишком резкий подъём и недостаточный контроль за тем, все ли вышли на построение, как одеты и так далее.

«Побудка мимоходом» — вожатый ограничивается тем, что заглянув в спальню, сообщает детям, что уже утро.

«Казарма» — свирепый вид и повторные упражнения типа «подъём-отбой», экстремальная лексика едва ли создадут у детей радостное восприятие начинающегося дня.

### Зарядка

Зарядка начинается в 8.10. Если с первого дня вы убедите детей в её необходимости и будете помнить о законе «Ноль-ноль», то у вас всё получится. Занимайтесь зарядкой вместе с детьми, предложите помочь в её проведении своих же детей, это может быть одним из заданий либо сменным поручением. Добивайтесь всего личным примером. Физические упражнения должны соответствовать возрасту детей, состоянию их здоровья, уровню физического развития и физической подготовленности. Не наказывайте детей за какую-либо провинность дополнительными кругами по стадиону во время зарядки. Помните, что у ребёнка может быть ослабленное здоровье. Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10–15 минут на открытом воздухе, в дождливую погоду — в хорошо проветриваемом помещении.

#### Ошибки:

«Лавина» — опаздывающий на зарядку отряд устремляется вперёд неуправляемой массой. Жертвы весьма вероятны.

«Эпидемия» — группа детей (чаще — девушек) всем видом показывают, что больны, и вы оставляете их в спальне. НЕТ! Приглашайте партнёра или командира отряда и в его сопровождении больные направляются в медпункт немедленно.

«Спортивный клуб вожатых» — группа развлекающихся вожатых, с юмором и образцово выполняющих комплекс упражнений смотрится шикарно, но, в первую очередь, нужно следить за детьми.

### Операция «УЮТ»

Вернувшись с зарядки, вы даёте детям время умыться и начинаете вместе с дежкомами проверять, как дети убрались в комнатах. Что должны они сделать? Заправить кровати, убрать все вещи в шкаф, в шкафу все

вещи разложить по полочкам, проверить тумбочку, нет ли там грязи, грамотно ли запакованы продукты, повесить лицевое полотенце на спинку кровати к голове, ножное полотенце на спинку кровати к ногам, стряхнуть песок со своей кровати, подмести пол, выгрести мусор из-за батарей, из-под кроватей, привести в порядок обувь, разбросанную или оставленную под кроватями. Вожатому необходимо постоянно контролировать этот процесс, не оставляя детей одних ни на минуту, постоянно напоминая, что ещё надо сделать и в каком окончательном виде комната должна быть.

#### Ошибки:

«Бумеранг» — дети, выйдя из спальни, возвращаются туда за вещами после уборки и сводят её результаты к нулю.

«В некоторых местах» — уборка делается поверхностно, и проверяющие найдут пыль на кроватях, панелях, имущество под матрацами, тряпку в неполюженном месте, продукты в тумбочках, обувь под кроватями и т.п.

«Не проснулись» — если не уделить внимания настроению отряда, на линейке он будет рассеян, не собран.

### Утренний сбор (УС)

Он проводится либо до завтрака, либо сразу после него. Не давайте детям расслабиться, соберите их на отрядном месте и проведите сбор. Он пройдёт эффективно, если вы начнёте его с игры, новой шутки, чем-то заинтригуете детей. Вообще смысл УС — задать тон всего дня, рассказать детям о том, что ожидает их в течение дня, то есть сообщить точный план на день. Хорошо, если один из дежкомов уже успел написать и вывесить план на стенд на отрядном месте. Далее очень чётко без философских отступлений, расскажите, что ждёт детей в течение дня (конкретно, кто, куда, во сколько, если дело касается спорта, кружков). Если

какие-то моменты плана на день касаются не всего отряда, расскажите, чем займутся все остальные. Спросите, что детям непонятно в плане, ответьте на все их вопросы по дню. План обязательно должен висеть на отрядном месте. Если вы решили что-то изменить в плане, необходимо поставить в известность администрацию лагеря. Если вы не успели выбрать на день дежкомов вчера вечером, сделайте это хотя бы сегодня утром, снимите с себя часть хлопот.

