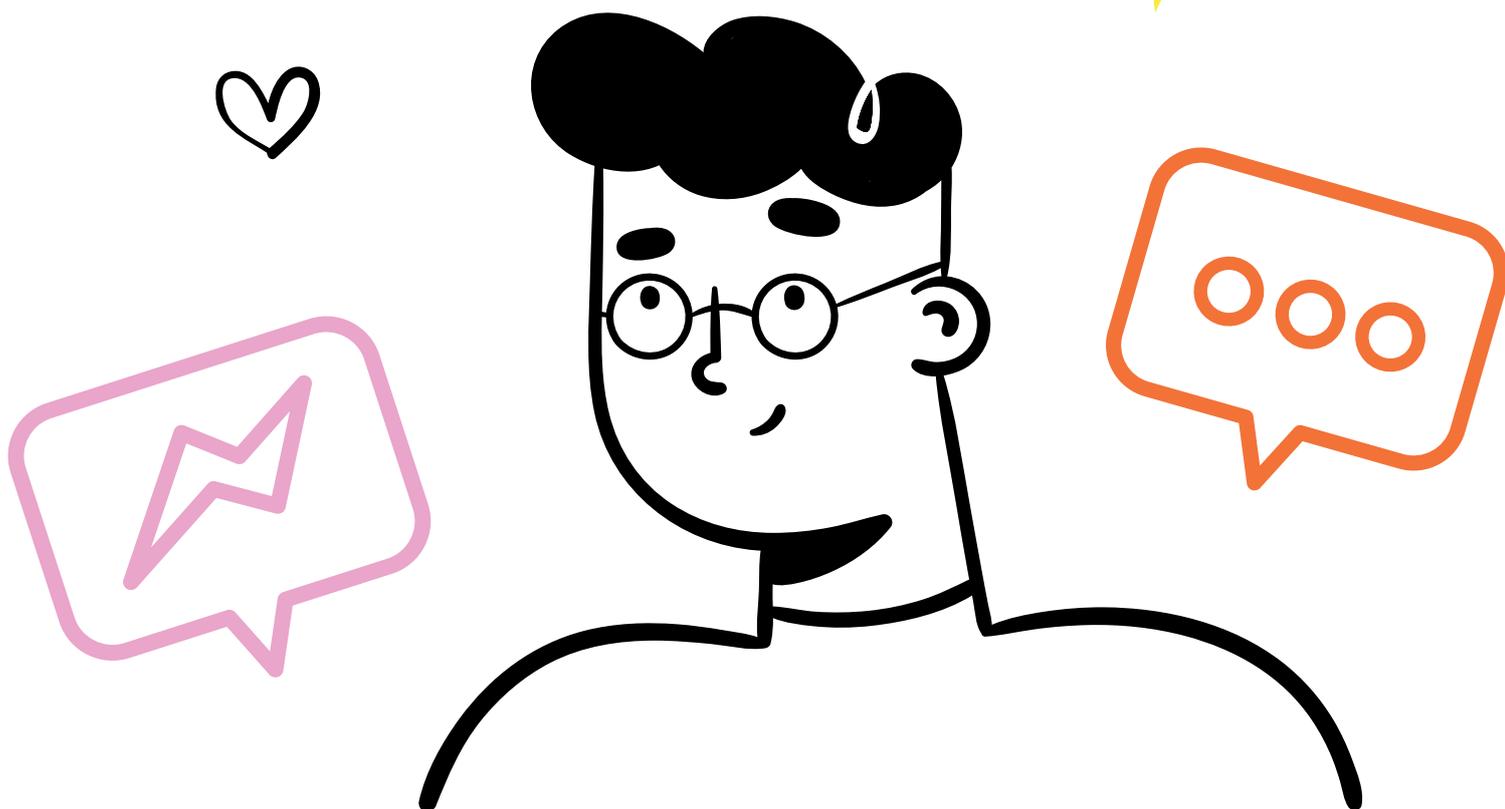


## Методическое пособие для вожатых



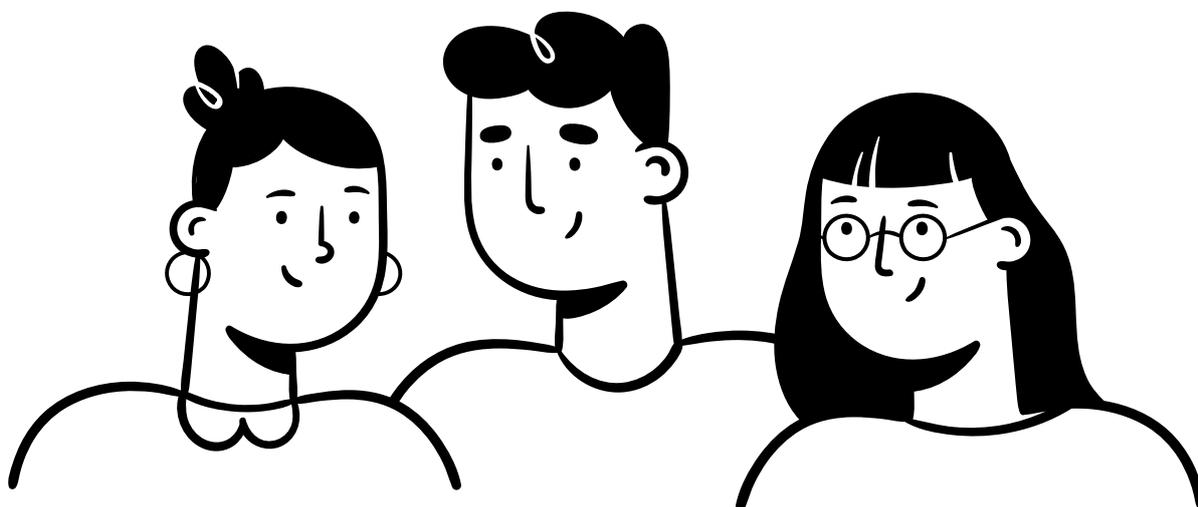
## Что делать, чтобы...?



Что делать, чтобы включить лето? Попробовать свои силы в качестве вожатого. Быть готовым справиться со сложностями помогут советы экспертов Ассоциации детских программных лагерей. Быть вожатым – это выходить из зоны комфорта: трудной вместе с тем увлекательно. Потому что детский лагерь – лучшее пространство для личностного роста!

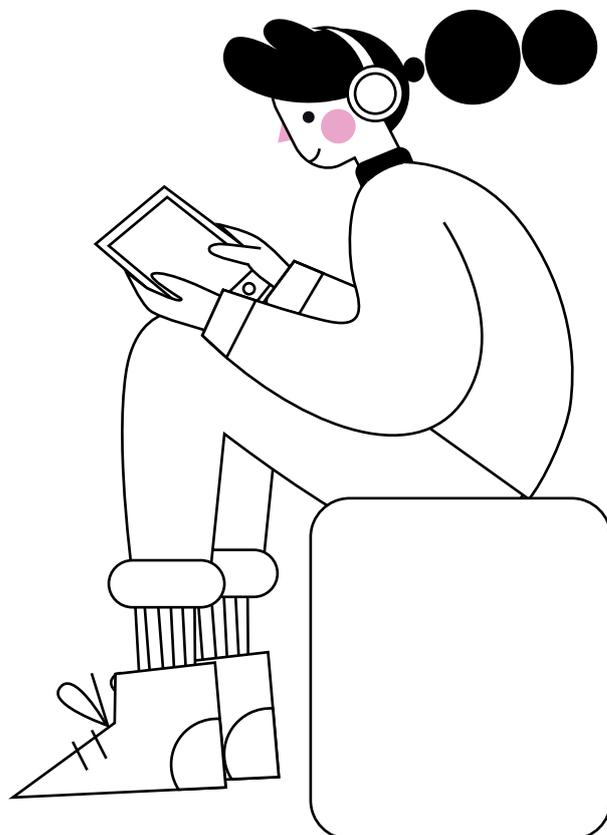
Проект "Включатель лета"

поддержан Фондом президентских грантов.



