

Всеукраїнська Спілка Молодіжних Громадських
Організацій
"Християнська Асоціація Молодих Людей України"
YMCA України



Табори YMCA

Посібник для вожатих

УДК 379.835(07)

ББК 74.200.58 я7

„Табори YMCA”. Посібник для вожатих. – К.: ВСМГО "Християнська Асоціація Молодих Людей України" (YMCA України), 2009. – 70 с.

Автори та упорядники:

Олексій Баханов, Олена Бочарова, Олена Горшкова, Марта Гурецька,

Тетяна Котнєва, Маргарита Перзеке, Надія Робейко, Анна Свєтлорусова,

Марина Черненко, Ксенія Шабанова, Оксана Яременко

Редакційна колегія:

Тетяна Котнєва, Олексій Баханов, Олена Горшкова, Оксана Яременко

Посібник підготовлено Національним офісом YMCA України та членами програмного комітету „Табори YMCA України”.

Книга розрахована на широке коло бажаючих дізнатись про організацію літніх дитячих та молодіжних тaborів та обов'язки вожатих під час їх проведення.

© ВСМГО "Християнська Асоціація Молодих Людей України" (YMCA України)
Наклад 100 прим.

Зміст	стор.
Розділ I. Чим відрізняються дитячі та молодіжні тaborи YMCA України від інших тaborів?	5
1. Молодіжна організація YMCA України: створює сучасність!	7
2. Обираючи тaborи YMCA України.	7
3. Види тaborів YMCA України:	7
- національний табір;	8
- регіональні та локальні тaborи;	10
- скаутські тaborи.	11
4. Традиції тaborів YMCA України.	12
Розділ II. Що необхідно знати та вміти вожатому тaborу YMCA України?	15
1. Хто такі вожаті YMCA України?	17
2. Чи є у вожатих свої правила?	18
3. Як подружитися з дітьми та повести їх за собою?	19
4. Як працювати з групою дітей в тaborі?	22
5. Сімейні збори та справи.	24
6. Що таке тaborова зміна і які загадки вона в собі приховує?	30
7. Гігієна учасників тaborу.	35
8. Умови безпечноного проведення тaborів. Як вберегти дітей від небезпеки?	35
Розділ III. Скарбниця вожатих.	41
Підготовка дітей до тaborу: необхідні документи.	43
Програма II національного тaborу YMCA України.	46
Тaborові ігри.	47
Девоушени.	87
Лозунги для тaborів.	88
Використані та рекомендовані джерела.	89
Пісні YMCA.	90

Ти молодий та енергійний?

Ти готовий змінити цей світ на краще?

Ти бажаєш взяти на себе відповідальність та проявити усі свої лідерські та творчі здібності?

Ти вважаєш духовність однією з головних складових життя молодої людини?

Тоді ця книга - саме для тебе!

Тому що немає країзого місця показати все, на що ти здатен, ніж у таборі YMCA.

Ранок, день, вечір і ніч будуть пролітати, як одна мить. У тебе не буде жодної вільної хвилини!

Повір - ти запам'ятавши їх усі до одної - настільки кожна з них буде незабутньою і неповторною.

Ти будеш робити все для учасників, щоб саме цей табір став найкраїшим у їхньому житті.

Впевнена, що вони будуть з радістю робити те ж саме для тебе.

Говорю це з такою впевненістю тому, що вже відчула це все на собі.

І хочу, щоб літо YMCA було і в твоєму житті.

Ця книга стане твоєю помічницею і розставить головні віхи, що дозволять тобі не збитися з дороги.

I, в той же час, залишає величезний простір для діяльності!

Сміливіше!

Ми - з тобою!

Олена Горішкова,

член НК,

президент локальної організації YMCA м. Красний Луч,

начальник I та II національних таборів YMCA України.

Розділ I.

Чим відрізняються дитячі та молодіжні табори YMCA України від інших таборів?



1. Молодіжна організація YMCA України: створює сучасність!

Християнська Асоціація молодих людей (Young Men's Christian Association) або просто YMCA – це міжнародна, громадська, молодіжна, волонтерська, нерелігійна організація, що існує у світі вже більше 160 років. На сьогоднішній день YMCA створює програми для молоді у більше ніж 130 країнах світу і об'єднує майже 35 мільйонів людей. YMCA відкрита для всіх людей.

Місія, цілі та завдання YMCA завжди відповідають потребам суспільства і направлені на те, щоб молодь зростала, виховувалась різnobічно і гармонійно, розвивала свій дух, розум та тіло.

Основні складові молодіжної організації YMCA України – це лідерство, скаутинг, спорт, художня творчість, аматорська театральна діяльність, дитячі та молодіжні табори, вивчення духовної спадщини, волонтерство в Україні та за кордоном. В усіх програмах YMCA України пропагує та підтримує здоровий спосіб життя!

Одна з найцікавіших програм YMCA України – табори, яка поєднує всі методики роботи з дітьми. Завдяки насыченні та цікавій програмі, самовіддачі турботливої та професійної команди вожатих, в таких таборах підтримуються та передаються традиції волонтерства, дух організації. Діти змінюються, в їх очах з'являється чудова іскрінка, яка освітлює серце та надихає дітей на добре та цікаві справи у повсякденному житті. Так народжуються та міцніють волонтери YMCA України. Так формуються життєві цілі та ідеали молоді.

2. Обираючи табори YMCA України.

Якщо тобі вже виповнилось 18 років і ти маєш бажання спробувати свої сили у якості вожатого, запрошуємо тебе до таборів YMCA України. В таборі відчувається особлива атмосфера любові, доброти та взаємоповаги. Цікава різноманітна та насычена програма не дає можливості дітям шукати пригоди на свою голову. Їх час зайнятий повністю і постійно. Вожатий – товариш дітей!

Табір приносить велику користь і для самих вожатих. Вони вчаться бути відповідальними, справедливими, поблажливими, чуйними, доброзичливими, терплячими. І навіть нехай деякі діти через певний час забудуть про перебування у таборі, але для кожного вожатого це буде незабутня частина його життя, під час якої він оволодіє новими вміннями. Набутий досвід допоможе у подальшому житті.

3. Види таборів YMCA України.

Кожний табір YMCA є розвиваючим, має свою неповторну тематику, сприяє становленню певних якостей у дітей та молоді. Всі наші табори підтримують і словом і ділом гасло „Молодь – за здоровий спосіб життя”. Кожний табір – це маленька країна із своїми законами та своїми традиціями. Тематика таборів відрізняється в залежності від мети та завдань кожного табору. Це можуть бути табори направлені на розвиток лідерських якостей, відпочинково-пізнавальні, міжнародні, навчальні, пошукові, духовні тощо.

Однією з головних особливостей наших таборів є особливe ставлення до дітей. Використовуючи методику „рівний-рівному”, навчання та спілкування в таборах між вожатими та дітьми, під час проведення творчих завдань та тренінгів, відбуваються у дружній атмосфері, на рівних. Табір - це спільна справа, спільне та

насичене життя, де всі завдання та проблеми вирішуються разом у спільному творчому пошуку. І навіть правила табору діти обирають самі погоджуючи їх з вожатими, а потім з радістю їх виконують.

Табори YMCA можуть бути:

- за метою – розвиваючі, оздоровчі, відпочинкові, праці та відпочинку тощо;
- за тематикою - християнські, скаутські, спортивні, екологічні, навчальні і т.д.;
- за способом проведення – стаціонарні, наметові, мандрівні, денні, комбіновані та інші;
- за цільовою групою – дитячі, молодіжні, спеціалізовані (певного напрямку, певної категорії учасників), сімейні і т. ін.

До того ж успішність табору залежить від місця його проведення, його територіальних і кліматичних особливостей, часу проведення табору та кількості учасників. Все це впливає на вибір форм та заходів табору. Необхідно також пам'ятати про екологічність таборової діяльності стосовно природи так і до людей.

Національний табір YMCA України

Концепція, мета і програма національного табору YMCA.

При підготовці та проведенні національних таборів YMCA використовується багатий і цікавий міжнародний досвід діяльності різних програм YMCA. В наших таборах реалізовані такі важливі принципи діяльності YMCA, як команда робота, навчання в іграх, гармонійний розвиток 3-х складових особистості: духу, розуму та тіла.

Концепція таборів YMCA : формування у молоді навичок організовувати власне дозвілля на основі засад здорового способу життя, підтримуючи дух YMCA, пропагуючи її цінності та залучаючи нових членів до організації та її програм.

Мета таборів: зробити літо у таборі – найкращим в житті дитини, виховуючи та розвиваючи кожну дитину через програми, майстерні, ігри, та будь-яку іншу діяльність у таборі.

Структура табору.

Всі діти по 6-7 осіб об'єднуються в сім'ю. Сім'ю керує вожатий. Декілька сімей об'єднуються в одну велику сім'ю (родину). Таке об'єднання має друга сім'ї, з яким діти можуть поділитися своїми думками, та знайти у нього додаткову підтримку. Разом всі сім'ї з начальником табору складають Велику Сім'ю YMCA.

Керує таборовим життям начальник табору (він також відповідальний за програми та пропаганду ЗСЖ). Йому допомагають інструктори (вони ж - друзі сім'ї), які відповідають за вечірні програми, організаційні питання, духовні програми, майстерні, ігри, спорт, туризм та надання першої медичної допомоги. Додатково у таборі повинні бути передбачені посади лікаря, завгоспа тощо.

Формування таборової програми (приклад програми дивись у III розділі).

Ми докладаємо усіх зусиль щоб об'єднати гарний відпочинок з якісним та корисним навчанням.

Наші табори розраховані на різні вікові рівні (від 8 до 16 років), для кожного вікового рівня є свої особливості у програмі.

Всі заходи в таборі мають певне чергування між собою і допомагають кожній дитині розкритись індивідуально, показати свої таланти, знайти можливість реалізувати себе у різноманітних таборових справах, знайти друзів. До того ж, на командному рівні діти вчаться підтримувати один одного та допомагати спільно вирішувати найскладніші завдання. Таборові заходи надають дітям командного духу та сприяють післятаборовій взаємодії дітей з різних міст.

З іншого боку всі види заходів сприяють особистому розвитку, підтримують позитивний настрій від здорового способу життя, допомагають у відпочинку та цікавому дозвіллі дітей у таборі.

Програма табору формується на основі організаційних рівнів (індивідуальний, сімейний, таборовий та дух, розум, тіло). Переглянути їх структуру можна з наступної таблиці:

Організаційні рівні табору YMCA та відповідальні за ці рівні

рівень	ДУХ	РОЗУМ	ТІЛО
	Духовність	Ідея(концепція) табору: YMCA – за здоровий спосіб життя (ЗСЖ).	Відпочинок та дозвілля
	підтримка духу YMCA, духовні заходи та поради, спілкування щодо особистих питань, підтримка та заохочення до спільніх дій у дусі YMCA, турбота про оточуючих, допомога нужденним	заходи та дії на виконання основної ідеї, концепції табору: YMCA – за здоровий спосіб життя (ЗСЖ). Навчання, підтримка та формування власної позиції, мотивування	праця та відпочинок, гігієна особиста та таборова, творче навчання у майстернях, участь у спортивних та інших заходах, можливість мати власний час для роздумів та відпочинку
індивідуальний	друг сім'ї, вожатий	вожатий	друг сім'ї, вожатий
сімейний	друг сім'ї	вожатий, друг сім'ї	інструктори *, вожаті
таборовий	відповідальний за духовність	відповідальний за програми та ЗСЖ	

Всі заходи мають певне чергування між собою. Після активних спортивно-розважальних, емоційних блоків ідуть тихі, спокійні, що заставляють дітей поміркувати над власними цінностями, зробити подарунки друзям, подивитися на зірки та послухати цікаві історії про життя від вожатих та своїх нових друзів.

Програма табору готується за декілька місяців до його початку. Вожаті обмінюються ідеями по кожному таборовому дню. Готують сценарії проведення кожного таборового заходу. Кожен день має свою тему (іноді також девіз, колір, присвячення).

В програмі чергаються сімейні заходи (пішохідні та морські прогулянки, таборові ігри, сімейні справи та бесіди, тренінги, вечірні вогнихи), індивідуальні (майстерні, індивідуальні бесіди) та таборові (девоушени, ігри, зарядка, спортивні заходи, концерти, фестивалі).

Особливістю, що відрізняє нас від усіх інших молодіжних громадських організацій, є атмосфера взаємоповаги та дружності, що панує в YMCA. Дуже допомагає цьому особлива форма початку та закінчення зустрічей – проведення девоушену (роздум на тему дня).

Девоушен (devotion, англ.) – це цитування Біблії, розповідь, притча, музика, пісня або роздум на морально-етичну тему, іноді навіть гра. Зазвичай девоушен спрямований на налаштування учасників табору на роботу і має підтекст, що нагадує тему дня або зустрічі. Девоушени, що проводяться наприкінці дня (або «свічка»), часто надають можливість учасникам ще раз пригадати події дня, зробити певні висновки для себе або поділитись враженнями. Ця форма роботи надзвичайно згуртовує учасників та часто залишається яскравим спогадом.

Цікаво та неповторно проходять наші таборові ігри та тренінги. Вони завжди мають підтекст верховенства у всіх життєвих справах: дружби, взаємовиручки, поваги, підтримки, любові, здорового способу життя у виборі різноманітних форм молодіжного спілкування та дозвілля.

Наші табори допомагають дітям та молоді у формуванні відповідального ставлення до власного життя, допомагають їм знайти та триматись певних життєвих орієнтирів, що направляють їх життя у позитивне русло.

Регіональні та локальні табори YMCA України

Досвід проведення літніх денних та наметових таборів (YMCA Здолбунова та YMCA Дубно).

Провели більше десятка денних та наметових таборів. Денний табір організується при школі чи в приміщені локальної організації. Він розрахований на місцевих дітей, учасників програм YMCA та інших. Табір працює з 10 до 16 год. Діти забезпечуються одноразовим харчуванням (обід). Фінансування за рахунок грантів, спонсорів, благодійних внесків батьків учасників табору та ін. Програма табору може включати заняття в майстернях, ігри, конкурси, екскурсії, поїздки, мандрівки. Гарна нагода ознайомити місто з діяльністю YMCA, проводячи вуличну акцію, зустріч з представниками влади, взявши участь у міському святі чи інше.

Досвід проведення тренінгових наметових таборів (YMCA Птах м. Рівне).

СТОРМ - синтетичні технології особистісного росту молоді, є започаткованим 8 років тому у вигляді Міжнародного тренінгового табору «Галактика Світязь». З того часу подібні табори проводились YMCA «Птах» щорічно. Традиційно в роботі таборів бере участь молодь, що належить до різних релігійних конфесій діючих в Україні (православні, католицькі, протестантські). Молодь долучається до загально-християнських цінностей, а значить цінностей YMCA. В таборі беруть участь якомога більше дітей так званих соціально не захищених категорій, що втратили надію та віру в будь-що. Наші діти, що офіційно вважаються самодостатніми, в реаліях «чорної» трудової еміграції, не є такими. Саме ці діти залишаються поза увагою усіх державних управлінь, комісій та відділів тому і є об'єктом нашої уваги.

Мета цих таборів є залучення молоді до руху YMCA; консолідація дітей з різних релігійних конфесій на ґрунті загальнохристиянських принципів; забезпечення молоді певною кількістю знань, умінь та навичок СТОРМ, під час психотехнічних тренінгів, семінарів, практикумів направленіх на «звільнення

ресурсів» та розвиток особистості. До того ж в таборі проводяться спеціалізовані майстер-класи з скаутингу, лідерства, проблем сьогодення (здоровий спосіб життя, екологія), театрального мистецтва; тренінги - семінари з питань організації таборів YMCA.

Скаутські табори

Для проведення скаутського, наметового табору важлива спеціальна підготовка лідерів табору, наявність відповідного спорядження, вдалий підбір місця проведення та добра організація служб табору (кухня, туалет, охорона).

Можемо легко уявити собі, що для молодої людини, яка приєднується до скаутської групи є дуже привабливим події, пригоди та романтика скаутингу. Він не думає про те, що стане кращим, кориснішим, щасливішим. Він думає про те, що саме скаутинг дасть йому задоволення, заспокоїть цікавість, дасть щасливі переживання.