### Питание

На любой приём пищи дети идут, вымыв руки, и вожатый должен это проконтролировать. Ребята строятся перед специальной чертой (сначала в холле, а затем у лестницы в столовую) и ждут команды вожатого. Ни в коем случае не входят в столовую без него. Дежурный командир за пять минут пересчитывает порции, проверяет, хватает ли ложек, вилок, стаканов, хлеба, стульев, чистые ли столы. Отряд заходит в столовую только в полном составе, а не по частям. С первого же дня надо показать, что у нас недопустимо заходить в столовую по одному. И объяснить, что одна из главных причин та, что выставляются порции по конкретному количеству человек. Вожатый отвечает за то, что их количество совпадает с количеством детей в отряде. Не забудьте, что есть дети, которым может быть что-то противопоказано, что некоторые могут есть медленно. Обращайте внимание на качество еды! И от вас зависит нормальное состояние детских желудков. Следите, чтобы дети не выходили из-за стола, ничего не поев, чтобы до еды они не наелись чипсов, купленных в ларьке. Не забудьте о традиции «чистого стола». Не забывайте напоминать детям, что с набитым ртом не разговаривают. И в нашей столовой не кричат и не аплодируют.

#### Ошибки:

«Самотёк» — некоторые вожатые думают, что могут и сами покушать, когда отряд вошёл в столовую. Это неверно. Только убедившись, что все заняли свои места, всем хватило порций и ещё раз напомнив детям о культуре приёма пищи, вожатый отправляется за вожатский стол. Приятного аппетита!

«*Приоритет желудка*» — непростительно бежать в столовую сломя голову, не дожидаясь сигнала горна.

«*Самостоятельное возвращение*» — становится ошибкой, если не отработаны чётко действия дежкома и всего отряда. Если не уверены, что отряд можно отправить чуть вперёд, не делайте этого. Категорически нельзя оставлять отряд без визуального контроля. Нельзя отправлять отряд в корпус под командованием дежкома в течение первой половины смены или если дежком не обладает развитыми организаторскими способностями.

### Завтрак

На завтрак обычно дают кашу и порционные блюда: сыр, колбасу, творожки, сырки и т.п. Каждый вожатый обязательно пересчитывает порции своего отряда, если не хватает, просит добавить порцию (необходимо помнить, что медпункт забирает порции для тех, кто в изоляторе). Если это порезанные сыр, колбаса и т.п., то надо взять вилку, которой вы будете раздавать продукты.

### Обед

На каждом первом столе ряда должна стоять супница, около неё — поварёшка. Младшему, а иногда и среднему отряду лучше всего суп сразу разлить по тарелкам. Но даже за старшими детьми надо смотреть, как они едят суп. Если надо, уговаривать, настаивать съесть хотя бы 3–5 ложек горячего. Не забывайте напоминать детям, что они могут получить добавку супа.

### Полдник и второй ужин

Во время полдника и во второй ужин может так случиться, что вожатый сам накрывает на свой отряд, поэтому

необходимо чётко распределить количество сока и т.п., чтобы хватило всем. Наливать в стаканы следует «по рисочку» и не меньше. Не позволяйте детям выносить продукты из столовой. Помните, что если вы один раз им это разрешили, то потом будет очень сложно убедить их в том, что этого делать не следует. Обязательно соберите весь отряд и проследите, чтобы каждый ребёнок получил полдник и особенно второй ужин.

### **Ужин**

На ужине снова раздаются порционные блюда: обычно это фрукты. Дайте фрукт каждому ребёнку в руку, тогда вы убедитесь, что никого не пропустили, что всем хватило. Если дети отказываются от порционных блюд, предложите их тем, кто хочет добавки. Не стремитесь оставлять порционные блюда себе, родители часто спрашивают детей, куда идёт та еда, от которой они отказываются. И возникают большие проблемы, так как родители платят за лето большие деньги.

#### **Ошибки:**

«Ужин нам не нужен!» — какой там ещё ужин, когда до выступления осталось полчаса, а ничего не готово! — подумает иной ретивец. Как он ошибается! Спешка во время приёма пищи, неудовольствие от ужина мгновенно перенесутся и на впечатления о деле, на настроение детей, существенно повлияют на педагогические результаты дела. А казалось бы...