## Содержание

- Стр 4-9**      Что делать, чтобы создать команду из отряда?
- Стр 10-18**    Что делать вожатому, чтобы завоевать авторитет?
- Стр 19-28**    Что делать вожатому, чтобы быть в ресурсе?
- Стр 29-32**    Что делать, если ребенок в лагере в первый раз
- Стр 33-42**    Что делать, чтобы отряд был здоров?
- Стр 43- 52**    100 лайфхаков для вожатых младшего  
(и не только) отряда.



## Что делать, чтобы создать команду из отряда?

Прежде всего давайте ответим на вопросы:

зачем вожатому создавать из отряда команду? Как вожатый ведет за собой? Почему дети готовы без принуждения следовать правилам коллективного взаимодействия? Почему порой это не получается, и цель, которую мы перед собой ставим, не достигает результата?

**На вопрос «Что для тебя важно в лагере?»**

**88% опрошенных ребят ответили «еду в лагерь ради атмосферы»**

Хорошая, душевная атмосфера в отряде — основная часть вашего успеха. Более того, это именно то, к чему мы в итоге стремимся, следя за дисциплиной, проводя мероприятия. Основная задача вожатого: из сборища детей сделать Отряд (с большой буквы «О»). Отряд — дружная работоспособная команда, группа единомышленников, в которой царит дух взаимопомощи и поддержки. Атмосфера на отряде иногда важнее дисциплины. А точнее, можно даже сказать так: дисциплина — одно из средств достижения цели, атмосфера — это и есть самоцель. Когда детям хорошо и уютно в отряде,

то и с дисциплиной проблем возникает гораздо меньше. При этом дети смогут раскрыть свои творческие способности, а возможно, прожить смену, которая запомнится им на всю жизнь.

**На втором месте (86%) по ответам на вопрос «что для тебя важно в лагере?» ребята ответили «найти новых друзей и пообщаться со старыми знакомыми».**

Без дружбы между собой, без общения в отряде и совместного времяпровождения кто-то из детей будет скучать в лагере и копить недовольство. Когда вожатый всех сплотил, тогда все в любой момент найдут себе занятие. Вожатый, как бы ни старался, как бы ни проявлял внимание к каждому, не сдружив детей между собой, не сможет добиться чувства удовлетворения от лагеря у детей. Сплочённый отряд стирает чувство незащищённости и одиночества.

Но сплочение в отряде не появляется само по себе: все ребята разные, разные вкусы и интересы, жизненная позиция и ценности, воспитание и увлечения, темпераменты. Нельзя подавлять их разницу интересов, но можно организовать их общение.

**Попадая в отряд, ребята становятся участниками временного детского коллектива и проходят этапы по его формированию:**

- Знакомство
- Снятие психологических барьеров
- Осознание своего места в коллективе
- Достижение результата совместной деятельностью
- Ощущение необходимости своего присутствия для существования коллектива

От активных действий вожатого зависит успех прохождения всеми участниками отряда каждого из этапов и время, затраченное на это.

## **Как создать в отряде нужную атмосферу?**

- Ставить перед отрядом цель «стать командой», а лучше «одной семьей»;
- Говорить «мы», а не «я» / «ты»;
- Устанавливать положительные отношения между взрослыми и детьми, формировать нравственный климат в коллективе;
- Искать индивидуальный подход к каждому ребенку;
- Предъявлять единые педагогические требования ко всем детям, выделение любимчиков и не любимцев крайне отрицательно сказывается на сплочении команды;
- Собирать детей вместе в работе, даже в мелочах мелочей;
- Обращать внимание детей друг на друга, подталкивать к завязыванию контактов. Следить, чтоб никто не изолировался;

- Препятствовать образованию «кланов» — небольших замкнутых группок. Бывает, что несколько человек, давно знакомых, приезжают в лагерь вместе, селятся в одну комнату, и больше ни с кем не общаются. Такие группки надо ненавязчиво разделять и разбавлять;
- В первые дни постоянно собирать отряд вместе, стараться не делить его. Мотивировать ребят на поддержку друг друга и представителей отряда во всех общелагерных играх и состязаниях;
- Проводить командные игры, где нужна взаимовыручка. Игры формата «веревочный курс»;
- Продумать процесс деления на группы внутри отряда. Если просто сказать «делимся на 2 команды», то вы получите, скорее всего, вариант «мальчики против девочек». Если команд больше, чем две, то обособятся «кланы», причём кого-то наверняка не возьмут ни в одну команду. Поэтому делить на команды, особенно в первые дни, надо хитро. Чтоб дети, сами того не замечая, оказались поделены на группы и перемешаны между собой;
- Вводить «карусель поручений»: выбирать разных ответственных и помощников, чередовать обязанности, вовлекать всех ребят в общественные дела;
- Давать каждому проявить себя, включать всех в деятельность, открывать новые таланты;
- Создавать ситуацию значимости для каждого участника;
- Вместе радоваться и вместе обсуждать неудачи;
- Давать ребятам конструктивную обратную связь вместо

критики: отмечать что было сделано хорошо и что бы можно было изменить в будущем;

- Предлагать общее дело. Ничто так не сближает, как общее дело, совместное преодоление трудностей. Надо стараться создавать ситуации, где дети могут проявить заботу друг о друге. Общее дело — это не обязательно мероприятие, которое вы проводите. Это что-то необычное, интересное, захватывающее. Фантазия вожаго всегда должна работать в этом направлении.

- Вселять командный дух: «Один за всех, все за одного!» Этот мушкетёрский девиз — как раз то, что нужно;

- Постоянно напоминайте детям, про то как классно, что вы все вместе, вы команда. «Мы самый лучший отряд!» — постоянно повторяйте. Находите объективные подтверждения этому. Важно создавать ситуации успеха для отряда и акцентировать на этом внимание, выделяйте то, чем дети могут гордиться. Очень хорошо ссылаться не мнение других вожатых. Верьте в своих детей в состязаниях и выступлениях на сцене. Дети чутко чувствуют фальшь, когда вожатые в них не верят и сразу говорят о проигрыше;

- Танцевать вместе на дискотеке и петь песни. На дискотеке надо зажигать с детьми. Плохо, когда ваши дети расползаются по углам или тусуются небольшими кучками. Сделайте большой отрядный круг, отрывайтесь в нём, и пусть другие завидуют.

- Придумывать отрядные фишки — то, что будет вас отличать от других, что будет только ваше.

Тут нет предела фантазии. Можно придумать свою кричалку, и кричать её по пути в столовую, свой элемент одежды, отдельный вид построения, приветствия, музыку для сбора отряда и т.д. Главное не перестараться в странностях, ведь если кто-то слишком оригинальничает, он рискует показаться смешным, а этого дети боятся, как огня.

- Заводить традиции отряда: стену настроения или уголок достижений и др.

- Проводить свечки и рефлексировать. Планировать вечерние огоньки или свечки – события, заряженные на атмосферу по максимуму. Тут и возможность всех выслушать, почувствовать командный дух, найти родственную душу, проявить эмпатию и узнать самое сокровенное друг про друга. Это момент искренности, а это большая ценность, это то, чего всегда не хватает. А еще прекрасная возможность для вожатых узнать настроение отряда, выявить ребят, кто чувствует себя одиноко или некомфортно, предложить им помощь и свое внимание на следующий день.