Тож так і повинно бути. Це саме суть скаутського методу, що прихована за його діяльністю. Можна сказати, що молода людина у скаутингу „самовиховується” підсвідомо. І це виховання відбувається на основі моральних, духовних традицій та норм, сприяючи дорослішенню та духовній зрілості використовуючи основні елементи скаутського методу виховання:

- **життя в природі**, як творча лабораторія виховної діяльності: цікаві заняття, подорожі, наметові табори, вивчення природи та традицій, повсякденний життєвий вибір, відповідальність, випробування та товарищування, відкриття чудес творіння Світу;
- **навчання через діло** – це активне виховання, це можливість пройти через цікаві та небезпечні перешкоди, формуючи власний досвід та розвиваючи соціальні навички, установки та знання;
- **робота в малій групі** (патрулі), яка складається з 6-8 чоловік, що сприяє більш щільній взаємодії та співпраці;
- **особисте зростання** фізичне, розумове, емоційне, соціальне, духовне та розвиток характеру; у кожного є вибір як і коли йому зростати, над чим працювати у своєму характері;
- **підтримка дорослих** визначає добровільне виховне партнерство дорослого лідера і скаутів, засноване на взаємоповазі, довірі і усвідомлення один одного особистостями;
- **скаутська символіка** – емблема, форма, скаутський знак вітання, скаутське рукостискання, які допомагають молодим людям представити себе героями, лицарями, слідопитами тощо.

4. Традиції таборів YMCA України.

З перших хвилин перебування дитини в таборі вожатий прагне дати їй якнайбільше інформації про табір, про права, обов'язки й умови проживання. Вожатий поступово вводить підлітка в особливий світ табору, значиму частину якого займають правила і традиції табору.

Що являють собою ці правила і традиції? Як знайомити з ними дітей? Керівництво табору і вожаті несуть юридичну відповідальність за життя і здоров'я дітей. Щоб уберегти дитину від усякого роду неприємностей, вони шукають різні способи повідомлення дітям потрібної інформації. Кожен вожатий знає, що просто сказати дитині «не можна» — значить на 99 % не домогтися бажаного виховного ефекту. Важливо не просто заборонити, а доступним чином пояснити, чому потрібно чинити так, а не інакше, щоб уберегти себе й інших.

В таборах YMCA серед дітей і дорослих панує особлива атмосфера, *атмосфера дружби*, взаємодопомоги, чесності і відвертості.

Кожен учасник табору має певні права й обов'язки. Вожатий зобов'язаний ознайомити дітей з правами і обов'язками. А як зробити так, щоб дитина справді зрозуміла і прийняла те, що від неї вимагають, щоб виконання вимог не було тільки примусовим обов'язком, а стало нормою життя? Можливо, саме тому існує такий прийом у роботі з дітьми і підлітками, як правила і традиції табору. Тому правила таборів діти складають спільно з вожатими, а традиції таборів, це основа формування програми та взаємодії у таборі. В таборах YMCA сформувались наступні традиції:

1. Традиція входження у світ табору. Дуже важливий момент початку програми, який спрямований на те, щоб ввести дитину у новий для неї неповторний світ спільногожиття та діяльності у таборі, дати їй можливість одразу ж відчути себе частиною колективу. Це створення атмосфери довіри, самосвідомості, товариських відносин.

2. Традиція доброго ставлення до людей, тому що саме вона є основою всіх законів і традицій табору.

Добре ставлення до людей — це готовність дарувати посмішки, добре слова всім, хто тебе оточує; зробити щось для радості іншої людини; підтримати людину, якій необхідна допомога; радіти успіхові і досягненням друга; зрозуміти іншу людину, прийняти її такою, якою вона є.

Традиція доброго, поважного ставлення до людей найкраще виражена в гаслі «Нести радість людям!», а реалізувати її, можна безліччю добрих справ і вчинків. Наприклад, вітання з кожним, кого зустрічаєш по дорозі на території табору. Ця традиція допомагає у досягненні взаємоповаги та гарному відношенню один до одного.

3. Традиції уваги один до одного. Найкраще проявляються у правилі „тиші“ або „піднятого пальця“. Коли необхідна тиша то вожатий піднімає до гори пальця і всі повинні зробити те ж саме, та припинити спілкування до тієї миті коли не встановиться ідеальна тиша. Після цього можна продовжувати діяльність, всі уважно слухають один одного. Ця традиція є продовженням традиції доброго ставлення до людей.

4. Традиція гри у Таємного друга. Суть її полягає в тому, щоб піклуватися про своїх друзів, прийти на допомогу у важкій ситуації або разом порадіти успіхові. Шляхом жеребкування кожному учасникові призначається людина, для якої він повинен бути „янголом-охоронцем”. Через турботливе ставлення до свого друга формується доброзичливість і турбота стосовно інших.

5. Традиція Вечірньої свічки або Вечірнього «Вогника» пов'язана з багатьма компонентами (дружнє коло, вечірня пісня, палаюча свічка) і сприяє вихованню особистості, засвоєнню знань, умінь і навичок аналізу власних дій і діяльності всього колективу, розвиткові умінь, навичок спілкування і т. ін.

На вечірньому «вогнику» аналізують день, що пройшов. На «вогнику» йдуть важливі розмови про справи, труднощі, конфлікти. Тут будують плани на майбутнє, оцінюють себе, свою роботу, міркують про щось цікаве. На «вогнику» мріють, сперечаються, співають найдорожчі, найулюблениші пісні.

Під час «вогника» всі сидять в дружньому колі. Цінність і зміст такого кола вожаті пояснюють дітям на одному з перших вечірніх «вогників», оскільки дружнє коло має принципово важливe значення на вечірньому «вогнику».

«У колі кожний бачить обличчя і очі усіх своїх друзів. Кожний може сісти, стати, де йому подобається, з ким йому хочеться. У кола немає початку і немає кінця – це ланцюг, по якому проходять духовна напруга, загальна думка, почуття довіри і тепла...

Коли бажаєш вийти з кола або ввійти в нього, то дочекайся закінчення розмови або пісні і зроби це так обережно, щоб нічо не змогло ввірватися в коло і загасити уявний вогонь, що знаходиться в центрі кола».

У таборі стають у коло, щоб сказати один одному щось таємне, дуже важливе. І головне — саме коло дає можливість виявити турботу про кожного з YMCA сім'ї.

6. Традиція зв'язку з життям. Становить собі за мету донести до дітей істину, що поводити себе дружньо, привітно, широко і толерантно потрібно не лише у таборі, а й у реальному житті. «У таборі дитина вчиться дружбі, відповідальності, осмисленню свого місця, своєї ролі в сучасному світі».

Дні, проведені у таборі, — лише часточка всього життя. І нам дуже важливо, щоб для кожного табір не став грою в пропонованих обставинах, таке ставлення до людей та життя повинно утвердитися в дитині, стати моральною опорою в житті.

7. Прощання з табором. Це прощання один з одним, з життям у теплій, дружній обстановці табору, обмін адресами, взаємні побажання, фото на згадку. Таке прощання закріплює почуття взаємної єдності та підтримки друзів навіть на відстані, прагнення донести ці почуття до інших людей у своєму оточенні.

Розділ II.

Що необхідно знати та вміти вожатому табору YMCA України?



1. Хто такі вожаті YMCA?

Посередній керівник розповідає.
Хороший – пояснює.
Видатний – показує.
Великий – надихає.
В. Уорд

Майже кожен з нас був у таборах і там зустрічався з вожатими. Вожаті YMCA це такі ж вожаті, як і інші, але їх відрізняє особливо тепле ставлення до дітей. Вони створюють дітям всі умови для реалізації їх творчого та душевного потенціалу під час табору. Діти отримають в одній особі і наставника, і товариша, і старшого брата або сестру, і творчу особистість від якої можна пізнати багато цікавого для власного життя.

Відомо, що діти пізнають більше від того, що дорослі роблять, ніж від того, що кажуть. Тому саме особистий приклад наших вожатих найсильніше впливає на дітей, їх ставлення до оточуючих та формування власних навичок. Не секрет, що під час таборової зміни діти отримують стільки ж невимушеної товариського спілкування, скільки протягом навчального року в спілкуванні з однолітками в своєму рідному місті.

І якщо б наші вожаті не практикували здоровий спосіб життя, нехтували і глузували з нього, то ми б мали малі шанси, що діти будуть дотримуватись його та розкривати свій творчий потенціал.

Після відпочинку в таборі діти не пам'ятають, що їм говорив вожатий. Пам'ятають тільки його відношення до них, турботу про них, його особистий приклад. Діти запам'ятають емоційні переживання, підтримку вожатого, як за них вболівали. Запам'ятають згуртованість і дружбу, девізи та гасла, які вигукували гуртом.

Вожатий допомагає дітям розкрити себе в таборі. Діти відчувають пошану і турботу, або відсутність їх. Чи захочуть вони ще раз приїхати в табір чи ні – залежить від вожатих табору.

Графік таборового життя дуже насычений і вожатий повинен встигнути не тільки приголубити, вислухати та організувати дітей, а і себе постійно підтримувати в чудовому настрої, хорошій формі, вести здоровий спосіб життя.

Щороку, волонтери YMCA, які бажають бути вожатими, є учасниками тренінгів з підготовки вожатих YMCA України.

Наші вожаті рідко приходять зі сторони. В основному це діти, які зросли в YMCA. Це молоді люди, які вже мають чи отримують вищу освіту, світогляд, цінності, які сформувалися під впливом YMCA – служіння іншим, турбота, повага, творчість, самовідданість (перелік можна продовжувати).

І саме тому вони відрізняються від інших, до них тягнуться діти у таборі, з ними легко спілкуватися. Тому табори YMCA – це сучасне приємне, веселе, цікаве, пізнавальне, різнобарвне дозвілля дітей.

Ми докладаємо зусиль, щоб наступні якості були притаманні всім вожатим YMCA.

Якості вожатого YMCA:

1. Духовне ставлення до таборового життя. Любов до організації YMCA. Знання її історії, місії та цілей.
2. Уміння організовувати і проводити дозвілля, виховувати дітей, проявляти турботу.
3. Творче, ініціативне, естетичне відношення до діяльності в таборі.
4. Звичка до активного здорового способу життя. Охайність та гігієнічні навички.
5. Тактовність, ввічливість, культура спілкування. Працездатність, наполегливість, організованість, відповідальність, працьовитість, чесність, правдивість, чуйність, милосердя, гнучкість, свідомість, ввічливість, акуратність. Самостійність та емоційна стійкість.
6. Підтримка командного духу та учасників у всіх справах. Проникливість, уміння передбачати і запобігти конфлікту.
7. Справедливе і рівне відношення до всіх. Знання правових норм.
8. Професійна гордість, пошана до майстерності.

2. Чи є у вожатих свої правила?

Так, звичайно. Вожаті YMCA розробили власні правила які стосуються ставленню до дітей, відношенню до себе та до таборових справ.

Правила вожатого:

стосовно прийняття дитини:

- прийми все, що є в дитині (крім того, що загрожує їого життю, здоров'ю) ;
- сприймайте питання і вислови дитини серйозно;
- покажіть дитині, що її люблять і приймають безумовно, такою, якою вона є, а не за успіхи і досягнення;
- не принижуйте дитину, не давайте їй відчути, що вона чимось гірше за вас;
- хваліть дитину тільки за конкретні успіхи і вчинки і робіть це щиро;
- вірте у здоровий глузд дитини і довіряйте їй;
- пам'ятайте про тих хто поза грою.

стосовно розвитку дитини:

- привчайте дитину мислити самостійно;
- давайте дитині можливість самостійно приймати рішення і нести відповідальність за них;
- вчить дитину спілкуватися з людьми будь-якого віку;
- розвивайте, заохочуйте в дитині максимальну незалежність від дорослих;
- розвивайте в дитині позитивне сприйняття її здібностей.

стосовно себе:

- прагни нічому не учити дитину безпосередньо - вчися сам;
- пам'ятай, що ти існуєш заради дитини, а не вона заради тебе;
- якщо потрібно, перебудуйте свою роботу;
- шукай істину разом з дитиною;
- чітко визначай просторові і часові межі усіх таборових занять;
- будь у формі: відпочивай, слідкуй за своїм зовнішнім виглядом, використовуй свій вільний час розумно.

стосовно справи:

- пам'ятай, серйозне руйнується сміхом, сміх – серйозним;
- заохочуйте відвертість і щирість;
- не викликайте помилкових надій;
- пам'ятайте, що „Ви можете загнати коня у воду, але не можете примусити його пiti” ;
- приймайте допомогу ззовні, якщо це необхідно;
- вчіться на помилках;
- робіть те, про що ви говорите (справи говорять самі за себе).

Найкраще виконуються правила там де для вожатих створені необхідні умови для роботи. Вони повинні включати в себе чотири риси - право власності, можливість подумати, відповідальність за досягнуті результати, та здатність оцінити те, що досягнуто. Ці правила та риси формують діяльність вожатих YMCA.

3. Як подружитися з дітьми та повести їх за собою?

Все дуже просто! Необхідно створити комфортну дружню атмосферу з першої миті перебування дітей у таборі, проявляти максимум піклування та уваги до їх потреб та особливостей. Не дозволяти проявляти дітям свавілля та бездіяльність. Підтримуючи бажання дітей відпочити на всі 100 %, розвивати їх вміння та якості.

Але щоб так сталося не достатньо лише посмішки на обличчі, чи чудової та вдалої зустрічі дітей в таборі, хоча від цього те ж багато чого залежить. Необхідно знати певні тонкощі спілкування з дітьми та підлітками.

Працівники табору мають особливу позицію, на відміну від батьків, яких діти іноді вже „втомились” слухати. Вожаті – це прикольні цікаві дорослі, які працюють з дітьми. Таким чином, вожаті мають чудову нагоду впливати на дітей прямо та опосередковано через взаємодію або своїм власним прикладом. Так складаються умови для взаємоповаги та взаємної відвертості між вожатими і дітьми. Цьому буде допомагати ваша увага до потреб дітей, турботливе індивідуальне спілкування та спільні бесіди під час вечірнього „Вогника”.

Перш ніж стати вожатим в таборі, необхідно уважно обміркувати, чи готовий ти взяти на себе відповідальність, адже поряд діти, які братимуть з тебе приклад. Ось деякі речі, над якими варто поміркувати перед тим, як ти вирішиш стати вожатим YMCA:

- Твої звички – чи варто їх наслідувати?
- Твоя одяга та зовнішній вигляд дуже важливі. Чи можуть вони бути прикладом для інших?
- Як ти спілкуєшся з іншими? Те, як ти спілкуєшся з рівними, дуже цікавить дітей і вони будуть копіювати тебе.
- Як ти підходиш до щоденних завдань?
- Чи легко ти прокидаєшся і встаєш?
- Чи ведеш ти здоровий спосіб життя?

В залежності від різного віку діти мають певні особливості. І організовувати роботу з кожною віковою категорією треба враховуючи їх.

Особливості роботи з дітьми віком 9-11 років:

1. Найкраще пізнають через активні фізичні дії.
 2. Особлива приязнь до старших дітей.
 3. Легко зацікавити.
 4. Уваги та сконцентрованості вистачає на 30 хвилин.
 5. Головна нагорода – прийняття та визнання групою однолітків.
 6. Їм подобається і співпраця, і змагання.
 7. Незалежність проявляють і показують через непослух, сторонні розмови під час роботи.
 8. Лояльне ставлення до людей своєї статі і негативне – до протилежної.
- Цей вік характеризується прагненням до пізнання нового.*

Особливості роботи з дітьми віком 12-14 років:

1. Охоче беруть на себе відповідальність.
 2. Добре планують свою діяльність.
 3. Можуть обговорювати події, новини та соціальні проблеми.
 4. Не люблять важкі завдання.
 5. Отримують навички через взаємні стосунки зі своїми однолітками і дорослими.
 6. Відчувають тиск однолітків, спершу своєї статі, згодом – протилежної.
 7. Проявляють інтерес до однолітків протилежної статі.
 8. Здійснюють вчинки, які цінуються серед однолітків.
 9. Сильна емоційна приязнь до більш старших товаришів.
- В цьому віці домінує потреба в особистісному спілкуванні.*

Особливості роботи з дітьми віком 15-18 років:

1. Люблять обговорювати як і особисті проблеми, так і глобальні.
2. Можуть ставити перед собою ціль, йти до неї і оцінювати отримані результати.
3. Дуже важливий статус в групі однолітків.
4. Високий інтерес до громадської діяльності.
5. Хочуть бути незалежними від батьків у прийнятті рішень.

В цьому віці важливою є потреба в особистісному спілкуванні, але і з'являється бажання проявляти ініціативу і реалізовувати творчі задумки.

Для мотивації та підтримки інтересу дітей в таборі можна використовувати наступні методи:

- чітко визначте цілі та обґрунтуйте необхідність участі у справі;
- створіть умови, у яких кожного учасника вислухають;
- дайте кожному можливість розкритися;
- інтригуйте учасників щодо змісту майбутньої діяльності;
- створіть позитивне ставлення до вожатого;
- створіть позитивне ставлення до діяльності, що проводиться;
- давайте максимум завдань і інформації у ігровій формі;
- пропонуйте колективні творчі завдання з максимальним використанням підручних засобів;
- допомагайте учасникам оцінити їх досягнення;
- уникайте конфліктів чи намагайтесь вміло їх вирішити;
- добре продумуйте і організовуйте всі заходи.