### **Самообслуживание. Забота о детях**

На время смены вожатый для детей — и мама, и папа, и нянька, и друг. Вы не даёте детям скучать, организуя их досуг, вы стараетесь не выпускать из виду их внутреннее состояние: настроение и самочувствие, стараетесь приучить их к самостоятельной жизни.

Ненавязчиво, но настойчиво вы должны следить за такими вроде бы очевидными моментами (это касается любого возраста):

- по утрам необходимо чистить зубы, умываться;
- мыть руки надо, если вы вышли из туалета, перед каждым приёмом пищи, после занятий спортом, трудового десанта, а вообще, **чем** чаще, тем лучше;
- вечером, перед сном следует мыть ноги;
- мыться в душе следует хотя бы раз в два дня;
- одеваться надо по погоде, чисто и опрятно, не забывать расчёсываться;
- грязную одежду можно складывать в мешок (подарок родителям), а можно попробовать самостоятельно постирать (младшие отряды сдают в прачечную);
- расстилая или застилая кровать, необходимо стряхнуть простынь (летом у детей песок даже в ушах);
- все дырки, прорехи, оторванные пуговицы можно пришить с помощью нитки и иголки;
- промокшие во время дождя или купания вещи и влажные банные принадлежности не надо запихивать в шкаф;
- уборку в палатах надо производить дважды в день, следить за тем, чтобы уборщицы проводили влажную уборку;
- не забывайте, что медицинскую помощь должны оказывать врачи. Если вам кажется, что ребёнок болен, лучше перестраховаться и сводить его в медицинский пункт;
- если дети на три недели оторваны от родителей, это не значит, что они не должны умываться, причёсываться и следить за собой. Кроме вожатого, о детях позаботиться некому — помните об этом.

### **Час абсолютной тишины (ЧАТ)**

Дайте детям отдохнуть, какого бы возраста они ни были. Время тихого часа — два часа. Малышей можно уложить спать, подросткам дайте возможность почитать, поразмышлять, найдите спокойные настольные игры. Заведите правило: в тихий час никаких разговоров, хождений.

**Ошибка:**

«*Постепенность*» — неверно думать, что в первый день к тихому часу можно относиться неслишком требовательно. Как организуете тихий час в первый день, так он и будет у вас получаться в дальнейшем. А дети нуждаются в отдыхе, даже если они об этом не подозревают. Пошутить хотели... — иногда ребята пытаются воспользоваться беспомощным состоянием спящих товарищей, чтобы «пошутить» — вымазать их пастой, краской, пришить простыни, связать шнурки ботинок и т.п. *Это недопустимо!* Обидеть человека легко, а восстановить после этого добрые отношения в отряде, стереотипы поведения в лагере, доброе имя ДОЛ и своего корпуса крайне затруднительно. Кто так шутит — враг лагеря и ему не место в нашем лагере!

**Душ**

Летом в каждом корпусе работает два душа: для девочек и мальчиков. Не следует забывать, что работают они не круглосуточно. Старайтесь мыть детей хотя бы раз в два дня. Перед походом в душ проверьте, чтобы у каждого ребёнка был с собой набор банных принадлежностей, чтобы дети не забывали взять с собой полотенце. Следите за тем, чтобы ваши дети не шли в душ полуголые. Напомните им, что существуют законы детского общежития. Если вам идти через улицу, пусть дети после душа что-нибудь накинут на себя, чтобы потом их не продуло. Во время дежурства в душе надо проверять, чтобы, уходя, дети выключали воду, оставляли открытыми двери, чтобы в душе не мусорили и не оставляли свои вещи. Вожатый должен как минимум дважды проверить душ: перед тем, как запускать детей, и после того, как они помылись. Если дети оставили после себя грязь, а вожатый вовремя не заставил их убрать, он должен сам убрать за детьми. Обязательно находитесь рядом во время мытья ваших детей, потому что случиться может всякое.