**Вожатому важно понимать, что все вышеперечисленные приемы планомерного создания команды в отряде и поддержания её сплоченности в течение всей лагерной смены – это очень творческий и крайне многозадачный процесс. И именно здесь проявляется вся суть вожатского мастерства...**

## Программный лагерь «Ваганты»

### Что делать вожатому, чтобы завоевать авторитет?

Вожатый и ребенок – две основные фигуры в лагере. Личности, чьи взаимоотношения на смене оказывают непосредственное и решающее влияние на весь воспитательный процесс, определяют его успех. Одной из главных составляющих является создание в лагере атмосферы глубокого взаимопонимания, доброжелательности, уважения, сотрудничества. Успешное решение сложных и ответственных задач воспитания детей любой возрастной категории зависит от личности вожатого, его нравственной позиции, профессионального мастерства, эрудиции и культуры. Опыт убеждает, что влияние вожатого на ребенка, его успешная педагогическая деятельность зависит от авторитета вожатого.

Авторитет – качество вожатого, характерное признанием и уважением окружающих людей за его дела, знания, жизненный опыт.

Отношение детей к авторитетному вожатому в лагере всегда

положительно, эмоционально окрашено и насыщено. Чем выше этот авторитет, тем весомее каждое его действие. Всегда важно помнить: то, что говорит любимый вожатый, воспринимается совсем по-другому, чем то, что говорит презираемый или чуждый детям человек. Каким образом завоевать этот авторитет, если вожатый только сегодня встретил свой отряд, и ни о какой взаимной привязанности на первых минутах не может быть и речи? Как завоевать авторитет у детей своего отряда? Этот вопрос особенно волнует вожатых-новичков. Но часто и более опытные педагоги, отработавшие несколько сезонов в детском лагере, не могут найти на него ответа. Рассмотрим более подробно составляющие, из которых складывается авторитет вожатого:

## **Любовь к детям и к профессии вожатого**

Любовь к детям является важным условием формирования вожатского авторитета. Уважение и доверие к ребенку – важнейшее слагаемое личностного компонента авторитета вожатого.

## **Внешний вид вожатого**

Авторитетный вожатый всегда требователен к своему внешнему виду, соблюдает правила гигиены, аккуратен и содержит свою одежду в чистоте и порядке. Образ вожатого продуман до мелочей, и каждая деталь, несомненно, важна! Начиная от прически, заканчивая шнурками на обуви, которая, кстати, тоже всегда чистая.

## **Речь вожатого**

Одним из положительных качеств авторитетных вожатых является обладание правильной, четкой и выразительной речью. Избегайте жаргона и грубости, постарайтесь очистить свой лексикон от слов-паразитов, говорите правильно и четко. Не думайте, что подростковый сленг сближает вас с детьми. Чаще это просто выглядит смешно. Манера разговора тоже очень важна – никогда не кричите на детей, повышая громкость голоса, вы только поднимаете шумовой порог, и дети начинают шуметь ещё громче. Крики на детей говорят только об одном – о вашей неуверенности. Разговаривайте спокойно и уверенно. Повышайте тон – только для демонстрации вашего недовольства, спрячьте ваше тепло, обрисуйте на лице холод и негодование. Не повторяйте дважды. Если вы все свои распоряжения будете повторять по несколько раз, дети быстро перестанут реагировать на первый и будут ждать N-го предупреждения. Вожатый не должен много говорить, чтобы добиться поставленной цели – используйте короткие веские фразы.

## **Характер вожатого**

Спокойствие, выдержка, тактичность и главное дисциплинированность вожатого являются положительными его качествами. Будьте последовательны в принятии решений, не отступайте от намеченных планов, но умейте признавать свою неправоту.

## Внимание к детям

Вожатый должен знать, чем живут и интересуются его дети. За теплое и чуткое отношение к ним, дети платят такой же теплотой и привязанностью. Для всего этого не требуется много времени, нужно только внимание. В жизни ребенка бывает много случаев, когда он не знает, как нужно поступить, когда он нуждается в помощи, в совете. И если он обратится за помощью к вожатому, то это говорит, что он ему доверяет, а значит, вожатый является для него авторитетным.

## Педагогический оптимизм

Педагогический оптимизм позволяет вожатому работать как можно добросовестней. У вас всегда должен быть четкий план действий. Почасовой, поминутный, творческий и гибкий, не в методичке, а в голове. Такой план, который представит вас ребятам как уверенного специалиста и незаменимого друга. Это придаёт вам такое ценное спокойствие и чувство уверенности, а значит, и хорошее настроение, а без него никуда! Это чувство передаётся детям, и ваши отрядные дела пройдут от этого ещё лучше.



## **Соблюдение субординации**

Очень важно уметь выстраивать отношения с коллегами и администрацией лагеря, а также с ребятами своего отряда. При любых ситуациях ни в коем случае нельзя подрывать авторитет товарищей-вожатых и сотрудников лагеря и администрации. Нельзя отзываться пренебрежительно об их личных качествах и недочетах в работе, вступать в словесные перепалки и споры, огрызаться. Любой конфликт решается не на глазах у детей или коллег, а в спокойной обстановке без ребят и других зрителей. Также важно выстроить отношения со своим отрядом. С вожатым можно посмеяться и подшучить, но если он сказал «нельзя», то любые споры невозможны. Соблюдайте субординацию – помните, дистанция – ваш друг. В работе с детьми не допускайте панибратского, непочтительного, фамильярного обращения. Вы в этих отношениях взрослый и несете ответственность. Соответственно вам и предстоит выстраивать границы.

## **Отрицательные формы выстраивания авторитета**

В большинстве случаев, вожатые-новички прибегают к ложным формам авторитета, стараются понравиться детям, проявляя излишнюю доброту и нетребовательность, проявляют несвойственные им черты характера (вожатые, обычно применяющие

демократический стиль общения с детьми, оказываясь на отряде трудных детей, начинают включать в общение авторитарные нотки). Одна из ключевых ошибок вожатого на смене это выбор одной из двух крайностей:

- разрешать все – «Дешевый авторитет»;
- не разрешать ничего – «Злой авторитет». Ни к чему хорошему обе модели поведения привести не могут.

## **Дешёвый авторитет**

Добиться его очень просто – надо детям всё разрешать. Вожатый с дешёвым авторитетом становится на один уровень с детьми, допускает панибратство. Он принимает во всём сторону детей, в том числе и в вопросах дисциплины. При этом дети быстро перестанут считаться с мнением вожатого, потому что в таких взаимоотношениях нет главного - уважения. Дешёвый авторитет – это ещё и большая подстава напарника. Ведь напарник (напарница) вынужден держать дисциплину один, быть «злым вожатым».

## **Злой авторитет**

Злой авторитет основан на страхе. Вожатый по любому поводу кричит, угрожает, непрерывно наказывает. Рычаг воздействия один – угроза, и он работает. До поры. Дети воспринимают

злого вожатого однозначно: как своего врага. Стоит ли говорить о том, что к злему вожатому нет никакого уважения? Есть ещё один важный момент. Если вы все время общаетесь с детьми жёстко, то у вас нет «зазора» для применения жёсткости в тех случаях, когда это действительно нужно. Ведь если обычно спокойный и добрый вожатый вдруг начинает говорить «с металлом в голосе», всем сразу понятно: что-то не так. И это очень хорошо действует. А злой вожатый и так всё время на взводе. Ему добавлять металл уже некуда.

## **Когда нужно начинать работать над своим авторитетом?**

Работа над авторитетом начинается задолго до начала лагерного сезона. Составьте план смены, продумайте занятия для отряда на каждый день, на любую погоду. Проработайте возможные конфликтные ситуации. А главное, подумайте, чем вы, лично вы можете быть интересны детям. Выявите сильные стороны своего характера, интересные увлечения и таланты. Развивайте их, и тогда стать авторитетом для детей вам будет легко. Работа над авторитетом начинается задолго до начала лагерного сезона. Составьте план смены, продумайте занятия для отряда на каждый день, на любую погоду. Проработайте возможные конфликтные ситуации. А главное, подумайте, чем вы, лично вы можете быть интересны детям. Выявите сильные стороны своего характера, интересные увлечения и таланты.