Запалюй вогонь у серцях дітей і веди їх за собою, спільно виконуючи найскладніші таборові завдання.

Таким чином відкриваючи внутрішній світ дитини, ми показуємо їй дорогу у доросле життя. Що у житті головне, а що другорядне, які вчинки робити у житті, з кого брати приклад дітям – вирішувати саме тобі, як вожатому, що надихає своїм прикладом дітей на творчі та чудові звершення.

Як зробити щоб діти слухались вожатих залишаючись вільними у прийняті власних рішень?

Вільна дитина підкоряється правилам. Парадокс? Але саме відчуття меж дозволеного, що ти сам для себе встановив, і дає це почуття волі та безпеки. Правила і обмеження, що забезпечують волю, — дуже важлива частина педагогіки волі. Саме вони допомагають дитині відчувати відповідальність за свою роботу, за рівень взаємин. За допомогою правил дитина вчиться контролювати власну поведінку. Зрозуміло, що для цих цілей найкраще підходять правила, вироблені спільно всіма членами співтовариства, тому що дитина завжди охоче виконує ті інструкції, у складанні яких вона сама брала участь, і відкидає схожі установки, якщо не визнає їх своїми.

Правил не повинно бути багато, головна умова — їхня лаконічність, зрозумілість і обов'язковість для дотримання і дітьми, і дорослими. Тоді дитина сприйме їх не як зазіхання на волю, а як запрошення до освоєння нового для неї простору взаємин і взаємодії.

Спробуємо поставити себе на місце дитини, яка тільки-но приїхала в табір. Її волю відразу ж обмежують режимом дня, регламентацією особистого часу, масою всіляких правил. Дитина дивується: як же так? Чому їй практично все заборонено? І де ж обіцяна воля? Саме час пояснити дитині, що все це не випадково, не просто так, що це важливо і необхідно, і що зрештою все це зроблено в інтересах самої дитини. Кращого моменту для укладання договору і не придумаєш!

Основний прийом, що використовується при побудові договірних відносин, — це індивідуальні та колективні бесіди. Причому колективні — це не значить вся сім'я, це можуть бути дві, три, чотири особи, мала група (аутсайдери, лідери, друзі, діти з одного міста, групи за статевими ознаками), варіантів безліч. Складніше - індивідуальні бесіди. Справа в тім, що такі бесіди можуть бути різної тривалості за часом у залежності від особливостей конкретної дитини і вожатого. Важливу роль

грає також психоемоційний стан дитини та вожатого, час, місце проведення бесіди тощо. Один вожатий реально може провести за день 3—4 бесіди, тому що це вимагає максимуму сил, уваги, зосередженості, а інакше ніякого результату не буде або він буде занадто малий у порівнянні з витратами.

4. Як працювати з групою дітей в таборі?

Як відбувається формування дитячих груп в таборах YMCA ?

Група дітей формується сама за неформальними ознаками (друзі, нові друзі, спільні інтереси тощо), або за формальними (загін, таборова сім'я або сімейка). Вони можуть мати особливі назви, це залежить від бажання і фантазії дітей, від сюжету, що лежить в основі таборової програми, від тематики зміни (екіпажі, відділи, творчі майстерні, ланки, компанії, команди, групи тощо).

До того ж всі таборові групи можна поділити на тимчасові (для організації, проведення, участі у сімейній або таборовій справі) і постійні (для організації життєдіяльності сім'ї або табору протягом усієї зміни).

В національному таборі YMCA, наприклад, розроблена своя чітка структура формування мікрогруп, які між собою перетинаються і взаємодіють. Головною мікро групою є сім'я – яка функціонує протягом всього табору, як група взаємопідтримки дітей та вожатих у життєдіяльності табору та формує майже сімейне ставлення один до одного. Де вожатий, як старший брат (чи старша сестра) або батько (чи мати), опікується та допомагає дітям у вирішенні всіх таборових питань, протягом всього таборового дня. Ця система не залишає часу дітям на формування асоціальних мікрогруп, і дає можливість проявити кожну особистість в загальнотаборовому житті, в сім'ї, чи як талановиту індивідуальність.

Формування сім'ї відбувається на початку табору, коли 6-7 дітей різного віку об'єднуються в сім'ю. Це проходить у формі гри. Діти граючись в різні ігри, об'єднуються в різні групи і так поступово формують таборові сім'ї. Після цього відбувається незабутній ритуал вибору вожатого. Кожна сім'я обирає його собі за допомогою жеребкування. З цього моменту вожатий починає керівництво сім'єю або життя у сім'ї.

Для проведення деяких таборових заходів, де за програмою кількість учасників має бути більше 7, дві або три сім'ї об'єднуються в велику сім'ю (родину). Родина має друга сім'ї з числа інструкторів табору. Друг сім'ї допомагає вожатому у свій вільний час. Діти можуть звернутись до нього за додатковою допомогою та підтримкою, поділитися з ним своїми думками. Ця людина, як старший брат або сестра, вона не керує сім'єю, але завжди готова бути поруч та допомогти.

Сім'я YMCA, як будь-яка інша звичайна сім'я повинна задовольняти потреби дітей, такі як: самореалізація, пізнання, спілкування, прийняття, безпека, фізіологічні потреби. Все це відслідковується під час життєдіяльності табору.

Види мікрогруп в залежності від змісту діяльності:

- групи з чергуванням традиційних доручень (така форма роботи застосовується, в основному, з дітьми молодшого шкільного віку і на невеликий проміжок часу);
- групи «за діяльністю» – їх, як правило, називають творчими групами (формуються для підготовки і проведення якої-небудь запланованої сімейної або таборової справи);

- **ініціативні групи** – групи, сформовані для реалізації якої-небудь ідеї, ініціативи, висунутої в будь-який момент зміни (такі групи з'являються в другій половині зміни, це референтні групи);
- **групи за інтересами** – групи, що формуються для реалізації діяльності в якому-небудь напрямку (музика, спорт, інтелектуальна діяльність, творчість і т. ін.).

Формування цих мікрогруп відбувається на сімейному або родинному зборі-плануванні, якому передує колективно-творча гра, мета якої — пошук інформації про можливу корисну діяльність у таборі.

Як працювати з лідерами? Які обов'язки вони можуть взяти на себе?

Для організації діяльності в сім'ї, допомоги вожатому та використання ініціатив та енергії самих активних дітей, в перший день заїзду в сім'ї обирається лідер. Це, як правило, емоційна, розкріпачена дитина, що не відчуває ускладнень у спілкуванні та контакті з незнайомими людьми. Але такі особистісні якості не завжди є гарантам ділових і організаторських вмінь. Важливо, щоб це зрозуміли самі діти, а це можливо тільки в процесі спільної діяльності. До того ж важливо залучати до лідерських функцій дітей, які полюбляють бути прихованими лідерами в постійному житті. В таборі вони можуть розкритися в зовсім іншій якості, навіть так, як вони самі від себе не очікують.

Тому лідер може бути як постійним, так і змінюваним. Вибір лідера сім'ї відбувається на організаційному зборі сім'ї.

До того ж із лідерів сім'ї складається Рада лідерів або Рада старійшин, яка готова вирішувати усі питання організації дитячого дозвілля, а також формувати структуру взаємовідносин, втримань та дозволів в дитячому колективі, вирішувати будь-які складності та заперечення, якщо до цієї структури буде довіра з боку дорослих.

Що може бути мотивацією для успішної діяльності лідера в таборі та розкриття його потенціалу?

Для підлітків-лідерів дуже важливими є увага до діяльності, яку вони виконують, рівні права у стосунках із старшими, оцінка не лише з боку дорослих (вожатих та інших дорослих учасників табору), але й однолітків.

В таких умовах у старших дітей (віком від 13-14 років і більше) виникає бажання бути лідерами, творити, взаємодіяти, організовувати спільне соціальне середовище спілкування. Якщо поруч знаходиться дорослий, який розуміє стан душі підлітка, то він підхопить це бажання, розів'є його у гармонійну взаємодію, надасть йому творчу спрямованість для позитивних звершень.

Для того щоб саме так і відбулось, дорослий також повинен бути готовий для свого особистого „творчого польоту”.

Все це можливо завдяки мотиваційному середовищу яке формує керівництво табору на фоні спільного бажання вожатих та дітей бути щасливим та задоволеними від спільної діяльності. Тому важливо знати і розуміти що формує загальне мотиваційне середовище.

Згідно визначення: мотивація - це процес спонукання себе та інших до діяльності задля досягнення спільних цілей. Ціль нашого табору зробити для його учасників щасливим, радісним та корисним час перебування у таборі, а точніше: час таборового життя.

Пропонуємо вам один з варіантів виборів лідера сім'ї (фрагмент організаційного збору сім'ї):

1. Усі разом складаємо перелік якостей, що повинні бути в лідера сім'ї (це можна зробити групами, потім кожна група називає по одній якості, доповнюючи перелік, поки не назвуть усі якості, що продумали в групі). Чому так важливо обговорити усім разом якості? Тому що це — сформульовані сподівання колективу, і підліток, що претендує на звання лідера, повинен співвіднести свої якості з цими сподіваннями.

2. Усі разом складаємо перелік обов'язків лідера. Це теж сформульовані сподівання колективу, але тут дуже важлива позиція вожатого. Є перелік обов'язків, що дитина не може виконувати відповідно до встановлених правил у таборі, тому вчасне пояснення вожатого допоможе в складанні списку обов'язків.

Список обов'язків лідера сім'ї може бути таким: лідер (черговий або постійний) відповідає за організацію дня і проводить планування дня з вожатим; стежить за відповідністю зазначених у плані справ; бере участь у роботі ради лідерів табору; організує роботу ради сім'ї; допомагає проводити ранковий інформаційний збір і вечірні збори сім'ї.

3. Після того як визначилися щодо якостей і обов'язків лідера, можна переходити до самої процедури виборів. Один зі способів — таємне голосування, коли кожен індивідуально приймає рішення.

Є ще один нюанс: у сім'ї бувають діти, що самі виявляють бажання бути лідером. Тому перед виборами вожатий повинен запитати в дітей: «Хто хотів би сам запропонувати свою кандидатуру?» Також варто звернути увагу і на той факт, що на посаду лідера можна пропонувати і тих дітей, що самі не виявили про свої бажання. Імена і тих, і інших дітей виписуються на аркуші ватману. Після того, як відповідь на питання отримано, можна переходити до процедури виборів.

Найпоширеніші обов'язки в сім'ї — це фізорг, завгосп. Їхні вибори відбуваються за тією ж схемою, що і вибори лідера сім'ї.

Орієнтовний перелік обов'язків:

Фізорг сім'ї: організує вихід сім'ї на зарядку; організує проведення рухливих ігор разом з вожатим.

Завгосп: організує прибирання в кімнатах, на сімейному місці і території, закріпленою за сім'єю; допомагає в проведенні перевірок гігієни кімнат.

5. Сімейні збори та справи.

Для організації життєдіяльності в таборі необхідно провести сімейні збори, спільно поставити мету, направити дітей на досягнення цілей, які вони перед собою поставлять. Правильно організована взаємодія у сім'ї, ефективні сімейні збори дадуть можливість дітям якісно провести сімейні та таборові справи, підвести підсумки зміни, взяти для себе багато корисного у життя.

Розглянемо основні сімейно-таборові збори:

- організаційний збір сім'ї;
- сімейний збір-планування;
- сімейний збір „Таборова газета”;
- підсумковий збір табору.

Організаційний збір сім'ї дає можливість сформувати групу та розподілити обов'язки серед її членів. Діти визначаються з правилами поведінки у таборі, починають будувати взаємостосунки, обирають лідерів сім'ї.

Сімейний збір-планування допомагає більш чітко сформулювати дітям мету тaborування, а також спланувати тaborові чи сімейні справи.

Сімейний збір „Тaborова газета” допомагає дітям розкрити особисті творчі таланти, об'єднує членів сім'ї навколо спільної справи, формує дружній, відповідальний колектив.

Підсумковий збір тaborу закріпляє позитивні набутки дітей та сім'ї в таборі. Діти обмінюються адресами, та продовжують товаришувати та зустрічатись вже за межами тaborу.

Організаційний збір сім'ї

У таборі для вибору органів самоврядування і для передачі деяких повноважень підліткам проводиться організаційний збір сім'ї.

Мета: структурне оформлення діяльності сім'ї, формування правил взаємодії у таборі.

Організаційний збір — це ключова справа оргперіоду, проводиться в перший день зайду в таборі, що вирішує цілий комплекс завдань:

1. Закріплення норм і правил життя в сім'ї.
2. Визначення перспектив спільного життя.
3. Вибори органів самоврядування.

У підготовці і проведенні збору повинні активно брати участь усі члени сім'ї.

Попередня підготовка до збору полягає в тій системі діяльності, що здійснюється вожатим з перших хвилин життя дитини в сім'ї, а саме:

- проводяться справи, що допоможуть виробити загальні норми життя колективу на основі традицій і законів тaborу;
- проводяться ігри і вправи на виявлення лідерів у сім'ї;
- відбувається постановка дитиною мети своєї участі у роботі сім'ї на зміну;
- починає роботу система самоврядування в сім'ї (мікрогрупи, черговий, лідер);
- проходить планування життєдіяльності сім'ї;
- готується необхідне обладнання і місце проведення оргзбору сім'ї.

Хід проведення організаційного збору сім'ї:

Вступна частина.

1. Визначаються завдання, які необхідно вирішити учасникам сім'ї.
2. Приймаються правила ведення збору.

Наприклад:

- правило схрещених рук («Не повторюйся, про це вже говорили», «Припини дискусію»);
- правило піднятого правої руки («Прошу слова»);
- правило вільного мікрофона («Кожний має право на свою точку зору і може її висловити»);
- правило 2 хвилин («Обговорювати питання швидко і конструктивно»);
- правило ідеї («Будь-яка ідея повинна бути почута»);

- правило блокнота і ручки («Незаписана думка — загублена думка»);
- правило „піднятого пальця” («Потрібна тиша»);
- правило оплесків («Згодний — аплодуй»).

3. Вибирається група (2—3 особи), що буде фіксувати рішення збору. Ця група може називатися інформаційною, прес-групою тощо.

Основна частина

Це обговорення наступних змістовних питань:

1. Що означає для нас назва табору? Як ми розуміємо свою роль у цьому таборі?
2. Нам усім разом доведеться прожити в таборі певний час. Хто ми? Які ми? До чого ми усі разом прагнемо? (Постановка загальної мети сім'ї.)
3. Щоб стати сім'єю, необхідно усім разом домовитися про правила життя. Можливо, обговорення правил життя сім'ї пройшло до оргзбору сім'ї. Тоді на оргзборі необхідно урочисто затвердити ці правила (за формою вони можуть бути у вигляді Декларації, Кодексу, Статуту сім'ї тощо).
4. Кожна сім'я у нашому таборі — унікальна і не схожа на іншу, у кожної є своє обличчя, свій імідж.

До зовнішніх ознак, що відрізняють одну сім'ю від іншої, відносяться:

назва сім'ї, що повинна подобатися нам усім і відбивати характер і зміст діяльності нашої сім'ї;

девіз сім'ї — короткий афоризм, якому ми слідуємо в своєму житті;

сімейна пісня й улюблені пісні сім'ї — вечірні, ліричні, жартівливі й ін.;

емблема сім'ї — символічний малюнок, що відбиває назву сім'ї;

закони життя сім'ї, прийняті на зборі й оформлені в куточку;

елементи одягу;

ігрові сімейні умовності — знаки вітання і т. ін.;

оформлення таборового місця сім'ї;

сімейні ритуали і традиції та інше.

5. Обираються, які групи будуть у нашій сім'ї чи об'єднані сім'ї (2-3 сім'ї разом) і чим вони будуть займатися. Відбувається затвердження складу груп.

6. Яка роль вожатого в сім'ї? Що таке самоврядування? Під час обговорення цього питання важливо чітко визначити роль вожатого. Які органи самоврядування будуть у вашій сім'ї? Після того як усі «посади» будуть названі (лідер, фізорг, завгосп, представник в інформаційну раду і т. ін. — ті, хто необхідний у цьому таборі), важливо визначити коло обов'язків кожного. Крім обов'язків, складається перелік необхідних якостей і вмінь дляожної посади.

7. Вибори. Вибори ефективніше проводити за допомогою таємного голосування, спираючись на прийняті обов'язки, якості, уміння.

8. Після підрахунку голосів відбувається урочисте оголошення результатів виборів і поздоровлення — вручення відзнак (значок, краватка, стрічка тощо).

9. Інформаційна група зачитує рішення збору.