**Ошибки:**

«*Коммунальная собственность*» — дети нередко забывают о гигиене, обмениваясь личными вещами, предметами туалета. У каждого есть только своё бельё, колготки и прочее по-

добное. Если уж возникла необходимость использовать чужие вещи, подумайте о гигиене, стирке-глажении и сохранности.

**Вечерняя свеча (ВС)**

Она обычно делится на две части: заканчивающийся день и предстоящий. В первую очередь, надо подвести итоги прошедшего дня. Хорошо, если вы сразу завели традицию в вашем отряде проводить не просто ВС, а маленький «огонёк» со свечкой. Детям обычно это больше нравится. На ВС:

- оцените предыдущий день (как вариант: рука, опущенная в самый низ — всё очень плохо, поднятая в самый верх — всё классно, где-то посередине — так себе);
- что понравилось, что нет, а главное — почему;
- оцените работу дежурных заканчивающегося дня (если их два, то грамотнее оценивать их по отдельности);
- поблагодарите их за работу;
- расскажите детям о примерном плане на следующий день (хотя здесь могут быть варианты: можно создать вокруг каждого дня атмосферу тайны, но это уже по выбору вожатого);
- выберите дежурных на следующий день (дети должны представлять, насколько сложен день, и в зависимости от этого предлагать себя или нет на роль дежурных);
- поздравьте их с назначением;
- не забудьте про традицию прощания.

**Ошибки:**

«*Камера пыток*» — занудное вытягивание из ребят ответов на неинтересные вопросы не способствует рефлексии прошедшего дня.

«*Затянутость*» — даже если интересно, распорядок дня нужно соблюдать. Лучше уйти с огонька с чувством, что его было мало, чем с ощущением радости от того, что он закончился!

### Свободное время

Каждый ребёнок должен иметь время для занятия любимым делом, для мечтаний в тишине. Если он не может организовать своё время сам, об этом должен позаботиться воспитатель. Напоминайте детям, что лучший отдых — это смена деятельности.

*Ошибки:*

«Можно сбегать в другой отряд?» — часто просят дети в такие моменты. Нельзя. Ваши коллеги изо всех сил пытаются «усыпить» отряд, а тут прибежит ваш посланец... Незадача!

«Всё идёт само собой» — даже в конце смены не надо легкомысленно рассчитывать, что процедура побудки произойдёт без вашего вмешательства. Дети должны видеть, что вы рядом с ними.

### Репетиции

Если вы записались на репетицию в танцевальный зал, то придите обязательно вовремя. Если в подготовке номера занят не весь отряд, не тащите его в полном составе в зал, это абсолютно не нужно. Найдите, чем занять детей, а с напарником распределите обязанности, кто ведёт детей на репетицию, а кто и чем занимает оставшихся детей. Вписывая свой отряд в график репетиций, внимательно просмотрите дружинный план и убедитесь, что это время ничем не занято. Помните, что надо дать детям время на сбор, на то, чтобы дойти до места репетиции. После душа планировать репетицию не имеет смысла.

*Ошибки:*

«Гигантомания» — хочется многого. А как потом всё это разместить на маленькой сцене? Как обеспечить надёжное крепление громоздких и тяжёлых частей?

«Костюмы — не главное...» — зря вы так думаете. И напрасно откладываете подбор

костюмов для персонажей на последний момент. А подготовка костюмов требует и продумывания их отбора, глажения, хранения в подготовленном виде.

«Определение на ходу» — теряется время, настроение и качество подготовки, если накануне вечером она не была подробно спланирована.

«Продумывание в основном» — порой время теряется из-за того, что забыта какая-то мелочь — например, гвозди или молоток, шпагат и т. п. Важно продумывать работу в деталях и подробностях. Ошибки на этом поприще встречаются редко и не бывают судьбоносными. Но! Не использовать в качестве реквизита опасные для жизни и здоровья предметы, приспособления и вещества!

«Просочившиеся» — иногда в монолитной работе отряда возникают некоторые трещинки, сквозь которые может просочиться один-другой ребёнок и выпасть из работы. Тогда он не получит удовлетворения, Вы — результата, родители — гарантий безопасности ребёнка. Не проглядите!