Развивайте их, и тогда стать авторитетом для детей вам будет легко.

**Самый важный момент в постановке авторитета – это организационный период. Именно в эти три дня закладываются отношения на весь сезон**

**Становление авторитета вожатого поэтапно.**

День заезда. Первая встреча и первое впечатление должны быть позитивны (важно не суетиться, быть уверенным в себе, в общении проявлять лояльность, доброжелательность, каждый имеет право на внимание, любые обострения стараться сгладить шуткой). Цель – создание позитивного первого впечатления, заложить основы личных отношений и авторитета.

Первая беседа. Инструктаж, первое собрание, должны быть направлены на правила лагеря – объясните детям, что лагерь – это структура неделимая с равными условиями для всех, и все эти условия соблюдают и вы в том числе. Объясните, что, если вы отвечаете за каждого ребенка, значит, вы в первую очередь решаете его проблемы, а не свои путем его хорошего поведения.

Первое мероприятие. Яркое, интересное, захватывающее, с заявкой на успешность, с подтверждением того, что вы можете контролировать любые отклонения от дисциплины. Дети должны почувствовать, что так будет всегда, что с вами не будет скучно, и что ради этого, можно смело согласиться на все ваши

условия. Вечерняя свечка – налаживание личных отношений, завоевание доверия, заявка себя как личности (формирование легенды о себе), формулирование этических норм жизни в отряде.

Организационный период: за расставлением ролей в общей отрядной жизни следует переломный момент, проверка «на прочность» тех «идей», которые вожатый вносил, пока устанавливал свой авторитет. Почти каждый ребенок захочет оспорить ваше право на лидерство. Будьте уверены в себе, сохраняйте теплое выражение лица, и смело подтверждайте свое лидерство. Будьте настоящим, человечным, внимательным, справедливым, и тогда вы станете незабываемым наставником.

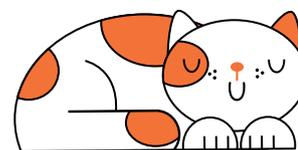
Завершение позиционирования совпадает с окончанием оргпериода. Отряд завершает распределение ролей, и получается тот коллектив и те взаимоотношения, с которыми проживем всю смену.

Если вожатому удалось за предыдущие дни сформировать у детей образ интересного, симпатичного, взрослого человека, поступкам и оценкам которого можно доверять, то задачи позиционирования выполнены. Когда у вас правильный авторитет, вам открыт путь к детским душам. Вы можете создавать атмосферу на отряде, можете зажигать и вдохновлять детей. А ведь для этого и нужны вожатые.

**Не стремитесь завоевать любовь детей.**

**Стремитесь завоевать уважение.**

## Что делать водителю, чтобы быть в ресурсе?



До конца смены еще неделя, а вы уже устали? Под конец дня вы как выжатый лимон и ни на что больше нет сил? Нужно сделать еще сто пцот дел, а хочется спрятаться в домик из одеялка? Ощущение, что вы попали в «день сурка», и это никогда не кончится? Если в течение смены хотя бы на один из этих вопросов вы хоть раз могли ответить «да», то этот текст для вас.

Речь пойдет про поддержание работоспособности и общего уровня активности и энергии - супернавык для водителя, педагога и любого другого специалиста, работающего в детском лагере. По-научному - про ресурсное состояние. Выкладываясь на все 144% во время смены (а как по-другому?), мы расходует много сил, эмоций, энергии. А как все это богатство восполнять? Ведь если этого не делать, то велики риски «выгореть» еще до середины смены.

Когда что-то идет не так и баланс наших ресурсов нарушается, организм, как правило, посылает нам определенные сигналы. И если их игнорировать, то от этого не будет хорошо ни вам, ни вашим подопечным.

«Эмоции – мысли – тело» - формула баланса ресурсного состояния. Восстановительные меры будут эффективнее, если будут касаться всех трех аспектов. Давайте посмотрим на наиболее уязвимые точки в наших ресурсах, в чем проявляются сигналы о помощи, и разберемся, что можно делать, чтобы оставаться активным, бодрым и энергичным на протяжении всей смены (возможно не одной)... Для каждого признака вы найдете чек-лист по «противодействию». Рекомендуем выполнять не менее трех пунктов регулярно и ежедневно из подходящего вам раздела. Причем по-хорошему лучше действовать превентивно – начинать до того, как все эти признаки начали проявляться.

**Признак 1: физическая усталость, рассеянность, невнимательность, не хочется двигаться, с утра не встать, вечером как сонная муха**

**Возможные причины:** физическое истощение: мало сна, много затрат энергии, нерегулярное питание «на бегу».

**Что делать:** Банально, но факт: соблюдать режим сна, питания и отдыха. Да-да, отдых так же важно планировать, как и рабочие задачи. Итак, вот чек-лист по преодолению физической усталости:

- Оборудуйте удобное рабочее место и место для отдыха: приятное для глаза, комфортное для тела, функционально

удобное. Чтобы не приходилось тратить лишние силы на поиск чего-то нужного или просто ёрзать, потому что вы испытываете физический дискомфорт.

- Планируйте не меньше 3 физических «приятностей» в день. У каждого это может быть свое: съесть вкусняшку, обнимашки с хорошим человеком, погреться на солнышке, посидеть в удобном кресле, релакс под любимую музыку...
- Чередуйте сложные и энергозатратные дела с приятными и простыми, а активные дела – со спокойными.
- «Быстросон» и тишина: даже 10-15 минут с закрытыми глазами могут восстановить «батарейку» перед предстоящим интенсивом.
- «Устал – помойся»: горячий душ отлично снимает физическую усталость, а времени занимает немного.
- Пospите, а не потусите (это самое сложное, конечно, но иногда стоит предпочесть сон приятной компании).

**Признак 2: обижаюсь или сержусь на детей, раздражает все вокруг**

**Возможные причины:** эмоциональный перегруз.

**Что делать:**

Испытывать различные эмоции – не только радость – это нормально для человека. Другое дело, как и когда мы их выражаем. Главное, не стоит заталкивать свои эмоции поглубже

– ничего хорошего это не даст. «Лопнуть от злости» - это как раз про такие ситуации. Дайте себе возможность выплеснуть всю ту энергию и накопившиеся чувства (не-не, речь не про наорать сразу на детей или коллег):

Наорать можно в подушку. Или в голосовые сообщения себе же самому или близкому человеку. Или в тик-ток-видео (только поясните в комментарии, что и зачем вы делаете, а то еще поймут как-нибудь не так). В принципе, сброс агрессии и прочего негатива через физическую активность: смять лист бумаги, порвать на кусочки, помякать антистресс или мягкую игрушку. Мышечное напряжение уходит – а с ним и накал страстей. Еще один вариант - спорт. Ведь можно не только организовать детей на такие активности, но и самим поучаствовать.

- Тайм-аут: если есть возможность, выйдите на минуту-две из ситуации (в соседнее помещение, на улицу...). Физическая смена обстановки даже на короткое время поможет переключить наше восприятие, и когда вы возвращаетесь обратно, то будете воспринимать происходящее как будто по-новой.

- Рациональная пауза: когда ловите себя на очередной «бесячке», остановитесь, постарайтесь назвать для себя два-три основных чувства, которые вы сейчас испытываете, и причины, вызвавшие их. Напомните себе, для чего и зачем вы все это делаете: хотя бы три аргумента. Вспомните о цели и о том, что предстоит сделать. Переключение в рациональную плоскость позволяет снизить остроту текущих переживаний, а значит, совладать с ними.