Заключна частина

От кілька прийомів, які використовуються для завершення оргзбору сім'ї:

А) вожатий підбиває підсумок збору;

Б) діти пишуть листи, побажання собі на кінець зміни;

В) виконується загальна пісня тощо.

Сімейний збір –планування

Мета: спільне планування життєдіяльності на зміну.

Особливості: проводиться через невеликий проміжок часу після початку табору.

Хід проведення збору:

1. Колективне визначення тих необхідних життєвих норм і цінностей, що допомагають людині у діяльності табору (наприклад, спілкування, час, здоров'я, певні уміння і навички, довіра, любов, почуття власного достоїнства, неординарність і творчість, знання прав і обов'язків, позитивне ставлення до життя, гарний настрій).
2. Кожна дитина одержує аркуш паперу. У правому верхньому куті необхідно намалювати свій символ: «Те, чого я хочу домогтися протягом таборової зміни». У лівому нижньому куті — символ, що заважає досягненню моєї мети: «Те, чого я боюся, те, що може перешкодити мені в досягненні моєї мети у таборі». Для того щоб малюнки дітей можна було об'єднати, у центрі необхідно написати якості й уміння, що «можуть допомогти мені в досягненні моєї мети у таборі» (особливість даної форми в тому, що дитина не тільки визначає для себе мету і цінності, але і, проживши за ними таборову зміну, може їх відчути).
3. Постановка мети на табір. Обговорення малюнків (за бажанням самих учасників).
4. Формування творчих груп. Дітям пропонується знайти людей зі схожими інтересами й об'єднатися, щоб потім запропонувати варіанти реалізації власних цілей у сім'ї, таборі.

Сімейний збір „Таборова газета“

Особливі сімейні збори – це підготовка таборових газет. Газети готуються на початку та на кінці зміни. Придумавши вдалу та цікаву назву сім'ї,

ознайомившись з друг з другом діти готують стінгазету «Наша сім'я — це...»

На завершення зміни кожна сім'я отримує завдання і готове свої ідеї для загальнотаборової стінгазети за наступними темами:

- 1 «Табір — це...»
- 2 «Ми от так жили...»
- 3 «Побажання на наступний рік».
- 4 «Найнезабутніші дні та справи».

За підсумками роботи оформлюється стінгазета „Як ми жили в таборі“. Підсумки роботи діти презентують під час заключного таборового концерту.

Підсумковий збір табору

Мета: нагородження активних учасників табору, підведення підсумків, формування побажань.

Попередня підготовка до збору.

З учасників табору формуються робочі групи, які виконують наступні завдання:

- 1 група — пише питання збору;
- 2 група — вирізує букви для слів побажань або вітань;
- 3 група — оформлює результати експрес-опитування «Найпопулярніша людина табору», «Подія, що запам'яталася найбільше», і т. ін.

Представники сімей збирають інформацію та думки оточуючих про їх сім'ї.

Хід проведення збору:

1. **Пісня, закони збору.** На початку збору діти співають таборову пісню. Збір проходить у родині (об'єднанні сімей) або для всього табору. Ведуть збір вожаті та лідери сім'ї. Зачитуються питання збору. Питання можуть бути написані та розташовані на стенді. Після обговорення вони прибираються. Дітям роздають ті листи, що вони самі собі писали на початку зміни, а коли вони їх прочитають, то обмінюються думками стосовно того, що відбувалось у таборі, чи здійснилися їх мрії.

2. «**Чого нам коштує дім побудувати**» (викладаються два дахи — 2 трикутники — один темний, інший світлий). Ведучий говорить про те, що у сім'ях були свої удачі і поразки. Дається 3 хвилини визначитися з ними. Сім'ї обговорюють плюси і мінуси таборової зміни. Після цього ведучий надає слово представникам сімей. Якщо називається щось гарне, то під світлим дахом викладається світла цеглинка (прямокутник з паперу), якщо погане, то темна цеглинка — під темним дахом. Кожна сім'я доповнює висловлювання попередньої, не повторюючись. Коли виступлять усі сім'ї, стає очевидно, чого в таборі було більше — поганого чи хорошого.

3. «**Сім'я для мене...**» — по колу передається який-небудь предмет. Діти говорять, чим стала для них сім'я за цю зміну.

4. «**Наши зірочки**». За допомогою анкети проводиться попереднє опитування. Діти називають тих членів сім'ї, що стали справжніми «зірочками», відрізнялися щиро сердечним теплом. Цим дітям можна вручити дипломи або подарунки. Після цього, під час виконання пісні (або звучання красивої мелодії), кожна „зірочка“ запалює свічку. Всі інші діти в цей час загадують бажання — якщо „зірочки“ справжні, то бажання збудеться. „Зірочки“ зі свічками обходять сім'ї по колу, потім гасять свої свічки і дарують їх кому-небудь із дітей — коли людині буде складно в житті, вона запалить цю свічку і згадає своїх друзів.

5. «**Ваше слово, лідер...**». Лідери говорять слова, побажання, їм вручаються пам'ятні нагороди з побажаннями.

6. «**Побажання на наступний рік**». Під красиву музику зачитується наказ про закінчення табору та подяки його учасникам, або включається наказ у записі. Можна супроводжувати слайдом-фільмом про табір або про зміну, якщо ви знімали своїх дітей. Після цього вожаті дарують дітям якийсь сюрприз (кораблики з паперу з побажаннями тощо), завершується збір піснею.

Різновиди сімейно-групових справ

Сімейні справи сповнені не тільки спілкуванням, працею, навчанням, але й розумінням швидкоплинності таборового життя, відчуттям постійної необхідності взаємодії з новими друзями. З початку зміни і до її закриття яскравою, веселою низкою, що запам'ятовується, сімейні справи змінюють одна одну. Але вони важливі не тільки тим, що створюють яскраву, неповторну, емоційну атмосферу, але і тим, що їх можна придумувати і створювати самим, освоюючи на практиці навички організації цікавого життя для себе й оточуючих людей.

Справа в таборі — це спеціально організована спільна діяльність вожатого і дитини, що виконує конкретне педагогічне завдання, створює можливості для самовираження і самореалізації. Справа — це сфера педагогічного винахідництва, у якій обов'язково беруть участь діти.

Сімейна справа — це захід членів сім'ї, не дитячого табору або гуртка, а саме сім'ї. Справа обов'язково колективна і творча за характером розробки, підготовки і проведення. Будь-яка справа не самоціль, не форма заради форми. Головне в ній — участь або співучасть дитини, її самовираження і самоствердження. Необхідно, щоб будь-яка дитина знайшла себе в справі, стала потрібною іншим людям. Справа — поле імпровізації, вільного прояву. «Кожна справа — максимально творча».

У підготовці і проведенні справи беруть участь і діти, і дорослі. Ступінь участі дітей залежить від періоду зміни, від рівня їхньої самостійності, організаторських, творчих здібностей. Необхідно дотримуватися послідовності дій по підготовці, плануванню, проведенню й оцінці спільної справи. Будь-який момент підготовки справи є творчістю дитини, яку необхідно помітити, оцінити.

Сімейна справа — це один з головних засобів реалізації програми сім'ї і табору, вона не буває «сама по собі», без зв'язку з темою і подіями зміни. Справа повинна спиратися на попередній досвід дітей, на знання, уміння і навички, отримані у сім'ї, у таборі.

Класифікація сімейно-групових справ за їх змістом:

- **Суспільно-корисні** — розвивають ставлення до минулого і сьогодення, вчать дітей висловлювати свої думки і судження щодо суспільства, допомоги близьньому і багатьом близкім, соціального служіння і т. п.
- **Трудові** — сприяють прояву в дитини господарських здібностей, уміння переборювати труднощі, сприяють процесові професійної орієнтації дітей;
- **Пізнавальні** — сприяють формуванню в дітей світогляду, збагачують світ знань, розширяють кругозір, прилучають до таємниць світу;
- **Екологічні** — сприяють зверненню до світу природи, усвідомленню її значимості, вчать відчувати красу рідного краю;
- **Спортивні** — сприяють актуалізації в дітей цінності здорового способу життя, реалізують рухову активність;
- **Дозвільні** — ігри, дитячі забави, витівки — діяльна сфера, самовиховання, сприяють формуванню навичок самоорганізації;
- **Художні** — сприяють вихованню естетичного ставлення до життя, суспільства, культури свого й інших народів, розвиткові творчих здібностей дитини;
- **Духовно-моральні** — просвітницькі, тренінгові форми, сприяють формуванню життєвих цінностей дитини;
- **Робота з активом** — сприяє освоєнню сфери організаторської роботи, розвиває лідерські якості.

Сімейна справа виходить по-справжньому, коли:

- кожна дитина при підготовці справи і під час її проведення знаходить для себе за своїми здібностями та вміннями ролі, доручення і завдання;
- справа має сюжет, варіативність, сюрпризи, новинки;
- справа вчить дітей працювати разом, поважаючи думку кожного учасника, рахуючись з його інтересами і бажаннями;
- дає можливість кожному учасникові розкритися, збільшити самоповагу;
- дорослий активно бере участь у проектуванні, розробці справи, але як підказувач, радник, помічник;
- справа є важливою складовою програми табору, зміни і сім'ї;
- форма і зміст справи, способи її підготовки відповідають віку дітей у сім'ї, періоду зміни;
- при створенні і проведенні справи враховуються і використовуються природні умови, таборові можливості (бібліотека, музей і т. ін.), і найважливіше надбання табору — унікальні люди;
- добре продуманий, цікавий сценарій справи має відповідне оформлення місця проведення, музичне, художнє забезпечення, костюми, спеціальну підготовку учасників і т. ін.

6. Що таке таборова зміна і які загадки вона в собі приховує?

Табір та таборова зміна

Діти приїжджають у табір на певну зміну. Дитячі враження від табору — це враження від конкретної таборової зміни. Іноді діти, що відпочивали в одному таборі, але в різних змінах, оцінюють своє перебування там по-різному.

Зміна — це дуже точна назва для періодів життедіяльності такого специфічної педагогічної системи, як тимчасовий дитячий колектив. Тому що зміна в таборі — це зміна дитиною свого оточення стилю життедіяльності, а часом і зміна себе самої.

Для більшості дорослих зміна — це теж зміна стилю життя, зміна звичних форм і методів роботи (за своєю суттю кожна зміна повинна відрізнятися від іншої ідеєю, справами, оформленням і т. ін.). Таким чином, зміна в таборі — певний період роботи табору, протягом якого здійснюється повноцінний оздоровчо-освітній процес і реалізується весь комплекс педагогічних завдань.

Періоди табору

У структурі табору виділяють п'ять періодів:

- підготовчий;
- організаційний;
- основний;
- заключний;
- післятаборовий.

Коротко охарактеризуємо кожний з періодів табору.

Підготовчий період

Під час *підготовчого періоду* проходить емоційне «настроювання» дитини і дорослого на майбутній табір. Це час, коли дитина, лідери та вожаті визначають для себе, чого вони чекають від табору і зміни. У сучасних умовах, коли нерідко в

таборах проводяться тематичні або спеціалізовані зміни, така підготовка дуже важлива.

Це період, коли розробляється програма табору. Тривалість підготовчого періоду буває різною: від кількох днів до двох тижнів. На даному етапі моделюються зміст, основні форми і методи роботи, система керування, логіка розвитку табору, зміни.

Остання справа підготовчого періоду одночасно є і першою акцією організаційного періоду — це заїзд дітей.

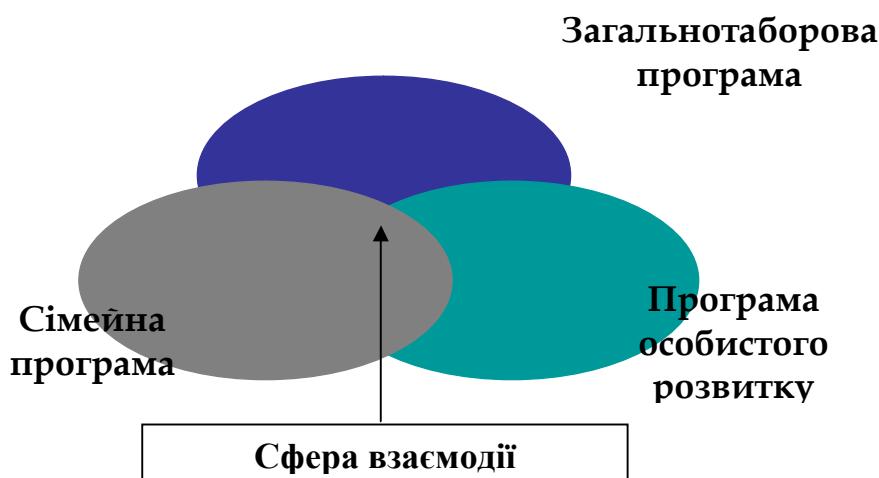
Організаційний період

Це перші дні табору — час адаптації. Період, коли йде інтенсивний процес знайомства дитини з новим оточенням, з майбутньою діяльністю. Головне завдання вожатих в організаційний період — допомогти дитині розкритися, показати свої кращі якості. В цей період відносини між дітьми тільки починають формуватися, немає ще суспільної думки, але вже закладаються морально-психологічні основи існування конкретного дитячого об'єднання.

У цей період особливо важливо знайти правильний тон, стиль взаємин дорослих і дітей. Для цього необхідно:

- створити умови для усвідомлення і прийняття дітьми, підлітками правил, норм, вимог життедіяльності в таборі під час зміни;
- провести психолого-педагогічну діагностику інтересів, можливостей і здібностей дітей;
- сформувати основи самоврядування в дитячому об'єднанні;
- реалізовувати спільну різnobічну діяльність за визначенням перспектив життедіяльності дітей і підлітків у програмі сім'ї та табору.

Вся програма табору складається та переплітається з трьох складових. Їх взаємодію можна умовно представити такою схемою:



Сфера взаємодії:

- підтримка та заохочення до спільних дій у дусі YMCA;
- турбота про оточуючих, допомага нужденним;
- активна участь у справах табору;
- спілкування з іншими сім'ями, міжсімейні справи;
- особисте «неформальне» спілкування дітей і т. ін.;
- творче навчання у майстернях;
- можливість мати власний час для роздумів та відпочинку.

Що повинно відбутися в організаційний період?

1. Знайомство дітей один з одним, з вожатими.

Для цього необхідно: включити дітей в активну діяльність, створити доброзичливу атмосферу; допомогти запам'ятати імена, знайти товаришів за інтересами, захопленнями; дати можливість спробувати себе в різних видах діяльності; розповісти про себе, показати себе в справі; виявити довіру до дитини, повагу до її особистості, показати її значимість.

Як це зробити? Ігри на знайомство, візитки з іменами, колективні творчі ігри, спільна діяльність на загальну користь (чергування в їдалні, підготовка до загально таборових заходів, приємні загальнотаборові сюрпризи), зустріч гостей або тих дітей, що приїхали пізніше, «вогник» знайомства, спільні справи, що сприяють знайомству— творчі, музичні, конкурсні програми, дискусійні форми — обговорення загальних проблем; індивідуальні бесіди з дітьми, діагностика інтересів, «Поштова скринька» (питання від дітей), загальне підбиття підсумків дня, обмін думками, вечір знайомства з представленням сімей, з розповідлю про свою сім'ю, команду, знайомство з іншими сім'ями.

2. Знайомство з оточуючими людьми та з самим табором.

Для цього необхідно: познайомити з тими дорослими, до кого дитина може звернутися у разі виникненні труднощів, познайомити з людьми, що можуть відповісти на особисті питання дитини, дати корисну інформацію; ознайомити з територією, допомогти навчитися орієнтуватися в таборі; ознайомити з умовами (у тому числі побутовими) і можливостями, що є в таборі для дитини, дати інформацію про те, як ними користуватися; ознайомити з навколишньою природою; попередити про «небезпечні» місця табору.

Як це зробити? Екскурсії, ігрові форми («Розвідка цікавих справ», складання карти-схеми табору з природних матеріалів), знайомства по колу, ігри за станціями з маршрутними листами, зустрічі з цікавими людьми, ігри та заходи на різних майданчиках, гра-подорож. Проводити частину справ, на природі, у різних місцях табору. Дітям можна давати невеликі доручення, готовати з ними сюрпризи для інших людей, у сімейному куточку вивісити карту місцевості (готову або складену ними). Можна провести вечір знайомства, прес-конференцію з і адміністрацією табору, «Поштову скриньку», презентацію заходів, секцій і гуртків. Важливо не тільки дати інформацію, але і створити умови для її самостійного одержання.

3. Прийняття загальних норм і вимог проживання і спільної діяльності.