«Новобранцы в строю» — выполнение строевых приёмов и команд, особенно «Смирно, равнение направо!» в движении требует специальной отработки и напоминания.

### Дружинное дело

Привести отряд на костровую площадку на дружинное дело надо минимум за десять минут до начала дела. В это время поиграйте с детьми во что-нибудь, попойте песни. Здесь необходимо следить за порядком в своём отряде, не позволять недопустимых выходов и выкриков, если дети «кислые», подзадоривать их, «заводить». На дружинном мероприятии Вы всё ещё вожатый, а не просто зритель, даже если происходящее на сцене очень захватывает Вас самих и, наблюдая за действием, так не хочется отвлекаться.

При уходе с костровой площадки не забудьте, что вы уходите с отрядом, а для этого надо собрать их всех вместе.

**Ошибки:**

«*Конкуренция*» — утренние дела часто бывают спортивными. Нельзя допустить, чтобы здоровое соперничество превратилось в злобные нападки на своих товарищей и на другие отряды. Взаимная поддержка, радость за успехи других — вот наше кредо!

«*Растерянность, экстаз*» — две крайности в психоэмоциональном состоянии отряда к началу дела. Дети должны быть настроены на дело и сконцентрированы, настроение отряда должно соответствовать задачам и теме дела.

«*Главное — хорошо выступить!*» — это неверно даже отчасти. Главное — чтобы переживания детей в ходе и после дела дали им возможность извлечь из него максимальную пользу для своего личностного роста.

«*Эйфория/депрессия*» — слишком эмоциональные переживания, если они затянутся и выйдут из-под контроля вожатых, чреватые потерей времени, настроения, эмоционального комфорта в отряде.

«*Упадок сил и настроения*» — возможно, вы проиграли в конкурсе или неудачно выступили. Или просто устали. Это не оправдание унылого, этапного перемещения отряда к корпусу, навещающего тоску даже на кухонных кошечках. «Собраться с силами! Завтра будут ещё дела!». Но, с другой стороны, дети и не должны изгибаться в конвульсиях удовольствия на пустом месте.

### Отбой

Готовить детей ко сну необходимо заранее, так как у ребят часто именно после отбоя возникает потребность делать гигиенические процедуры. Именно для этого в ДОЛ «Юнга» существует время, именуемое «подготовкой ко сну», на которую даётся сигнал в 22.30. Постарайтесь не оставлять детям из этого получаса 10–15 минут, они просто ничего не будут успевать и задержат отбой, что непозволительно, или лягут спать грязными. Поэтому при приближении стрелок часов к заветной циф-

ре 22.30 сворачивайте все свои дела и отправляйте детей мыться. Обязательно сами следите за этим процессом, напоминайте тем, кто уже умылся, сколько времени осталось до отбоя. И помните, что в это время вожатый постоянно должен быть среди детей, а не в вожатской, не у телефона и т.п.

С первого дня заведите правило, что за пять минут до отбоя все должны лежать в кроватях, сменив обычную одежду на спальную, аккуратно сложив повседневную одежду. Не списывайте на возраст старших, что их не уложить. Будьте спокойны, но требовательны. Проверьте, все ли дети во время отбоя на своих местах, если кого-то не хватает, узнайте, где может быть ребёнок, у детей вашего отряда. Сообщите дежурному администратору.

Перед своим сном убедитесь, что все дети на местах и все спят. Никогда не оставляйте детей одних, рассчитывая, что они уже спят.

Во время отбоя можно включить медитативную музыку, тихонько поиграть на гитаре, почитать сказку или легенды, но всё очень тихо и реагируя на каждый шум в комнатах детей.

**Ошибки:**

«*Весёлый отбой*» — время неформального общения. Но если оно перейдёт в обмен остротами, вызывающими приступы безудержного хохота, бессонная ночь вам гарантирована. А детям — превратное представление о лагере.

«*Прощальный пистон*» — хлопок воспитывающей агрессии перед сном разрушителен. Оставьте ваше недовольство до утра, замените репрессии огорчением, в крайнем случае — коротко переговорите с зачинщиком возмущившего вас факта без свидетелей. **НО**