- Дыхание: во время сильного эмоционального прилива мы начинаем дышать часто и неглубоко. Даже одна минута глубокого и медленного дыхания (например, отсчитывая про себя 5 секунд на вдох и потом 5 секунд на выдох) меняет наше состояние, и накал страстей снижается.
- Выплеск эмоций через творчество: рисование, лепка, музыка, творческие постановки, даже просто творческий процесс переключает нашу эмоциональную энергию в созидательное русло.
- Выговориться тому, кому доверяете: иногда просто озвучивание всего потока, который происходит внутри вас, существенно облегчает состояние.

### Признак 3:

**«в моей команде одни идиоты», сержусь на напарника и коллег, бесит все, что они делают, кажется, что они все сваливают на меня**



Возможные причины: недопонимание, отсутствие контакта с коллегами, неэффективное распределение командных ролей и функций

**Возможные причины:** недопонимание, отсутствие контакта с коллегами, неэффективное распределение командных ролей и функций

**Что делать:** Помнить об общей цели: если держать в голове, ради чего вы все это делаете, вам будет намного легче найти общий язык. Вообще использование слова «мы» и фраза «мы здесь все находимся ради...» очень помогает наладить контакт (см. следующий пункт)

- Помнить об общей цели: если держать в голове, ради чего вы все это делаете, вам будет намного легче найти общий язык. Вообще использование слова «мы» и фраза «мы здесь все находимся ради...» очень помогает наладить контакт (см. следующий пункт)

- Найти общее: у вас точно есть общая цель, могут быть общие интересы, увлечения, отношение к тем или иным вещам. Наш мозг так устроен, что, когда мы начинаем для себя отмечать общее, мы начинаем больше симпатизировать партнеру, его восприятие облегчается и становится более позитивным.

- Проговорить то, что вызывает напряжение: «словами через рот», как говорится. Иногда наш партнер по общению и не догадывается, что что-то в его действиях нас не устраивает. Поэтому не ждите, что кто-то “победит в битве экстрасенсов” и догадается о ваших мыслях – предложите обсудить моменты, которые вызывают напряжение.

- Четкое распределение обязанностей, договоренности: и речь не про директивное назначение или указание, мол, ты будешь делать это, а я это. Договоренности – это всегда диалог, уточнения перед тем, как действительно о чем-то договориться;

- Неформальный контакт: для того, чтобы работа спорилась, а с коллегами было легче, важны и неформальные точки соприкосновения. Иногда достаточно простых улыбки и «Как ты?», иногда – обратить внимание на состояние другого и предложить своевременно помощь (а не просто молча сделать работу за него), иногда – вместе посмеяться над шуточками и мемасиками... Лагерь – это не офис, без чувства плеча и единомышленников невозможно.

**Признак 4: все надоело, неинтересно, хочу, чтобы меня не трогали**

**Возможные причины:** однообразие, снижение мотивации и интереса к своей работе.

**Что делать:** Лагерь, конечно, строится на чётком распорядке, но в ваших силах даже в самые банальные повседневные моменты вносить новшества и творчество.

- Делайте привычное новым способом. Новая музыка при подъеме? Непривычный маршрут до столовки, которым ведёте ребят? Нестандартная «свечка»? Все в ваших руках

- Творите и вытворяйте: счастье работы в лагере – это огромный простор для фантазии и творчества. Благо всякие КТД, вечерние акции и прочие выступления – это лишь форма, а вот что там будет происходить и насколько вам самим это будет интересно, зависит от вас.

- Источники вдохновения: а что вас обычно вдохновляет? После чего начинают гореть глаза, чесаться руки и и начинает хотеться что-то сделать? Это же можно использовать и в лагере. Любимые треки, видео, цитаты, мемы, книги, истории, поступки – обращайтесь к ним в своей практике.

- 3 новинки или факта дня: ежедневно отмечайте, чему вы удивились, порадовались, что нового узнали за прошедший день. Неважно, от детей, коллег, в ходе мероприятий или в процессе творческого гуглинга. Поначалу может быть непросто, но вы удивитесь, как легко станет спустя несколько дней такой практики и насколько более интересным будет все то, что вы делаете.

- «Фишка дня»: придумайте для себя на каждый день особую «изюминку»: чем этот ваш день будет отличаться от других. Это похоже на праздники календаря - только они будут персональными вашими. Может, это будет день разноцветных носков? А может, день мемасиков, которые вы сами делаете и шарите с коллегами? Это может что-то вообще личное, о чем знаете только вы, или традиция, к которой вы подключаете других вожатых или детей вашего отряда. Главное, чтобы вам эта идея откликнулась и вызывала улыбку.

- Помнить о цели: почаще напоминайте себе, а вам оно вообще зачем все - эта смена, вожатство, пребывание в лагере. Зачем вы делаете что-то именно так? Что это вам даёт? Ради чего все это? От кого это зависит? Ответы на этот вопрос помогают, когда кажется, что все зря и хочется опустить руки.

**Признак 5: не вижу смысла в том, что делаю, зачем вообще все это**

**Возможные причины:** не получаю поддержки своим идеям и действиям, не хватает одобрения.

**Что делать:** - Запрос поддержки: иногда важно инициативно обратиться к другим (напарнику, коллегам, руководителю). Другие могут и не знать, что вам как-то не очень. Причём поддержка - это не только «похвали меня» или «скажи мне приятные слова, мне грустно».

Поддержка бывает абсолютно разная: информационная, методическая, эмоциональная... даже физическая. Если вы для себя понимаете, чего именно больше всего не хватает, получить ее будет намного проще.

· Запрос обратной связи: часто в ходе смены мы собираем с детей, а иногда коллег анкеты обратной связи – что было сделано хорошо, над чем еще стоит работать. Подумайте, а что или кто

для вас может стать источником такой обратной связи? Старший вожатый? Мнение детей в ходе свечки? Позиция коллег по важному для вас вопросу? Главное, что вы сами можете инициативно создавать условия, чтобы услышать важные для вас идеи и мнения.

- Наличие единомышленников: без этого никуда. Это не значит, что вам нужны рядом люди, которые согласны с вами по каждому пункту на все 100 процентов. Но - в отдельной позиции, в общем увлечении или интересе, поддерживающих вас - таких людей рядом больше, чем кажется.

- Сам себя не похвалишь - никто не похвалит. Это правда. Ежедневно - не меньше 2-3 поводов. Причём, важно хвалить грамотно: не просто «я молодец», а с обоснованием «я супермолодец и горжусь собой, потому что...».

- А судьи кто? Огромное преимущество работы с детьми – что от них заряжаешься позитивными эмоциями и получаешь благодарность и доверие в ответ на свои действия. И абсолютно в наших руках создать такую атмосферу, где будет хорошо и нам, и нашим детям.

**Подводя итоги, помните: умение заботиться о своем физическом, эмоциональном и интеллектуальном состоянии, поддерживать ресурсное состояние – профессиональная компетенция вожатого. Ведь в каком состоянии вы – в таком будут и ваши подопечные.**

## Что делать, если ребенок в лагере в первый раз



В нашей статье мы хотим поднять очень важную и актуальную тему для любого лагеря - поговорить про детей, которые приезжают в лагерь впервые в жизни. Чему именно стоит уделить внимание, чтобы таким детям действительно понравилось в лагере и они захотели приезжать ещё и ещё? Представьте себе маленького ребёнка с большим чемоданом, который первый раз приехал в незнакомое ему место под названием «лагерь».

Что он чувствует? Страх из-за расставания с родителями, потерянности среди других ребят, которые используют странные для него термины, радость вожатых при виде «стареньких» детей. А потом его еще и селят в «палату» с кучей соседей, молчим уже про общий душ и столовую. Вот именно поэтому первое и самое важное для ребёнка, который впервые приезжает в лагерь — это первичная подготовка. Ребёнок гораздо проще воспримет все происходящее, если до смены родители объяснят ему, куда он едет, разучат с ним «лагерный слэнг» и в целом помогут ребёнку понять, чего ожидать от лагеря.