Для цього необхідно: ознайомити дітей з вимогами і правилами, спрямованими на охорону життя і здоров'я дітей; з режимом дня, із санітарно-гігієнічними вимогами, повідомити - про час для особистої гігієни протягом дня, навчити підтримувати затишок; ознайомити з правилами користування побутовими приміщеннями, відвідування їдалні; ознайомити - з законами і традиціями табору, з правами й обов'язками дітей і дорослих у таборі.

Як це зробити? Організаційний збір сім'ї, «вогник» - знайомства, вечір «таборових» легенд, законів і традицій, прийняття Декларації про закони життя в таборі, екскурсії, заходи з інструктажів, індивідуальні бесіди, інформаційний стенд, графік чергування, пам'ятки черговим; спільне обговорення виникаючих проблем, пошук рішень; нагадування і контроль для вироблення і підтримки гігієнічних, побутових навичок у дітей; домовитися про норми поведінки, підтримувати доброзичливу атмосферу, виробити власні норми.

4. Формування уявлень про перспективи діяльності.

Для цього необхідно: запропонувати дітям інформацію про можливі види діяльності в таборі; зацікавити, включивши дітей в інтенсивну діяльність, задати ситуацію вибору діяльності, допомогти поєднати бажання дітей та їх діяльність.

Як це зробити?

Діагностика інтересів і потреб дітей; розвідка цікавих справ, планування; організаційний збір; дискусійні форми справ, що стосуються вибору дітей, можливостей зміни, планування діяльності; ставлення до відпочинку, виявлення власних інтересів і ін.

Отже, *організаційний період* — це період пред'явлення чітких вимог і створення умов, за яких (у поєднанні з ширістю, доброзичливістю й увагою керівництва табору та вожатих) виконання цих вимог для дитини стає цікавим і необхідним.

Вожатий у цей період є ведучим, організатором, лідером. Для появи спільноти в групі дітей, для того, щоб кожний почував себе комфортно, необхідна діяльність — цікава, інформаційно насычена, корисна. Вона повинна торкатись усіх сторін таборового життя. Діти — активні учасники справ, помічники. У перші дні зміни діти найчастіше нездатні самі ії організувати, їм необхідна допомога.

Основний період

Основний період табору — період особистісної самореалізації дитини. Головний мотив цього тимчасового відрізка — вибір видів діяльності, що дозволяють найбільш повно реалізувати особистісний творчий потенціал. Вожатий з позиції головного організатора і керівника переходить на позицію консультанта, координатора. У міжособистісному плані — це період конфліктів (час «доглядання» минув, висновки й оцінки зроблено). Виникають відносини, які можна розділити на відносини за симпатіями і ділові відносини. У цей період велику роль починає грати суспільна думка, що формується в дитячому колективі.

Мета основного періоду: створення умов для реалізації основного змісту програми зміни стосовно кожної дитини, підлітка.

Під час основного періоду вирішуються наступні завдання:

- організація різноманітної творчої діяльності за активної участі дітей у її розробці і проведенні;
- створення умов для прояву індивідуальностіожної дитини, її творчого і морального потенціалу; вибір ролі і позиції в дитячому об'єднанні, що відповідають сподіванням, інтересам і потребам дитини в саморозвитку;

- розгортання діяльності майстерень развиваючого і прикладного характеру, що відповідають інтересам і запитам, а наприкінці табору показ умінь і навичок, отриманих у роботі майстерень та інших програм табору;
- створення умов для діяльності органів дитячого самоврядування;
- коректування ціннісно-мотиваційних норм спілкування, міжособистісних і групових відносин і взаємодії.

Під час основного періоду зміни акцент у роботі все більше здвигается у бік загальнотаборової.

Не може бути ефективної роботи, якщо вожаті використовують лише один спосіб організації діяльності дітей. Доцільний варіативний підхід, що включає різні способи:

- Група або одна дитина, що виконують доручення вожатого.
- Ініціативна група (або одна дитина), що, як правило, сама пропонує справу і береться за її організацію, залучення інших дітей.
- Творча група: розробляє ідею, придумує і роздає завдання сім'ям, перевіряє їхню готовність, проводить справу, аналізує разом з усіма.
- Рада справи: обирається з представників від усіх сімей табору, обговорює ідею на засіданні ради справи, повертається у свої сім'ї для обговорення ідеї, приймає критику, збирається з новими пропозиціями і зауваженнями, розробляє ідею, продумує завдання, організує підготовку і проведення, залучення членів сімей, проводить справу, аналізує на засіданні ради, аналізує разом з усіма.

У такий спосіб можна готувати і проводити не тільки сімейні справи, але й міжсімейні і загальнотаборові.

Заключний період

Заключний період (останні 2 дні табору, зміни) — час підбиття підсумків і самоаналізу дитини. Дітям треба з'ясувати, чого вони навчилися, що з набутого досвіду може бути корисним у подальшому післятаборовому житті. Значення вожатих як головних організаторів знову підсилюється. Дитяче об'єднання стає більш спаяним, загальні інтереси виступають на перший план. Настрій, незважаючи на близьку розлуку, мажорний. Ефективна та сконцентрована програма заключного періоду дає можливість позбутись випадків порушення режиму та закінчити табір на високій емоційній хвилі.

Педагогічні завдання, що розв'язуються в заключний період зміни:

- груповий аналіз і демонстрація індивідуальних і групових досягнень;
- оцінка і самооцінка учасниками зміни особистісно-значимих результатів участі в програмі; стимулювання позитивних змін в особистісному розвитку;
- створення емоційної атмосфери успішного завершення зміни, заохочення найбільш активних учасників табору.

Справи, що допоможуть ці завдання вирішити: підсумковий збір сім'ї, прощальний «вогник», ділові ігри, прес-конференції, творчі справи.

7. Гігієна учасників табору.

Загартовування організму дітей і підлітків. Особиста гігієна.

Загартування - комплекс заходів по підвищенню стійкості організму до впливу несприятливих погодно-кліматичних умов (низької та високої температури повітря, води, пониженої атмосферного тиску ...).

Загартовування сонцем.

Влітку, у жарку пору, особливо в південних районах, приймати сонячні ванни найкраще в ранкові години (з 8 до 11 години) або в другій половині дня (з 16 до 19 години), через 30—40 хв. після легкого сніданку або через 1,5—2 години по обіді. Тривалість першої сонячної ванни 10—15 хв. (кожну частину тіла опромінюють не більше як 1,5—2 хв.). Щодня або через день тривалість ванн збільшують на 5—10 хв., поступово доводячи її до 1,5—2 год. Сонячні ванни приймають у світлих головних уборах.

Загартовування водою поєднують із загартовуванням повітрям та особистою гігієною учнів.

Купання проводять при температурі не нижчій за 18° перед прийманням їжі або через 1,5—2 год. після їди. Найкращий час для купання з 10 до 13 год. Тривалість першого купання становить 1—2 хв., поступово її доводять до 18—20 хв. Перед тим як увійти у воду, треба 10—15 хв. відпочити. Більше двох разів (в жарку погоду) купатись не слід. Купання починають за дозволом лікаря. Протипоказаннями до нього є хронічні запальні процеси вуха, активна фаза ревматизму і хронічний нефрит.

Особиста гігієна – комплекс заходів, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я, що полягають в догляді за шкірою, волоссям, ротовою порожниною, одягом та взуттям.

8 Умови безпечної проведення таборів. Як вберегти дітей від небезпеки?

Порадник техніки безпеки для вожатого

Ми влаштовані таким чином, що замислюємося про питання безпеки лише після того, як відчує на собі наслідки недбалого ставлення до цього. Через це, кожен повинен бути свідомим, що з хвилини, коли він бере на себе обов'язки вожатого, то він покладає на себе повну відповідальність за безпеку та здоров'я дітей, якими він опікується. Ви повинні бути свідомими, що маєте справу з дітьми, кожна дія яких може привести до непередбачених наслідків, тому потрібно передбачати їхні дії.

**Для попередження екстремальних ситуацій
вожатий повинен:**

- добре готувати всі заходи і завжди думати в першу чергу про небезпеку;
- організувати постійний нагляд за чисельним станом своєї сім'ї та станом безпеки учасників табору;
- знати всі небезпечні місця у таборі;
- розподілити обов'язки щодо дотримання безпеки учасників(члена сім'ї) табору;
- завжди повідомляти про свої дії старших вожатих;

- забезпечити постійну турботу про стан здоров'я учасників, знати їх фізичну підготовку та захворювання, алергії тощо;
- по можливості обмежити небажані контакти з місцевим населенням;
- повідомляти про всякі випадки інших вожатих (для накопичення досвіду);
- аналізувати організацію та проведення всіх занять та заходів;
- ніколи не залишати дітей без нагляду;
- усіма можливими способами уникати виникнення подій, які можуть завдати шкоді здоров'ю учасників табору;
- знати де знаходиться аптечка першої допомоги;
- знати принципи першої медичної допомоги;
- вміти надавати першу медичну допомогу: штучна вентиляція легень (непрохідність дихальних шляхів, зупинка серця); кровотеча, поранення та шок; травми опорно-рухового апарату (переломи, вивихи, розтягнення; технологія накладання шин та пов'язок); опіки, отруєння та укуси; електричні опіки, рятування на воді.

Поведінка вожатого в екстремальних умовах

Вожатий повинен:

- бути готовим покласти на себе керування і відповідальність при виникненні екстремальної ситуації;
- знати учасників, щоб орієнтуватися, на кого можна покластися у тяжкій ситуації, а хто потребує особливої уваги;
- реально оцінювати ситуацію, у випадках небезпеки діяти спокійно, швидко та виважено;
- надавати першу допомогу лише в нескладних випадках (поверхневі рани, зомління, скалка в оці, кровотеча з носа);
- при складніших пошкодженнях вожатий повинен негайно викликати швидку допомогу і повідомити батьків.

Пам'ятайте! Ризик не геройство, а деколи навіть злочин!

Визнати, що ви не можете чогось зробити, це в певних умовах прояв не слабкості, а сили! Ніколи не панікуйте: що сталося, те сталося, треба вберегтися від повторних випадків! Завжди легше попередити нещасний випадок, ніж усунути його наслідки.

Вожатий також повинен провести для кожного учасника табору базовий інструктаж з техніки безпеки за такими темами:

1. Взаємостосунки з вожатим, поведінка в приміщенні, на території табору та під час проведення занять та заходів.

- пояснити дітям, що вони мають бути завжди під наглядом вожатого;
- діти повинні не відходити від своєї сім'ї без дозволу вожатого;
- вожаті постійно слідкують за станом здоров'я учасників, утримуючи їх від перенавантаження та необдуманих дій;
- діти в разі поганого самопочуття негайно повідомляють про це вожатих;
- діти повинні брати дозвіл на всі свої дії, які виходять за зміст правил табору у вожатого або у начальника табору;
- учасники табору повинні знати та дотримуватись правил табору, включаючи час перебування в кімнаті;

- діти повинні слідкувати за порядком у кімнаті та вчасно прибирати в ній;
- діти повинні знати, як поводити себе в їdalyni;
- діти повинні знати, що заборонено в таборі (паління, вживання алкогольних напоїв, непристойна поведінка і т. п.);
- не смітити на території табору та берегти природу;
- діти повинні знати, які кроки необхідно робити, якщо їх хтось образив, в тому числі і вожатий;
- учасники беруть активну участь у таборових заходах;
- під час екскурсії по табору діти повинні ознайомитись з безпечними та небезпечними місцями у таборі.

При організації спортивних занять необхідно також:

- забезпечити проведення розминки перед заняттями;
- навантаження давати відповідно до фізіології дитини;
- вправи можна проводити через дві години після їжі;
- не слід їсти півгодини після вправ.

2. Процедури для здоров'я.

По приїзду дітей у табір необхідно проводиться медогляд стану здоров'я учасників табору, перевірити медичні довідки дітей, зібрати інформацію про особливі потреби учасників табору, щодо здоров'я. Необхідно перевірити особисті ліки, що дитина привезла з собою у табір.

Дітей інформують куди звертатись за медичною допомогою в тому чи іншому разі. Їм також дають наступну інформацію про години прийому хворих, лазарет, як уникнути хвороб та їх симптоми, уникнення тварин, прийом ліків, дієту, теплові та сонячні удары тощо.

3. Організація безпеки на воді.

- Кожній дитина, яка заходить у воду, повинна бути у полі зору свого вожатого.
- Як тільки діти помічають що щось не так, відразу ж попереджають вожатого (або будь-якого з дорослих).
- Якщо дитина виходить із води без загального сигналу, вона має обов'язково попередити плаврука та вожатого.
- Безумовно слухатися сигналів плаврука, вожатого і дотримуватись правил техніки безпеки.

Заборонено:

- заплівати за буйки;
- входити у воду більш ніж по коліно (до пояса) без індивідуального дозволу вожатого або відповідного сигналу;
- залишати територію пляжу без попередження вожатого;
- битися і топити кого-небудь жартома у воді.

Оскільки діти на пляжі будуть з головними уборами, то можна щоб на березі вони залишали свої убори перед їх заходом у воду, а потім при виході ставали всі напроти свого головного убору. Тоді буде можливість ще раз з'ясувати, що всі діти вийшли з води. Але і додається нове правило:

- Не чіпати чужі речі, що знаходяться в лінії тих, що купаються.

Краще дозволяти купатись одразу двом або трьом сім'ям, щоб вони спілкувались один з одним під час купання та грали у різні ігри.

Для того, щоб діти знали, коли їм потрібно виходити, вожатий, подає знак червоним прапорцем і сигнал свистком, щоб дітям не доводилося під час купання весь час дивитися на берег. Час перебування у воді залежить від кількості груп та від погодних умов, діти не повинні перегріватися або переохолоджуватися.

4. Поведінка і безпека під час походів та екскурсій.

- Впродовж всього походу його керівник володіє правом єдиноначальності. Група об'єднується навколо керівника та виконує всі його розпорядження. Без дозволу керівника групи учасники походу не залишають місця перебування. Учасники походу слідують за керівником групи, не зупиняються та не відходять від групи без дозволу керівника, в разі поганого самопочуття негайно повідомляють про це керівнику групи. Під час походу не слід відриватися від групи, щоб не загубитися і не залишитися поодинці на незнайомій місцевості. Для цього керівник походу призначає ведучого, якого не може ніхто обганяти, і відомого, від якого ніхто не може відставати.
- Учасники походу дотримуються правил дорожнього руху, по дорозі йдуть краєм проїзної частини дороги тільки у світлу пору доби колоною поодинці(ланцюжком) чи по парам назустріч руху так, щоб бачити автомобілі, що проїжджають поруч. Особливо уважним учасник походу повинен бути при русі поблизу або при перетині доріг і залізничних колій. Вони перетинаються єдиною колонною після з'єднання всіх учасників походу. За сигналом керівника, походу, що переконався в безпеці, група прискореним кроком переходить дорогу.
- Рекомендується мати відповідні сезону одяг, взуття, засоби захисту від опадів, шапку чи хустку від сонця, рюкзак і фляжку з водою.
- Учасник походу дотримуються правил пристойної поведінки, правил протипожежної безпеки під час розведення вогнища, не торкаються незнайомих предметів, які можуть бути вибухонебезпечними.

5. План дій на випадок, якщо хтось загубився.

Дітям пояснюють, що потрібно:

- повідомити свого вожатого або іншого працівника табору як тільки помітив, що хтось пропав або відділився від групи;
- не загубитися самому;
- залишатись із своєю групою в будь-якому випадку;
- в поході треба залишатись в полі зору лідера і зі своїм другом;
- знати, куди ідеш.

Як реагувати, якщо ти загубився:

- сісти і залишатись на одному місці: хтось обов'язково буде тебе шукати;
- три крики, три свистки, і т.п. є універсальними сигналами проблеми;
- якщо ти відділився від групи, поклич тричі, а потім чекай і слухай;
- повторюй крики раз на хвилину;
- намагайся залишатись сухим і в теплі;
- знайди притулок біля скали чи дерева.

6. Безпека використання вогню

- Заборонено розкладати вогнища з ушкодженням живих дерев, кущів, у вогненебезпечних місцях (особливо біля сіна) або близче ніж 7-10 м від наметів чи дерев'яних споруд.
- Рекомендується розпалювати вогонь на місці, де попередньо вже палилося. На місці розпалення вогню зняти верхній шар землі, місце обкласти каменями.
- Заборонено використовувати відкритий вогонь для освітлення в наметах.
- Не забудьте загасити вогонь перед тим, як покинути місце ватри.
- Рухливі ігри під час ватри дозволені на відстані понад 3 м від вогню.
- При складанні ватри, дбайте перш за все про її стійкість під час горіння.
- При запаленні вогню не можна користуватися запальними і вибухонебезпечними сумішами, спиртом.
- Не кладіть у вогонь матеріалу, що дає багато іскор і диму або вистрілює (сирого і зеленого дерева, шишок).
- Визначте конкретних відповідальних за розпалення, підтримку і згортання вогнища.