Следующий важный пункт — психологическая готовность ребёнка к лагерю. Детям очень сложно в первый раз в жизни расставаться с родителями, особенно если это ребёнок младшего школьного возраста. Также такие ребята очень быстро начинают скучать по дому, друзьям, домашним животным и родителям. Поэтому крайне важно обеспечить таким детям психологическую помощь в первые дни смены и помочь им успешно социализироваться.

Далее рассмотрим следующую проблему «новичков» в лагерных коллективах. Вспомним того самого ребёнка с чемоданом, который выходит из автобуса и видит, как толпа «старичков» бежит обнимать своих знакомых вожатых, а вожатые в ответ смеются, радуются, улыбаются и взахлёб рассказывают им кучу историй, которые случились с ними за год. Представляете, как обидно может стать этому самому

ребёнку? Мало того, что рядом нет родителей, все вокруг тебе совершенно незнакомо, так ещё и все внимание уходит к тем, кто уже в этом лагере бывал ни один раз. Именно поэтому очень важно с первого же появления "новичков" на территории лагеря дать им необходимое внимание и помочь разобраться, где они и что вообще будет происходить.

А что касается тех самых «старичков» — их наоборот лучше просить помочь рассказать новеньким о том, в какой классный лагерь они попали, провести экскурсию и поддержать морально. Ребята, которые давно в лагере, обычно очень любят помогать новеньким ребятам, главное направить их в нужное русло.

А ещё нельзя ни в коем случае забывать о том, что у ребенка, который первый раз приехал в лагерь, есть родитель, который впервые в своей жизни отправил своего ребёнка в лагерь. Таким родителям стоит уделить больше внимания, они ещё многого не знают о том, как заполнять документы, как оплачивать квитанции, что положить ребёнку с собой, как организовано питание и проживание... и много-много чего ещё. Такие родители беспокоятся о своих детях гораздо сильнее и им нужно подробно все рассказывать и поддерживать.

И последний пункт, который очень важно осветить в нашей статье - лагерный быт. Для ребёнка, который привык жить в домашних условиях в отдельной комнате, с отдельным душем и едой на выбор, будет очень сложно привыкнуть к палатам на несколько человек, общему душу и меню по СанПиНу. Такие ребята не привыкли делить с кем-то полочки в шкафу, а для

многих и уборка в палате будет настоящим испытанием. Так что тут тоже очень важно как-то обыграть бытовые моменты таким образом, чтобы ребёнок смог быстро привыкнуть к тем условиям, в которые он попал.

**Подводя итоги, хочется сказать одну важную мысль — не забывайте, что ребёнок, который впервые приехал в лагерь, не знает чего, ему ожидать и боится неизвестности. Чем больше вы расскажите таким ребятам о лагере и о том, как тут весело и здорово, тем быстрее они привыкнут, а потом будут приезжать к вам ещё и ещё!**



## Что делать, чтобы отряд был здоров?



Предупреждён, значит, вооружён. Поэтому, дорогой друг, вот тебе несколько советов от врача, как на смене в лагере дружить с медпунктом на расстоянии.

До смены советуюсь запастись влажными салфетками, антисептиком для рук, пластырем, перекисью и ватой, этот набор всегда пригодится! Помни про то, что любая безопасность и забота о детях начинается с заботы о себе, поэтому все советы по профилактике болезненных состояний будут также полезны и тебе. Если ты себя откровенно плохо чувствуешь – обязательно сообщи об этом своему руководителю. Геройство – это здорово, но в состоянии болезни ты вряд ли сможешь полноценно заниматься детьми. В общем, береги себя, друг! Ты нужен детям здоровым и полным сил!

Теперь давай поговорим о детях. Выделю самые часто встречающиеся состояния и что делать до / во время / после. В лагерь приезжают абсолютно разные дети, в том числе с набором «диагнозов». Лечить – дело медиков, но твоя важная задача – узнать про детей, с которыми предстоит работать. Всегда спрашивай у родителей про особенности здоровья, аллергии, хронические заболевания и необходимые лекарства, которые ребёнку нужно принимать. И обязательно себе отмечай! Так ты будешь понимать, чего ждать.

**Дети с бронхиальной астмой:  
Обращаем особое внимание на их состояние  
после физической активности, больших  
мероприятий в душном помещении.**

Если вы с отрядом отправляетесь за территорию на прогулку/ на экскурсию, обязательно проверь, что у ребёнка есть с собой лекарство (если оно ему прописано). И вообще в течение смены спрашивай, не закончилось ли лекарство, чтобы, если что, родители могли привезти новый флакон. Для своего спокойствия предупреди коллег о наличии диагноза у данного ребёнка, чтоб, если вдруг тебя нет рядом, все знали, что делать. Если у ребёнка случился приступ – СРОЧНО БАЛЛОНЧИК С ЛЕКАРСТВОМ И СРОЧНО К ВРАЧУ!

## **Дети с энурезом**

Энурез – недержание мочи. Чаще в ночное время, но может быть и в дневное время. Чаще у детей с 5 до 12 лет. Родители иногда могут упустить эту приятную неожиданность в своём рассказе о ребёнке, поэтому будь внимателен всегда! Что поможет распознать? Запах, если ребёнок «писается» днём, рано или поздно ты это почувствуешь. Если недержание мочи чаще происходит по ночам:

1. Попроси клеёнку или несколько клеёнок, чтоб подстелить под простынь и не сушить потом матрас.
2. Позаботься о том, чтобы ребёнок не пил много жидкости прямо перед сном. А также **ОБЯЗАТЕЛЬНО** сходил в туалет!
3. Джекпот. Зачастую детей с ночным энурезом приходится будить, чтобы сходили в туалет. И тут как повезёт, кому-то достаточно одного раза за ночь, у кого-то есть график (например, каждые 2 часа). В общем, вожатское братство и коллеги тебе в помощь! Держись!

## **Дети, которым необходимо пить лекарства по времени**

Это очень важная группа. Ибо приём лекарств может реально влиять на состояние ребёнка. Выход? Поставь себе будильник/напоминание в телефоне, чтоб точно не пропустить время. Чаще всего лекарства хранятся в медпункте, поэтому тебе останется только привести туда ребёнка ко времени.

## Симптомы простуды или «сопли, кашель, больное горло»

Твоя основная задача - не допустить этого. Как?

- Внимательно смотри, чтобы дети были одеты по погоде. ДАЖЕ ЛЕТОМ БЫВАЕТ ХОЛОДНО!! Обувь всегда должна быть сухой! Мокрая обувь сушится, в это время ребёнок ходит в сухой. Если у него больше нет обуви, твоя задача – найти её!
- Контролируй, чтобы дети носили носки и застёгивали куртки!
- Осенью, зимой и весной – шапка, перчатки и шарф обязательны!
- Если на улице было прохладно, а вы с отрядом провели там продолжительное время, организуй ребятам тёплый чай по возвращении в помещение. Если в отряде появились «простуженные» дети, нужно;
- Проконтролировать, чтобы они поменьше взаимодействовали лицом к лицу с соотрядниками ( без обнимашек);
- Несколько раз в день водить их в медпункт для проведения необходимых процедур;
- Если появляется много заболевших в лагере, води отряд на профилактику в медпункт!
- Если ребёнок жалуется на плохое самочувствие, не нужно заниматься самолечением, просто отведи его в медпункт.



**ВАЖНО! У старших детей рост заболеваемости может быть связан с использованием одного вейпа на всех. Вывод: проверяй детей на наличие курительных приборов.**

## **Рвота / понос или синдром «нас посетили родители с курочкой»**

Зачастую жалобы на рвоту и понос наступают именно после родительского дня. Что можно сделать в этой ситуации? Предупредить родителей, что резкая смена режима питания, к которому дети привыкли в лагере, может иметь неприятные последствия, попросить не перекармливать! Если ребёнку стало плохо – отвести в медпункт.