7. Пожежна безпека.

У випадку пожежі вожатий повинен:

- втримати рівновагу і не дозволити дітям впасти в паніку;
- знати де знаходиться найближчий вогнегасник і аптечка;
- вивести дітей з приміщення та зустрітись з іншими учасниками табору в узгодженному місці подалі від небезпеки;
- надати першу медичну допомогу;
- викликати пожежну охорону.

8. Безпека харчування

Діти повинні мити руки перед прийняттям їжі.

- Забороняється пити некип'ячену воду із сумнівних джерел, кранів у туалетах, крім гірських джерел і криниць.
- Не можна споживати невідомі фрукти, ягоди, рослини, запарювати чаї з невідомих трав.
- Не можна збирати гриби, будь-які незнайомі рослини чи квіти.
- Не дозволяється використовувати залишки їжі, що привезені із дому та брати на прогулянку харчі, що швидко псуються.

9. Поведінка під час проїзду у транспорті.

- Під час руху транспорту діти повинні сидіти на призначених для цього місцях. Без дозволу керівника, вожатого не виходити, чи заходити в транспортний засіб, відкривати вікна, двері.
- У випадку якщо ви можете себе недобре почувати у транспорті попередьте про це вожатого завчасно.

10. Безпека у стосунках з місцевим населенням

- Доброзичливо ставитися до місцевого населення.
- Утримуватися від конфліктних ситуацій. Надавати перевагу пасивному захисту, уникати загострення конфлікту.
- Узгоджувати з місцевими жителями усі свої дії, які будуть проходити на їхній території і можуть знаходитися в сфері їхніх інтересів.
- Уникати дій, які можуть зашкодити місцевим жителям.
- Налагодити добрі стосунки з місцевою владою, священиком, громадськими організаціями.

11. Безпека за інших обставин

Не користуватись вогненебезпечними предметами. При віднайдені вибухонебезпечних предметів чи зброї — не торкатися до них, повідомити місце їхнього знаходження керівництво табору та представників місцевої влади.

По закінченні інструктажу дітей з правил техніки безпеки у таборі вожатий повинен зробити відповідні записи в журналі інструктажу (ПІБ дитини та її підпис, дата проведення інструктажу, основні питання, які розглядались під час інструктажу, ПІБ вожатого, що проводив інструктаж та його підпис).

Розділ III.

Скарбниця вожатих



Підготовка дітей до табору: необхідні документи.

Для успішного проведення табору необхідно привезти в табір всі необхідні документи.

Для участі у таборі діти повинні мати наступні документи:

- копія свідоцтва про народження;
- медичні довідки (щеплення, відсутність педікульозу та інших інфекційних захворювань);
- заяву - довіреність від батьків про те, що вони довіряють свою дитину вожатому-супроводжуючому;
- внесок за перебування в таборі;
- підписані дитиною та її батьками «Принципи спілкування та перебування в таборі» (YMCA – за здоровий спосіб життя! Ні тютюну, наркотикам та алкоголю!).

Поради для батьків, які збирають дітей в табір:

Покладіть дитині у валізу:

- відповідний одяг та взуття;
- спортивний одяг та взуття, капелюх від сонця, одяг для купання;
- засоби особистої гігієни, кілька комплектів змінної білизни;
- телефонну картку для телефону-автомата;
- гроші для екскурсії (за бажанням);
- медикаменти, які можуть знадобитися саме вашій дитині.

Не давайте дітям з собою: мобільні телефони; коштовні речі; плеєри; багато грошей; продукти, що швидко псуються, а також продукти шкідливі для здоров'я (чіпси, лимонади, тощо).

Увага!

В табір запрошуються здорові діти, але якщо ваша дитина має якісь особливості з перебуванням на сонці, харчуванні або в медичному аспекті попередьте вожатого-супроводжуючого.

Вожаті повинні привезти з собою в табір:

- заяву-довіреність від батьків участника табору;
- підписані дітьми та їхніми батьками «Принципи спілкування та перебування в таборі» кожного участника табору;
- медичні довідки дітей;
- відповідні довідки “категорійних” дітей (якщо такі у вашій групі є - сироти, напівсироти, багатодітні, малозабезпеченні тощо);
- санітарну книжку вожатого.

При підготовці дітей для від'їзду у табір необхідно провести кілька зустрічей з дітьми та батьками розглянувши наступні теми:

- 1) роз'яснення умов участі в таборі, збір інформації про учасників табору (анкети), придбання квитків для проїзду у прямому і зворотному напрямку;
- 2) збір медичних довідок (за 3 дні до від'їзду), внесків за перебування в таборі, заяв-довіреностей, підписаних «Принципів спілкування та перебування у таборі», відповідних довідок для категорійних дітей.

Як приклад, надаємо форму анкети участника табору:

1. ПІБ
2. Домашня адреса
3. Дата народження
4. Контактні телефони, електронна адреса
5. Яка локальна YMCA тебе рекомендує
6. Де навчаєшся
7. Що ти вмієш (спортивні навички, спів, танці, драма, рукоділля, орі гамі тощо)

Надаємо зразок заяви:

ПОГОДЖУЮ

Президент YMCA _____

ПІБ

Дата

Підпис

Заява

Я, _____ довірю життя та здоров'я

своєї дитини _____ керівнику групи

_____ (YMCA _____)
під час перевезення та проведення табору YMCA України в _____
з _____ по _____ 200____ року.

З умовами проведення та перебування у таборі ознайомлений (а).

дата

підпис

Нижче надаємо **принципи спілкування та організації стосунків в таборі YMCA**. Ці принципи були розроблені для дітей, та актуальні і для вожатих табору. Кожний учасник перед початком табору, на зборах, ознайомлюється з принципами та підтверджує їх виконання власним підписом.

1. Бути активним, ініціативним та творчим.
2. Бути пунктуальним (не запізнюватись на заходи табору).
3. Бути відповідальним по відношенню до себе, до друзів, до керівників.
4. Пам'ятати, що YMCA України – за здоровий спосіб життя!
5. Ставитися до інших так, як ти хочеш, щоб ставилися до тебе.
6. Пам'ятати, що чисто не там, де прибирають, а там, де не смітять.
7. Брати активну 100% участь у подіях та заходах табору.
8. Не залишати територію табору без дозволу керівників.
9. Забороняється відвідування учасників табору друзями, що не є учасниками програми, без дозволу керівників.
10. Учасникам табору забороняється знаходитись у кімнатах в час проведення різноманітних подій за розкладом.
11. Алкоголь, наркотики та паління протягом перебування у таборі заборонені.
12. Хлопцям забороняється знаходитись в кімнатах дівчат, а дівчатам заборонено знаходитись в кімнатах хлопців.
13. Після відбою всі учасники табору повинні знаходитись у своїх кімнатах.

У разі невиконання принципів і порушення поведінки учасником табору керівники табору мають право виключити учасника із програми а не компенсувати йому/їй транспортні витрати.

З принципами поведінки у таборі ознайомлений та згоден з тим, що у разі невиконання мною принципів табору мене може бути виключено із програми та відмовлено у компенсації транспортних витрат.

Підпис учасника програми _____

Учасник програми з принципами спілкування в таборі YMCA ознайомлений.

Підпис Президента локальної YMCA _____

Програма ІІ національного табору YMCA України.

Мінімальна тривалість табору 7-10 днів. Надаємо програму табору на 8 днів.

Час (Місце проведення)	1 день	2 день	3 день	4 день
Тема дня	Колір дня: білий Девіз дня: зустріч	Колір дня: червоний Девіз дня: турбота	Колір дня: жовтий Девіз дня: повага Повага до друзів	Колір дня: морський. Девіз дня: доброта. Доброта починається коли ти починаєш робити сам.
7.00-7.30		Підйом вожатих	Підйом вожатих	Підйом вожатих
7.30-8.00		Нарада вожатих	Нарада вожатих	Нарада вожатих
8.00-8.20	Зайд та розселення	Підйом дітей	Підйом дітей	Підйом дітей
8.20-8.40 (пляж)		Зарядка "Вітер моря"	Зарядка "Вітер моря"	Зарядка "Вітер моря"
8.40-9.00		Прибирання кімнат.	Прибирання кімнат.	Прибирання кімнат.
9.00-9.30		Сніданок	Сніданок	Сніданок
9.40-10.30 (тераса)		Ранкова зустріч табору. Довоушен. Ігри.	Ранкова зустріч табору. Довоушен. Ігри.	Ранкова зустріч табору. Довоушен. Ігри.
10.30-12.15 (пляж)		Сімейна прогулянка "Друзі на воді". Спорт	Сімейна прогулянка "Промінці". Спорт	Сімейна прогулянка "Човен". Спорт
12.30-13.30 (корпус)		Робота майстерень.	Робота майстерень.	Робота майстерень.
14.00-14.30		Обід	Обід	Обід
14.30-15.00	Нарада вожатих	-	-	-
14.30-16.00	Зустріч-знайомство: "У штурвалі". Розподіл по сім'ям.	Вільна година	Вільна година	Вільна година
16.00-16.30	Таборова гра "Сонячне коло або Морський вітер"	Спортивний фестиваль "YMCA за здоровий спосіб життя".	Таборова гра "Пошук цінностей" (YMCA)	Таборова гра "Свято Нептуна". Купання.
16.30-17.30 (пляж)	Сімейна прогулянка "Морська стежка"	Сімейна прогулянка "Дельфін"	Сімейна прогулянка "Кіт і Кіт"	
18.00-19.30 (грот "Під липою")	Вечірня програма: "YMCA всіх єднає разом".	Концерт -відкриття: "YMCA – сім'я".	Вечірній концерт "Парад країн YMCA".	Благодійний концерт "Подаруй радість дітям"
20.00-20.30	Вечеря	Вечеря	Вечеря	Вечеря
20.45-22.15 (корпус)	Робота в сім'ях: правила табору; правила, девіз, емблема та назва сім'ї; бесіда про YMCA; початок гри "Таємний друг".	Робота в сім'ях. Виготовлення сімейних газет.	Робота в сім'ях. Вечір історій про життя. Пісні у колі.	Вечірня програма "Різnobар'я". Пісенний вернісаж. Довоушен.
22.15-23.00 (корпус)	Сімейна бесіда "Мое життя". Вечірня свічка в сім'ях "Розкажи мені про себе". Бесіда "Історія YMCA"	Сімейна бесіда "Мое життя". Вечірня свічка в сім'ях "Підсумки дня турботи."	Сімейна бесіда "Мое життя". Вечірня свічка в сім'ях "Підсумки дня поваги."	Сімейна бесіда "Мое життя". Вечірня свічка в сім'ях "Підсумки дня".
23.00	Відбій	Відбій	Відбій	Відбій
23.30-24.00	Нарада вожатих	Нарада вожатих	Нарада вожатих	Нарада вожатих

Час (Місце проведення)	5 день	6 день	7 день	8 день
Тема дня	Колір дня: синій Девіз дня: чесність	Колір дня: зелений Девіз дня: відповідальність	Колір дня: веселковий Девіз дня: єдність Єдність об єдину друзізм разом, всі колори сидяться та виходять з білого, YMCA запрошує всіх бути разом.	Колір дня: надійний Девіз дня: до зустрічі. Пам'ятай, дій, живи, зустрічай, сдайся!
7.00-7.30	Підйом вожатих	Підйом вожатих	Підйом вожатих	Підйом вожатих
7.30-8.00	Нарада вожатих	Нарада вожатих	Нарада вожатих	Нарада вожатих
8.00-8.20	Підйом дітей	Підйом дітей	Підйом дітей	Підйом дітей
8.20-8.40 (пляж)	Зарядка "Вітер моря"	Зарядка "Вітер моря"	Зарядка "Вітер моря"	Зарядка "Вітер моря"
8.40-9.00	Прибирання кімнат.	Прибирання кімнат.	Прибирання кімнат.	Прибирання кімнат.
9.00-9.30	Сніданок	Сніданок	Сніданок	Сніданок
9.40-10.30 (тераса)	Ранкова зустріч табору. Довоушен. Ігри.	Ранкова зустріч табору. Довоушен. Ігри.	Ранкова зустріч табору. Довоушен. Ігри.	Ранкова зустріч табору. "Ми не кажемо прощай, ми кажемо до зустрічі". Довоушен.
10.30-12.15 (пляж)	Сімейна прогулянка "Морський бриз". Спорт	Сімейна прогулянка "Таємниці моря". Спорт	Сімейна прогулянка "Зустріч": гра "Морський скарб"	10.00 - роз'їзд
12.30-13.30 (корпус)	Робота майстерень.	Робота майстерень.	Презентація майстерень : акція "Ярмарок доброти"	
14.00-14.30	Обід	Обід	Обід	
14.30-16.00	Вільна година	Вільна година	Вільна година	
16.00-16.30	Таборова гра	Таборова гра "Вожатий"	Таборова гра	
16.30-17.30 (пляж)	Сімейна прогулянка "Ультрамарин"	Сімейна прогулянка "Краб": гра "Clean Beach"	Сімейна прогулянка "Пісочна феєрія"	
18.00-19.30 (грот "Під липою")	Театральна вистава "Моя молитва нехай ліне..."	Концерт-казка "Таємниці моря".	Концерт закриття "Зірка ясна".	
20.00-20.30	Вечеря	Вечеря	Вечеря	
20.45-22.15 (корпус)	Таборова дискусія "Для мене чесність – це ..." або "Хто твій друг?" або ...	Робота в сім'ях. Виготовлення подарунків для тайних друзів. Ярмарок подарунків. Пісні у колі.	Вечірня свічка в сім'ях "Розкажи мені про мене." Підсумки гри "Таємний друг".	
22.15-23.00 (корпус)	Сімейна бесіда "Мое життя". Вечірня свічка в сім'ях "Підсумки дня".	Сімейна бесіда "Мое життя". Вечірня свічка в сім'ях: Підсумки дня відповідальності.	Вечірній таборовий девоушен "Море – до зустрічі!"	
23.00	Відбій	Відбій	Відбій	
23.30-24.00	Нарада вожатих	Нарада вожатих	Нарада вожатих	

Таборові ігри

ІГРИ НА ЗНАЙОМСТВО

ЦИП-ЦАП

Кількість учасників: від 10 чоловік

Обладнання: стільці для всіх учасників мінус один.

Учасники сідають в коло. Для одного учасника місця немає. Він стоїть в середині кола і говорить кому-небудь з тих, хто сидить «цип», «цап» або «цип-цап». Якщо сказано «цип», той що стоїть швидко рахує до 10, а за цей час учасник має встигнути назвати ім'я свого сусіда зліва. Якщо сказано «цап», потрібно вимовити ім'я сусіда справа. Той, хто не встиг назвати ім'я сусіда, займає місце ведучого, а ведучий, відповідно, його місце. Коли лунає «цип-цап», всі міняються місцями. Ведучий також намагається зайняти вільне місце. Той хто не встиг сісти залишається в колі і стає ведучим.

АВТОГРАФ

Кожен учасник отримує бланк, на якому написано десять визначень. Поруч - місце для імені. Визначення можуть бути будь-якими, в залежності від учасників гри. Ось один з можливих варіантів:

- Народився взимку
- Вміє грати на музичному інструменті
- Єдина дитина в родині
- Носить окуляри
- Був за кордоном
- Грає в теніс
- Гарно знає іноземну мову
- Має домашню тварину
- Має комп'ютер
- Вміє водити машину

Завдання кожного учасника - знайти тих, хто відповідає тому чи іншому визначенням і записати його ім'я у відповідному рядку.

ДОБРИЙ ДЕНЬ, ШАЛОМ, САЛЮТ

Обладнання: картки, на яких написано „Доброго дня” на різних мовах”:

Італія: Bon giorno Швеція: Gruezi

США: Hi Англія: Hello

Германія: Guten Tag Іспанія: Buenos Dias

Гаваї: Aloha Франція: Bonjours

Малайзія: Selamat datang Росія: Здравствуй

Чехія:Dobry dan Польща:Dzien

Ізраїль:Shalom Єгипет: Asalamu Aleikum

Фінляндія: Hyva paivaa Данія: Goodday

Турція: Merhaba

Всі учасники встають в коло і по-черзі витягають із непрозорої коробки по одній картці із привітанням на різних мовах.

Члени групи розходяться по кімнаті. При цьому вітаються із кожним зустрічним привітанням із своєї картки і називають власне ім’я.

ЛЯЛЬКА

Кожен з учасників бере аркуш паперу, згинає його навпіл і пальцями вирізає ляльку. По середині пише великими буквами своє ім’я. На голові ляльки пише мету свого життя, на правій руці – улюблену музичну групу (співака, співачку), на лівій – улюблене місце відпочинку, на правій нозі - хобі, на лівій нозі - улюблену їжу. Кожен учасник представляє свою ляльку (розвідь про себе). Всі уважно слухають і якщо в учасників щось співпадає, то вони повинні записати це на цій же частині своєї ляльки з іншої сторони. Потім учасники рахують у скількох людей співпали думки та по скількох напрямках.

ПАРАСОЛЬКА

Завдання учасників взяти з парасольки аркуш, на якому написано один з цих виразів і продовжити його своїми словами.

Коли я був маленький, я часто ...

Якщо б я була чарівницею ...

Мені подобається ...

Знаю, що дуже важко, але я ...

Своїм правнукам я хочу побажати ...

Через 10 років про мене будуть говорити ...

Мої друзі рідко ...

Вірю, що я ще ...

Я завжди мріяв про професію ...

Якби я летів на іншу планету, обов'язково взяв би з собою ...

Мое правило ...

Мені буває соромно, коли я ...

Я буду пам'ятати все життя ...

Мій найкращий малюнок ...

Мое улюблене заняття ...

Іноді люди не розуміють мене, тому що я ...

Я люблю робити ...

Мені здається, що про мене думають, що я ...

Думаю, що найважливіше для мене ...

Коли я дивлюся на небо ...

Я був би більш відвертим, якщо ...

Моя помилка, що я ...

Самим корисним для мене я вважаю ...

Якщо у мене буде 1 млн. доларів, то я ...

Мої 3 завітних бажання ...

Якщо б у мене була можливість виступити зі зверненням до людей, я ...

Мене у дитинстві називали ...

Я хотіла б побувати ...

Особливо мені подобається, коли люди, які мене оточують ...

Моя мрія ...

Мій девіз ...

Якщо б у мене була чарівна паличка ...

Мені дуже важко забути, але я ...

Чого мені по-справжньому хочеться, так це ...

Особливо мене дратує те ...

Мені особливо приємно, коли мене ...

Я хотів би, щоб мене називали ...

ІГРИ НА ФОРМУВАННЯ КОМАНДИ

КРАТЕР ВУЛКАНУ

Кількість учасників: від 6 чоловік. Ведучий шнуром обмежує коло, діаметром 5 метрів. У середину кола кладеться іграшка. Команді дається міцна мотузка. Ведучий говорить, що в центрі вулкана лежить дуже цінна річ, яку необхідно дістати. Але якщо хтось наступить на територію вулкана, у нього згорять ноги. У того, хто буде брати річ, повинні бути зав'язані очі, тому що випаровування вулкана дуже небезпечно для його очей, і він відразу перестане бачити.

Питання по завершенні вправи:

- як група приймала рішення;
- за яким принципом був обраний учасник на роль сліпого;
- чи можна було зробити цю вправу більш ефективно.

Коментарі: зазвичай група приходить до вирішення натягнути мотузку над кратером і закріпити навколо дерев або стовпів, якщо такі є поруч. Якщо ні, то мотузку утримують на плечах учасників. Дуже важливо, щоб у команді були юнаки з достатньою фізичною силою. Ведучий страхує сліпого, щоб той не впав на землю спиною.

РАХУНОК ДО ...

Учасники стоять з зав'язаними очима. Завдання - дорахували до цифри, що відповідає кількості учасників. При цьому очі у всіх повинні залишатися закритими, кожен учасник може вимовити цифру тільки один раз, попередні обговорення не допускаються. Гра починається спочатку, якщо хтось порушує правила або якщо одну цифру одночасно вимовляють дві людини.

КОЛЕКЦІЯ ВУЗЛІВ

Кількість учасників: 6-12 чол.

Обладнання: мотузка діаметром 1 см, довжиною 9 м. Ведучий зав'язує на мотузці кілька вузлів, а група повинна розв'язати всі вузли, не відриваючи рук від мотузки. Наступний етап - зав'язати вузол між двома учасниками що стоять поруч, а всі інші при цьому не випускають мотузку з рук. Можна триматися однією рукою, можна двома.

БАШТА

Обладнання: пластикові стаканчики, одноразові тарілки, скотч, газети, трубочки для коктейлів, декоративні елементи - креповий папір, блискітки тощо. Учасники розбиваються на команди з рівною кількістю членів (не менше 5, не більше 10 в кожній команді). Кожна команда отримує одинаковий комплект «будівельних матеріалів» - стаканчики, скотч і т.д.

Завдання - використовуючи тільки ці матеріали за обмежений час (1 година) збудувати башту. Можливо безліч варіацій цієї гри - можна дати спеціальний час на підготовку проекту (20 хвилин) і лише потім приступити до виконання завдання. Можуть варіюватися і умови - збудувати найвищу вежу, саму міцну, саму незвичайну, придумати її функціональне призначення (телевізійна, водонапірна і т.д.), підготувати її презентацію. Можливо розподіл ролей усередині групи перед початком роботи - один стає виконробом, інший - дизайнером, третій-робітником і

т.д. По закінченні будівництва можливо (хоча й зовсім не обов'язково) вибрати по одному представнику від команди в компетентне журі, яке визначить башту-переможницею. Можливо наявність спостерігачів, які відстежують роботу групи - як вона приймає рішення, хто і як висловлює свої пропозиції, як на них реагує команда, як команда реагує на брак часу, як команда розподіляє роботу, що для команди важливіше - працювати разом або перемогти.

Після закінчення гри необхідно провести обговорення.

Варіація: не обов'язково будувати башту. Можна будувати міст зі старих газет (при цьому умовою може бути, щоб міст витримав певну вагу), побутовий прилад або машину, замок або що завгодно. Наприклад, літальний апарат для яйця. Він також будується з обмеженої кількості матеріалів (одноразовий стаканчик, серветка, целофановий пакет, палички для коктейлю, одноразові вилки, скотч), в нього кладеться сире яйце, яке потім разом з апаратом вибуває у подорож з певної висоти вниз. Мета - зробити апарат таким чином, щоб яйце залишилося цілим. Головне у всіх цих іграх - дати можливість команді працювати разом, кожному проявити себе в тій чи іншій ролі.

ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ

Учасники шикуються в одну лінію. Вони повинні без слів, на пальцях з'ясувати місяць народження сусіда і вишикуватись в лінію по місяцях від січня до грудня. Міняються місяцями теж мовчки. Варіація: учасники шикуються в одну лінію. Завдання: вишикуватись за зростом з урахуванням того, що 2 гравця - німі, 2 - сліпі (або зав'язують очі).

ЗБАЛАНСОВАНЕ ЖИТТЯ

Обладнання: дошка товщиною 10 см, шириною 30 см, довжиною 4 м, дерев'яний блок ширину і довжиною 30 см, висотою 20 см.

Завдання учасників стати командою на дошку так, щоб вона залишилася в рівновазі, і ні один кінець не торкнувся землі. Потім зійти з дошки так, щоб кінці знову не торкнулися землі. Легенда: пішов сильний дощ, і у вас почав протікати дах. Вода прибуває, і вже залила усю підлогу. Ви встигли прибрати усі речі, але ваше взуття починає промокати. Вам вдалося знайти дошку. Чи зможете ви влаштуватися на дошці, не торкаючись її кінцями землі?

Варіанти: покласти під кожен кінець по яйцю.

ВУЗЛИ

Групи по 8 чоловік встають в коло і, витягнувши в центр кола руки (можна з закритими очами), знаходять руки інших учасників (але не своїх сусідів праворуч або ліворуч). Учасники повинні розплутати вузол і знову утворити коло не розчіпляючи рук. Нехай одна команда спочатку продемонструє всім, як це можна зробити. Переконайтесь, що всі команди «розплутались».

ЛИСТ

Кожен учасник отримує папірець і ручку. На папірці він пише будь-яке питання (наприклад, «Який твій улюбленій фільм?», «Що ти найбільше шануєш в людях?» і т.д.) Всі аркуші збираються в кошик і роздають учасникам в довільному порядку. Всі по черзі відповідають на питання, які їм дісталися.

МОНСТРИ

На ігровому полі відмічаються дві паралельні лінії в 20 метрах одна від одної. Команда вишиковується уздовж однієї з ліній. Завдання - переправитися з одного «берега» на іншій (тобто досягти іншої лінії). Команда має право лише на вісім точок опори в кожен момент часу (одна нога - одна опора). Друга умова - команда повинна пересісти лінію старту (стартувати) одночасно. Вправа вважається виконаною, коли всі учасники виявилися за другою лінією, при цьому в кожен момент проходження кількість точок опори була не більше восьми.

КОЧКИ

Одноразові тарілки або аркуші паперу розташовуються на одній лінії в кроці один від одного. Команді необхідно переправитися на інший берег по «кочках», не сходячи з них (не заступаючи).

У кожен момент виконання вправи на кожній «кочці» (зрозуміло, окрім тих, до яких учасники ще не дійшли) має бути торкання. Якщо «кочка» залишилася без торкання, вона забирається ведучим, тим самим відстань між «кочками» значно збільшується. Якщо хтось сходить з «кочки», то гра починається спочатку.

ПАВУТИНА

Вона може бути довільної форми, але обов'язкові дві паралелі на відстані 50 - 70 см. Сама павутинна робиться із звичайної резинки і, відповідно, виходить рухливою. Команді необхідно пробратися через павутину на іншу сторону, не зачепивши її. При цьому кожне вікно павутини може бути використане лише один раз. Не можна перелазити павутину зверху або підлазити знизу. При порушенні умов виконання завдання починається спочатку.

ІГРИ НА ВУЛИЦІ

ПЕРЕБІЖКИ

В цій грі зовсім не треба мчати з усіх ніг, намагаючись випередити тих, хто біжить поряд. Тут важливо інше - показати свою витривалість. Учасник біжать «від прапорця до прапорця» всі разом, в посильному для всіх середньому темпі. Добігли - зупинилися, разом повернулись і біжать назад. Так кілька разів. І ось хто-то вже не витримав. Втомився, і не можеш бігти з усіма. Ті хто спинись, вибувають з гри. З кожною новою перебіжкою число бігунів зменшується, зрештою визначається найтриваліший.

АТАКА ЗІ ВСІХ СТОРІН

На яке-небудь узвишшя ставиться кегля. У різні сторони відмічаються однакові відстані (скажімо, кроків 12-15). Учасники займають вихідні позиції. За свистком учасники бігти до кеглі. Хто схопив кеглю, той і переміг.

Можна влаштувати змагання з кількох спроб. Можна атакувати ціль і з трьох, з чотирьох сторін.

П'ЯТЬ В ЛІНІЮ

Учасники діляться на декілька команд. Перед кожною командою розставлені або розкладені на землі в лінію п'ять невеликих предметів. Це можуть бути кеглі, м'ячики, кубики тощо. Відстань від гравця до першого предмету 2 метри, і від першого до наступного теж 2 метри, так що всього доведеться пробігти 10 метрів, на бігу ці предмети необхідно підбирати, і ще необхідно бігти 10 метрів назад, дбайливо до себе їх притискуючи, щоб не випали. Без здобичі повертатися не можна.

У РУЦІ - ЛОЖКА, В ЛОЖЦІ – КАРТОПЛЯ

Всі діляться на декілька команд. Гравці кожної команди по черзі несуть картоплину(або яйце) до певної відмітки, розгортаються та біжать назад, щоб передати картоплину іншому учаснику команди.

Замість ложки можна взяти дві палички і спробувати утримувати картоплину ними.

СКІЛЬКИ СЕКУНД В СКЛЯНЦІ ВОДИ

Гравці розбиваються на групи і біжать наввипередки. З собою необхідно нести відерця(або каструльки чи інший посуд), які до країв наповнені водою.

Звичайно, так хотілося б виграти зайву секунду! Але в кінці шляху може з'ясувати: що той, хто втік з усіх ніг, розплескав води більше за інших. А ми домовилися, що кожна пролита склянка води - це секунда, яка додається до результату. Зрозуміло, секунд в стакані може бути й більше, це вже як ви самі домовитеся.

П'ЯТНАШКИ НА МОТУЗОЧЦІ

До стовпчика прив'язують мотузку довжиною 3-4 метра. Навколо стовпчика окреслюємо коло того самого радіусу. Всередині кола покладіть два-три десятки камінців (шишок, паличок і т. п.). Це багатство буде сторожити один з вас, той, кого

ви виберете ведучим. А всі інші (чоловік п'ять), розташувавшись спочатку за колом, намагаються заволодіти камінцями, винести їх з кола якомога більше. Сторож однією рукою повинен триматися за мотузку, а от інша у нього вільна для того, щоб торкатись необережних видобувачів. Той, кого торкнулися, вибуває з гри. Через три хвилини зміна у сторожа кінчається. Можна рахувати, скільки камінців у нього забрали, а скільки він зберіг.

Тепер повторіть гру з іншим сторожем.

ПАСТУХ ТА ВІВЦІ

З числа учасників гри обирають пастуха, та двох вовків. Інші учасники будуть вівцями (таких може бути четверо-п'ятеро).

Вівцям, звичайно, треба рятуватися від вовків. Вовкам - ганятися за отарою. А пастуху, оберігаючи овець, переслідувати вовків.

Пастух виграє, якщо спіймає обох вовків (разом з ним виграє і партія овець). Вовки переможуть, якщо зуміють спіймати всіх овець. Для того, щоб узяти верх над суперниками, необхідно виявити не тільки проворство, а й хитрість.

Не забудьте також обмежити розміри «пасовища».

"ВОРО-БЬИ" – „ВОРО-НИ"

Учасники діляться на дві команди. Одні з вас будуть горобцями, інші - воронами. Також обирається ведучий.

Тепер треба провести на землі дві риски - кроків у двадцять одна від одної. Так ви позначите гнізда для команд. Ось вони вишикувалися у два ряди на рівній відстані від гнізд. Обличчям до свого гнізда, спиною до суперників і чекають сигналу.

Ведучий викликує: «Ворони!» - і ворони кидаються до своєї межі. А горобці, миттю обернувшись, пускаються за ними, намагаючись доторкнутись до них. Ведучий відзначає число тих до кого доторкнулися.

Настає черга горобців летіти. І серед них будуть невдахи, яких знайшли ворони. І так кілька разів. Ведучий не обов'язково викликає команди строго по черзі - цікавіше буде, якщо він несподівано назве одну кілька разів поспіль. Важливо лише, щоб загальне число польотів у горобців і ворон зрештою вийшло однаковим. І ще: щоб створити побільше напруги в грі, імена команд варто вимовляти по складах. Ось звучить: «Во-ро-...» А ти гадаєш куди тобі бігти вперед чи назад.

ГОРІННЯ

Гравці стають попарно, тримаючись за руки, одна пара за одною, а попереду всіх - один, кому за жеребом дісталося горіти. Йому не можна обертатись назад.

Ті, що стоять в останній парі по рахунку «раз, два, три» рознімають руки, біжать уперед і намагаються знову з'єднатися, оббігши ведучого один ліворуч, інший праворуч. Той же переслідує тих, що біжать, і якщо йому вдастся когось зловити, то він стає з спійманим в першу пару, а той, хто залишився один, стає ведучим. Якщо ж ведучому не вдалося зловити нікого, то та ж пара стає попереду інших пар, а він горить знову.

ПОДВІЙНЕ ГОРІННЯ

Простий спосіб гри можна ускладнити, граючи у подвійне горіння. Тоді стають по чотири людини в ряд. Горить ж одна пара. Грати можна з співом:

Гори, гори ясно,
Щоб не згасло
Поглянь на небо -
Пташки летять,
Дзвіночки дзвеняТЬ!

Усі замовкають, а пара, що горить продовжує рахувати: «Раз, два, три!», плескаючи в долоні. Після слова «три!» обидві задні пари розбігаються і намагаються з'єднатися разом попереду палаючої пари. Якщо це їм вдається, ведуча пара продовжує горіти. Якщо будь-який з палаючих піймав яку-небудь пару, то пара ведучих з'єднується з спійманою. Вчотирох вони стають у перший ряд. Пара, яку не спіймали, горить.

Правило: парам, що біжать не можна роз'єднувати руки, а пара, що горить не має права рушати з місця, перш ніж пари, що біжать пробіжать поруч з ними.

ГОРІННЯ ПО-ШВЕДСЬКІ

Всі учасники стають парами, і кожна пара одержує свій номер по порядку: перша, друга, третя і т. д. В середині повинен залишитися коридор для пробігу, а пари не з'єднують руки. Виходить, що всі стоять в дві шеренги.