## **Чтобы дети не подхватили кишечную инфекцию во время смены – ОБЯЗАТЕЛЬНО МЫТЬ РУКИ! ВСЕМ!**

Перед каждым приёмом пищи контролируй, что дети вымыли руки. Если рядом нет воды, используй антисептик! Пусть каждый ест из своей тарелки! Отдельно разберём, что делать, если ребёнок просто жалуется на боль в животе, но ни рвоты, ни поноса нет. У девочек старше 10 лет эта боль может быть связана с критическими днями (аккуратно уточни у девочки, начались ли уже месячные, и как они обычно протекают).

Также у детей боль в животе может быть связана с тем, что давно не ходил в туалет «по-большому». Или что съел слишком много и не хватает ферментов для переваривания. В любом случае - отведи ребёнка в медпункт. И уточни, что требуется от тебя дальше.

## **Болят голова**

В детском возрасте причин для головной боли множество: от температуры до переутомления. Самое главное, что нужно сделать – показать ребёнка врачу. Если ребёнок потерял сознание, нужно позвать врача к месту вашего нахождения (пусть кто-то позвонит/ сходит за ним), обеспечить доступ свежего воздуха и оставаться с ребёнком до прихода медиков.

## **Перегрев / солнечный удар**

Может сопровождаться головной болью и тошнотой. Летом все дети **ОБЯЗАТЕЛЬНО** носят **ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ!!** Также в жаркие дни обеспечь детям достаточное количество воды, контролируй, чтобы дети **МНОГО** пили! Это поможет избежать неприятных последствий! При наличии у ребёнка любых жалоб – отведи в медпункт.

## **Мелкие ранки и порезы**

Абсолютно все раны нужно обрабатывать, как у ребёнка, так и у себя! Пусть перекись всегда будет с тобой в сумочке / рюкзаке! Это важно, потому что ты не знаешь, какие прививки делали

детям, а лечиться потом от столбняка – малоприятное удовольствие. Ребёнок поранился – отведи его в медпункт.

## **Сильная аллергическая реакция**

Дети-аллергики чаще всего знают, что им ТОЧНО нельзя! Но, ты сам должен знать все аллергии своих детей, именно поэтому так важно уточнять это у родителей.

Если такое уже было, родители обычно знают и предупреждают о склонности к сильным аллергическим реакциям. Обязательно поставь коллег в известность, чтобы они знали, что делать в экстренном случае! Обязательно делай замены аллергичных продуктов в столовой! Контролируешь это всегда ты! Если всё-таки сильная аллергическая реакция случилась – это происходит резко (отёк Квинке, например).

Твоя главная задача – КАК МОЖНО БЫСТРЕЕ ДОСТАВИТЬ РЕБЁНКА МЕДИКАМ! Один несёт ребёнка, второй бежит вперёд в медпункт, чтобы медики были готовы к приёму ребёнка!

## **Травмы**

1)Травмы могут быть лёгкие: ребёнок бегал, упал, поцарапал и ушиб колено. В этом случае спокойно отправляйтесь в медпункт обработать рану. 2)Если ребёнок упал и не может встать.

## **Что-то не так с конечностью, болит рука / нога**

Попроси ОДИН РАЗ пошевелить, насколько возможно

НЕ НУЖНО самостоятельно стараться вправить, проверить кости на целостность, прощупать! Если ребёнок может передвигаться – зафиксировать конечность и дойти до медпункта. Если ребёнок не может передвигаться – обеспечить его доставку до медпункта на руках/ носилках, при этом **ОБЯЗАТЕЛЬНО** зафиксировав конечность!

## **Ребёнок упал спиной и не может двигаться**

НЕ ШЕВЕЛИТЬ ребёнка! Позвать врача к месту травмы и дальше обеспечить транспортировку в медпункт.

## **Электротравма!**

Если пресловутое «не суй руки в розетку» всё-таки не сработало. Изолировать ребёнка от источника тока! Если нужно – оперативно вырубить сеть! Не трогать его самостоятельно! Оставаясь с ребёнком, попроси коллегу сбегать за врачом.

## **Укусы насекомых**

Клещи: Проводи полный осмотр после каждого выхода за территорию! Тщательно смотри за ушами, на сгибаемых поверхностях рук и ног (локти, подмышки, под коленками, паховая область), в волосах. Если клещ обнаружен, **НЕ СТАРАЙСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО ЕГО ВЫТАЩИТЬ!** Необходимо доставить ребёнка в медпункт!

Комары / пчёлы / мошки: Перед выходом за территорию обработайте одежду репеллентами, а кожу - кремом от насекомых! Важно! Чтобы дети не прыскали друг другу в лицо!

## Кровотечение

1) У ребёнка кровь на лице. Самое главное – при виде крови не паникуй и постарайся понять, откуда идёт кровь. Обязательно осмотри голову! Чаще всего у детей случается носовое кровотечение. Тогда помоги ребёнку умыться. Найди ватку или салфетку, чтобы временно остановить кровь. Если под рукой есть лёд, можно приложить на переносицу и на затылок.

**ВАЖНО! НЕ ЗАПРОКИДЫВАТЬ ГОЛОВУ!**

Но самое главное – отведи ребёнка в медпункт. Если кровь сочится из головы / разбитой губы / разбитой брови – помоги умыться и отведи в медпункт.

2) Ребёнок сильно порезался, перебил сосуд. Твоя главная задача – остановить кровь и доставить ребёнка врачам! Венозная кровь по цвету тёмно-вишнёвая, течёт медленно. Нужно взять ЧИСТУЮ салфетку/вату/марлю и ПЛОТНО ПРИЖАТЬ. Далее доставить ребёнка медикам.

Если место раны неудобное для транспортировки, отправить напарника за носилками и врачом! Самому оставаться с ребёнком, зажимая рану.

Артериальная кровь – по цвету ярко-алая, бьёт фонтаном (следовательно, вытекает быстрее) Необходимо наложить жгут **ВЫШЕ МЕСТА РАНЫ!** Пометить себе, во сколько наложен жгут. Отправить напарника за помощью, оставаясь с ребёнком и контролируя его состояние.

## **Ожоги**

При лёгкой степени ожога – поместить место ожога под холодную воду. Затем отвести в медпункт для осмотра и обработки. Категорически нельзя:

- смазывать поражённую область маслом (никаким, даже облепиховым!), различными кремами, мазями, яичным белком, сметаной;
- наносить лекарственные препараты с пантенолом на только что обожженный участок;
- самостоятельно отрывать прилипшую к коже одежду;
- самостоятельно прокалывать пузыри;
- следовать народным советам.

**Ничего не бойся! Самое основное, что нужно – профилактика! Лучше предупредить опасность, чем разбираться с последствиями. Ты справишься! Успехов! И пусть антисептик всегда будет с тобой!**

## 100 лайфхаков для вожатых младшего (и не только) отряда.



### Заезд:

- Вооружись бумажным скотчем и подпиши чемодан каждого ребенка.
- Сфотографируй чемоданы своих детей, в конце смены ты не вспомнишь даже свой чемодан.
- Заранее подготовь папку с подписанными файликами для каждого ребенка, так будет удобнее собирать документы.
- Не забудь запастись мусорными пакетами, вдруг в дороге кому-нибудь станет плохо.
- Возьми пустую бутылку, лишней не будет.
- Если ребенка укачивает, то сажаем его вперед.

## Общение с детьми:

- Не давай обещания, которые ты не сможешь выполнить.
- Не заставляй ребенка чувствовать себя «маленьким», давай ему возможности для проявления самостоятельности.
- Забудь частицу НЕ, формулируй все фразы только в положительной форме (не ходи по поребрику = иди по тропинке).
- Говори с ребенком на одном языке, не используй много сложных слов.
- Чтобы ребенок тебя точно услышал, присядь на колени, чтобы быть с ним на одном уровне.
- Помни, что извиниться перед ребенком – это нормально.
- Участвуй вместе с детьми во всех кружках, учись вместе с ними.
- Пополняй багаж пословиц и поговорок, прибауток и стихотворных поучений. Они очень легко усваиваются детьми.
- Почемучкам можно задать вопрос «А как ты думаешь, почему так?» Искать ответы на вопросы гораздо интереснее в обсуждениях.
- Записывайте отрядные выступления, чтобы потом вместе их пересмотреть.
- Не ругай детей, а дай им возможность почувствовать последствия и нести ответственность за них.
- Организуй самоуправление.

## Как сделать обычные моменты днем интереснее:

- Радостные подъемы (тематические, с музыкой).
- Говорим спасибо и приятного аппетита на языках народов мира.
- Салон красоты для девочек с ассортиментом причесок (можно сделать каталог).
- Давай детям важные поручения. Но столько, сколько сможешь проконтролировать.
- Всё, что могут сделать дети, пусть дети делают самостоятельно, но не забывай их контролировать.
- Придумайте особый способ передвижения по лагерю между мероприятиями.
- Игры-тормозилки (тише едешь - дальше будешь, стоп-кадр). Это не просто прикольная фишка отряда, но и помогает установить дисциплину.
- Проводи интересные танцевальные зарядки.
- Если не можешь сам почитать сказку, то поставь аудио-сказку.



## **Гигиена:**

- Сделай кукол, на которых можно показывать, как сегодня одеваться.
- Нарисуй комикс со списком вещей в душ.
- Чтобы проверить качество собранных вещей в душ, дети выкладывают их на кровать, а вожатый проверяет.
- После душа обязательно придумай занятие детям (рисовашки, раскраски и тд).
- Веди учет количества трусов и носков, которые есть у детей (чтобы знать, когда пора стирать).
- Грязные трусы и носки младшие могут постирать сразу в душе.
- Перед большой стиркой сфотографируй грязные вещи своего отряда, чтобы они не потерялись.
- У каждого ребенка есть пакетик для грязного белья, а ты активно следишь, чтобы он наполнялся.
- Перед каждым приемом пищи мой руки с мылом.

## **Съестные лайфхаки:**

- Все что не съели дети и что можно унести из столовой (фрукты, печенье), забирай с собой, чтобы потом в свободное время ребята могли полакомиться.
- Носи с собой антисептик, так всегда можно устроить пикник.
- Всегда бери с собой воду и стаканчики.
- Если целое яблоко порезать на дольки, то дети его точно съедят.

## Упростить жизнь вожатому:

- Развесь по вожатской чек-листы (сбор в душ, проведение мероприятия).
- Собери гардероб, который будет легко превращаться в костюмы.
- Заведите в вожатской список, в котором будете отмечать кто что взял, кто что вернул.
- Создай список с интересами детей.
- Тренируй навык насмотренности (никогда не знаешь, где подглядишь мероприятие).
- Вся ерунда пригодится на смене (ленточки, бисер, старые обои и т.д.).
- Заведи вожатский рюкзак, где будет любая мелочь на все случаи жизни (стаканчики, книга, ручки, листы, раскраски и т.д.).
- Подпиши вещи детей (полочки в комнатах, кровати и т.д.).
- Перед сменой запасись запасными головными уборами (можно смешными).
- Ставь себе будильники на мероприятия, чтобы не опаздывать.
- Главное, займи детей, чтобы они не заняли себя самостоятельно. Их выбор будет не самым безопасным.
- Знай игры на любой случай.
- Помни про архитектуру пространства. Вожатый всегда сидит во главе стола!
- Проверь помещение на поломки, сфотографируй и отправь руководителю. Только потом запускай туда свой отряд.

- В каждый карман положи ручки/фломастеры/карандаши.
- Ставь себе искусственные дедлайны.
- Когда в комнате навели чистоту, то туда не заходим, чтобы не было бардака.
- Составь отдельный плейлист для смены.



## Чтобы ребенку стало легче:

- Название отряда должно отражать то, какими вы хотите быть. Как корабль назовешь, так он и поплывет.
- Заведите талисманы-мирилки.
- Игрушка-засыпушка, чтобы никакие подкроватные монстры никого не утащили.
- Ниточки договоров. Закрепите ваш договор браслетом из ниточки, в сложных ситуациях напоминай ребенку про его браслет договора.
- Пишите письма с детьми, которые скучают по родителям, и отправляйте их с аистами (сами отправьте фотографии родителям в сообщениях).

- СТОП-САРКАЗМ (это пассивная агрессия).
- Перед любым сидячим мероприятием не забудь «выбегать» детей.
- Эмблемы отряда, которую каждый сможет носить на одежде.
- Сформулируйте правила отряда (оптимальное количество 3-5). Помни про 8 лайфхак.
- Придумайте общую цель отряда.
- У детей должны быть ритуалы, чтобы они чувствовали себя в безопасности.
- Обозначай детям четкие временные промежутки, которые будут им понятны (например, телефоны, мы сдаем, когда идем на полдник).
- Проверь «заборчики» детей, чтобы там были написаны только хорошие вещи. Плохие заклейте наклейками.
- Делайте с отрядом хорошие дела, чтобы дети чувствовали себя важными и нужными (например, можно покормить птичек).
- Дети всегда должны знать, где тебя найти. Познакомь их со своей вожатской.
- Максимальное время проводите с отрядом на улице.

## **Лайфхаки для мероприятий:**

- Как учить стихи с малышами? Каждому раздайте по строке. Придумайте костюмы и отрепетируйте красивое появление. ВУАЛЯ!

- Будь с детьми на сцене или в кулисах.
- Если кто-то забыл слова, то подскажи вопросом из зала.
- Учите текст с движениями.
- Готовьтесь быть режиссером-постановщиком.
- Чтобы мероприятие точно запомнилось, придумай легенду и создай яркий костюм.
- Антураж создается не только костюмами и декорациями. С музыкой погружение происходит автоматически. Можно еще добавить запахи.
- Проверь всю технику за 3 часа до мероприятия, чтобы было время исправить неполадки.
- Задействуй несколько каналов восприятия информации.

## **Как сделать отрядный уголок:**

- Каждый ребенок раскрашивает/делает свою отдельную фигурку, пишет на ней имя и дату рождения. Затем все это приклеивается на фон, который подготовил вожатый.
- Отрядный уголок должен быть «говорящим», видно, что его сделали дети.
- На отрядном уголке должна быть полезная информация для детей, сменяющиеся рубрики (как сегодня одеться, график дежурств и т.д.)
- Дети должны знать, что их ждет в течение смены, можно завести чек-лист и отмечать, что уже было.

- Используй не просто кисточки для создания фона, а методштампа (например, ладошки).
- Используйте готовые трафареты.
- Не забывайте про объем, это всегда смотрится эффектно.

## **Как собрать чемодан:**

- Все вещи ребенок складывает стопочкой на кровать. Обувь ставится рядом.
- Вожатый выбирает чистую и красивую одежду на прибытие и откладывает ее отдельно.
- Сначала ребенок складывает обувь, потом оставшуюся одежду, а сверху мешочек с грязным бельем.

## **Что стоит не забыть на смену:**

- Запасные ножницы.
- Вкусняшки, которые порадуют в конце дня тебя и другого вожатого.
- Грим.
- Влажные салфетки.
- Запасные зубные щетки (дети очень любят их терять).
- Твой лучший друг – БУМАЖНЫЙ СКОТЧ.

**Последний лайфхак**  
**Мир вокруг тебя будет таким, каким**  
**станешь ты сам**