Цією грою повинен хтось керувати. Він стає попереду, в десяти кроках від першої пари. В обох руках у нього по паличці. Одну за одною він викликає пари (у будь-якому порядку). Обидва з викликаної пари біжать по внутрішньому коридору до ведучого, вихоплюючи з його рук палички і, оббігаючи інші пари із зовнішньої сторони, знову віддають їому ці палички. Той, хто віддав свою паличку першим, приносить своїй шерензі очко. Коли всі пари пробіжать, то виявиться, що у однієї з шеренг більше очок - вона і перемогла. Після кожної пробіжки шеренги міняються місцями: перша стає лівою, а ліва - правою.

ЯПОНСЬКИЙ МЕТЕЛИК

Один учасник-доброволець буде виконувати роль „Торі“. „Торі“ – це з японської птах. Усі інші учасники – метелики, вони утворюють круг, в центрі якого з витягнутими руками стоять Торі. Метелики рухаються по колу навколо Торі. Час від часу один з метеликів запиняється біля Торі і легенько торкається його долонею. Завдання Торі – спіймати руку метелика. Коли метелика спіймали, він встає в центр кола і починає виконувати роль Торі поряд з попереднім. Гра продовжується доти, поки всі метелики не опиняються в колі.

ГУФФІ

Учасники закривають очі або зав'язують їх хустками. Ведучий підходить до одного з них та на вухо каже, що він Гуффі. Гуффі відкриває очі. Завдання групи: з закритими очима знайти в кімнаті Гуффі. Учасники, зустрічаючись, повинні задавати питання: «Гуффі?». Якщо на запитання відповідають таким же питанням, значить, це не Гуффі. Якщо той, кому було задано питання, мовчить, значить, він

Гуффі (Гуффі завжди повинен мовчати). Якщо хто-небудь виявив Гуффі, він повинен взяти Гуффі за талію обома руками. Ті, хто приєднуються до Гуффі, теж мовчать. Приєднуватися до Гуффі можна тільки з краю. Гуффі росте до тих пір, поки до нього не приєдналися всі учасники.

ГОРЮДУБ

Гравці вибирають одного ведучого. Усі інші стають парами один за одним. Ведучий стоїть перед колоною лицем до гравців. Він говорить:

*Гори, гори ясно,
Щоб не згасло,
Пташки летять,
Дзвіночки дзенькомятъ!*

Після цих слів остання пара роз'єднує руки, гравці біжать один по правий, інший — по лівий бік колони, а ведучий намагається впіймати когось із них до того, як гравці зчеплять руки. Втікачі повинні повернутися від ведучого, зчепити руки і стати на початку колони перед першою парою. Якщо ведучий впіймає одного з них, хто біжить, то стає разом з ними перед усіма парами. А той, кого не піймали, стає ведучим, і гра триває. Знову остання пара біжить, а ведучий доганяє одного з них. Якщо пара зуміла з'єднати руки, ведучий залишається той самий, і гра триває.

ГОРЮДУБ ІЗ ХУСТОЧКОЮ

Усі учасники стають парами один за одним, тримаючись за руки. А обраний ведучий стоїть перед колоною і тримає в руці над головою хусточку. Потім гравці хором примовляють:

*Гори, гори ясно,
Щоб не згасло.
Глянь на небо,
Пташки летять,
Дзвіночки дзенькомятъ!*

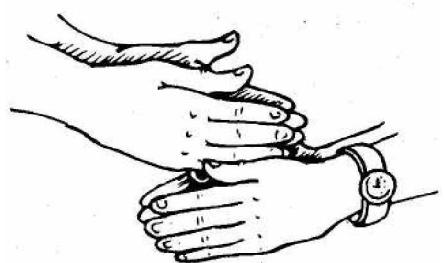
Після цих слів гравці останньої пари швидко біжать уперед, і той, хто першим візьме хусточку, стає з ведучим перед колоною, а менш спритний «горить».

СТРУМОЧОК

Гравці стають один за одним парами, беруться за руки і тримають їх високо над головою. Зі зчеплених рук утворюється довгий коридор. Той гравець, що залишився без пари, йде до «витоку» «струмочка» і, проходячи під зчепленими руками, шукає собі пари. Взявшися за руки, нова пара пробирається в кінець коридору, а той, чию пару розбили, йде до початку «струмочка». І, проходячи під зчепленими руками, веде із собою того, кого вподобає. Так «струмочек» рухається довго, безперервно.

КОЛЕЧКО

Діти вибирають ведучого. Усі гравці сідають на лаву, беруть колечко (замість нього можна використати гудзик). Діти тримають руки «півником» на колінках. Ведучий стоїть перед гравцями, у руках у нього колечко. Потім він підходить до кожного,



торкається долонь учасників і комусь одному кладе колечко. Далі говорить: «Колечко, колечко, вийди, порадуй сердечко». У цей час кожний учасник гри намагається втримати того, в кого колечко, але ж ніхто не знає, в кого воно. Якщо гравець із колечком виривається, то він стає ведучим.

ТРЕТИЙ ЗАЙВИЙ

Усі гравці, утворивши коло, розподіляються на перший-другий, після чого другі номери стають за першими, обличчям до центра. Для гри обирають двох ведучих. Вони знаходяться за колом на відстані 5-6 кроків один від одного. Ведучі починають гру — перший тікає, а другий його ловить.

Рятуючись від переслідування, перший ведучий може стати поперед будь-якої пари, і тоді гравець, що стоїть позаду, виявиться зайвим і йому потрібно буде тікати від другого ведучого. Якщо ж другий гравець наздогнав першого і торкнувся його (заквачив), вони міняються ролями. Ведучим не дозволяється перетинати коло.

КОШИКИ

Перед грою треба обрати двох ведучих — квача і втікача. Гравці поділяються на пари і розходяться по майданчику. Кожна пара береться за руки, утворюючи коло-кошик. Ведучі стають на невеликій відстані один від одного, квач женеться за другим гравцем. Утікач бігає між парами і, щоб його не заквачували, швидко називає ім'я гравця будь-якої пари. Той гравець, чиє ім'я було названо, тікає, на його місце стає гравець ведучої пари. А якщо квачу вдалося доторкнутися до втікача, той стає квачем.

БЕЗДОМНИЙ ЗАЄЦЬ

З числа гравців обираються мисливець і бездомний заєць. Інші гравці-зайці окреслюють собі кола, і кожен стає у своє. Бездомний заєць тікає, а мисливець його доганяє. Заєць може врятуватися від мисливця, забігши в будь-яке коло; тоді заєць, що стояв у колі, повинен одразу ж тікати, тому що тепер він стає бездомним і мисливець буде полювати на нього. Як тільки мисливець піймав (осалив) зайця, він сам стає зайцем, а колишній заєць — мисливцем.

УСТИГНИ ЗАЙНЯТИ

Кожний із гравців креслить навколо себе коло — це його будиночок, і стає в центрі. Один із гравців (без кола) стає в середину майданчика і промовляє: «Раз, два, три — біжи!» Коли сказане останнє слово, усі гравці міняються місцями, а ведучий намагається зайняти чиє-небудь місце. Хто не встиг зайняти коло, стає ведучим, і гра триває.

ГРА В НОМЕРИ

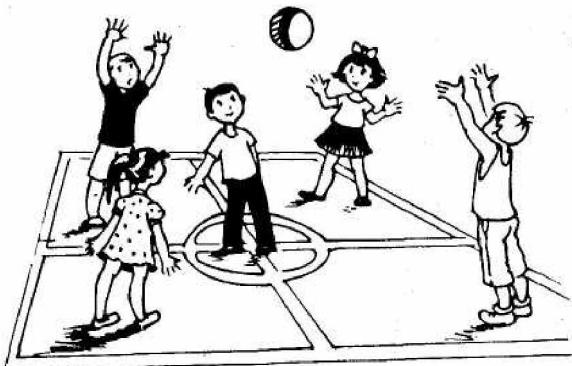
Гравців шестеро, але може бути й більше. Для гри всі учасники стають у коло. Кожному гравцеві привласнюється номер. Ведучий кидає м'яч додори й одночасно вигукує будь-який номер. Гравець, чиїй номер був названий, повинен устигнути підхопити м'яч, поки той не торкнувся землі. Якщо він упіймає м'яч, то ведучий знову вигукує номер. А якщо гравець не зробить цього, то сам стає ведучим. Виграє той, хто пропустить менше м'ячів.

ШТАНДЕР

Усі гравці утворюють велике коло, а в центрі — ведучий з м'ячом. Він підкидає вгору м'яч і вигукує ім'я одного з гравців. Останній ловить м'яч на льоту або піднімає його з землі і намагається влучити ним в тих, хто тікає. Піймавши м'яч на льоту, гравець має право крикнути: «Штандер!» — і тоді усі замруті і можна буде спокійно прищілитися і заквачити найближчого. При цьому той, хто кидає м'яч, не може сходити з місця. Заквачований вибуває з гри. Пійманий у повітрі м'яч дає й інші право — той, хто піймав, може не випробовувати долю, а відразу підкинути м'яч угору і вигукнути ім'я кого-небудь із гравців. Уся цікавість цієї гри в тім, що потрібно і м'яча побоюватися — тобто утекти подалі, — і бути насторожі: встигнути повернутися до м'яча, якщо раптом вигукнуть твоє ім'я. Якщо той, кого намагалися заквачити, приловчиться піймати м'яч, що летить у нього, — він може відразу квачувати іншого гравця.

КВІНТА

Гра в квінту вимагає надзвичайної спритності, реакції, швидкості. Грають у квінту вп'ятьох. На землі й асфальті креслять прямокутний квадрат зі стороною 10 метрів, у центрі якого — коло діаметром півтора метра. Четверо гравців стають у кути намальованого квадрата, а в коло стає п'ятий гравець, ось його і кличуть квінтою. Саме від квінти вимагаються всі перераховані вище якості: четвірка кидає в нього м'ячом, а квінта в центрі повинен ухилитися від ударів. Гравець може стрибати, нагинатися, відскакувати вбік (але не виходити за межі маленького кола, у якому він стоїть) і навіть лягати. Якщо м'яч наздожне квінту, то в центр квадрата стає той, кому вдалося влучити, хто був найправнішим.



КАРТОПЛЯ

Перед початком гри треба намалювати коло діаметром 5-6 метрів. Учасники гри стають за лінією і передають м'яч один одному, як у баскетболі. Якщо м'яч падає на землю, гравець, винний у цьому, сідає навпочіпки в середині кола, а інші продовжують грати. Гравці можуть бити по м'ячу й однією рукою, намагаючись влучити в того, хто сидить у колі, але не можна «вибивати» з першої подачі. Якщо той, хто «вибиває», не влучить м'ячом у сидячого, то він також сідає в середину кола. Гра триває доти, доки в колі не залишиться одна людина або доки гравці, що сидять у колі, не підняться, підстрибнувши, м'яча на льоту. У цьому випадку останній гравець, що припустився помилки, сідає в середину кола, а всі інші стають за лінію кола і продовжують гру.



ДВА ВОГНІ

На землі креслять дві паралельні лінії, що утворять коридор завширшки 5-6 м, завдовжки 8-10 м. Усі гравці поділяються на дві рівні команди, які

шикуються вздовж коридора один проти одного, а два ведучих — «вогні» знаходяться в коридорі. Діти кидають м'яч один одному. «Вогні», пересуваючись по всьому коридору, намагаються піймати його. Якщо піймають, то гравець, що кинув м'яч, вибуває з гри — «згорає». Переможець той, хто згорів останнім.

ГУСИ-ЛЕБЕДІ

З числа гравців вибираються вовк і пастух. Інші діти — гуси. На одному боці майданчика проводиться межа, за якою перебувають гуси. Це їх будинок. Збоку майданчика окреслюється місце — лігвище вовка. Пастух виганяє гусей пастися на луки. Гуси ходять, літають по лукам, щипають травичку, при цьому вони нахиляються, витягають шию, а коли літають, випростовують крила (піднімають руки в боки).

Потім пастух говорить:

Гуси, гуси!

Гуси зупиняються і
відповідають хором:

Га, га, га!

Пастух. Їсти хочете?

Гуси. Так, так, так!

Пастух. Так летіть!

Гуси. Ні-ні, ніяк:

*сірий вовк під горою,
Не пускає нас додому!*

Пастух. Най летіли б,
як хотіли,

Тільки б крила берегли!



Гуси, випроставши крила (витягнувши руки в боки), летять через луки додому, а вовк, почувши гусей, вибігає, заступає їм дорогу, намагаючись піймати їх (торкнутися рукою). Пійманих гусей вовк веде до себе. Після трьох-чотирьох перебіжок підраховуються піймані гуси. Потім вибираються нові вовк і пастух, і гра триває.

БРИТАНСЬКИЙ БУЛЬДОГ

Діти призначають двох ловців («бульдогів»). «Бульдоги» стоять з одного боку майданчика, а всі інші — з протилежного. За сигналом одного з бігунів усі діти повинні перебігти на інший бік. Але так, щоб гравця не схопили «бульдоги». Той, кого піймають, стає ловцем. Гра триває доти, доки всі бігуни не перетворяться на «бульдогів».

САЛОЧКИ-ВИРУЧАЛОЧКИ

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна відіграти.

Потім обирають салочку. Він повинен наздогнати гравців, які кидаються врізnobіч. До кого доторкнеться салочка, той повинен зупинитися і сказати: «*Виручайте!*» Поки його не звільнить, бігати йому не дозволяється. Щоб виручити товариша, потрібно доторкнутися до його плеча. Як тільки хтось зробить це, можна знову бігати. Якщо осаленого не вдається виручити, доки салочка рахує до двадцяти, то осалений стає салочкою.

«ДАЙ РУКУ»

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна вибігати.

Вибирається один ведучий — салка. Інші гравці вільно переміщуються майданчиком. Салка починає ловити гравців, які тікають від нього, при цьому діти прагнуть узятися за руки з найближчим гравцем. Взявши за руки, вони зупиняються і повертаються один до одного обличчям. У цьому випадку салка не має права їх осалити. Якщо салка наздогнав поодинокого гравця, вони міняються ролями.

ЯПОНСЬКІ САЛКИ

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна вибігати.

Гравців може бути скільки завгодно. Ведучий переслідує — доганяє інших гравців. Якщо він торкнеться кого-небудь з них, той починає водити. Однак новому ведучому буде набагато складніше, ніж першому, оскільки він повинний бігати за іншими, тримаючись рукою за ту частину тіла, якої торкнувся попередній ведучий — хай це буде або рука, або нога. Саме так, не відриваючи руки від «засаленого» місця, він повинен наздогнати ще кого-небудь. Лише в цьому випадку він звільниться.

ЗАКВАЧУЙ ОСТАННЬОГО

Учасників — 10-14 чоловік. Гравці поділяються на дві команди. Учасники стають один за одним і міцно тримаються за руки. Одна колона стоїть навпроти іншої. За сигналом перший гравець кожної колони намагається заквачувати останнього гравця іншої команди. Доторк вважається правильним, якщо гравці цієї команди не розчепили рук. Гравці кожної колони повинні добре рухатися й уважно стежити за пересуванням супротивників, які намагаються завдати у відповідь удар. За кожний правильний доторк команді зараховується 1 очко. Гра триває 4-5 хвилин, переможцем стає команда, що набрала більше очок.



БІЛКА НА ДЕРЕВІ

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна виходити.

Потім обирають одного ловця. Решта, яка тікає, може сховатися від нього в будиночку — місці, де їх не можна квачувати. У даному випадку будиночком вважається що-небудь дерев'яне. Якщо втікач схопиться за дерево, паличку, лавочку, бортик пісочниці, то його не можна квачувати. Ловцю забороняється підстерігати коло будиночка, а втікач не повинен сидіти в будиночку більше 20-30 секунд. Якщо ловець наздожнене кого-небудь, то вони міняються ролями.

ВИЩЕ НОГИ ВІД ЗЕМЛІ

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна виходити.

Тоді вибирають одного ловця. Він починає ловити гравців, що тікають. При цьому діти намагаються відірвати ноги від землі (зависнути на дереві, стати на лаву чи камінь). У такому положенні ловець не має права їх осалити. Ловцеві забороняється підстерігати втікачів, а останні не повинні залишатися з піднятыми ногами більше 20-30 сек. Якщо ловець наздожнене когось, то вони міняються ролями.

ФАРБИ

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна вибігати покупцю і фарбі.

Гравці сидять на лаві. Вибираються продавець і покупець. Покупець відходить убік. Діти називають продавцю, якою фарбою вони хочуть бути. Приходить покупець і говорить: «*Тук, тук*». «*Хто там?*» — запитує продавець. Покупець називає своє ім'я. «*Навіщо прийшов?*» — «*За фарбою*». — «*За якою?*» — «*За червоною (синьою, жовтою...)*». Покупець називає будь-який колір. Якщо така фарба є, продавець говорить скільки вона коштує (у межах 10) і покупець стільки разів ударяє його по долоні. З останнім числом «фарба» тікає, а покупець її доганяє. Піймавши «фарбу», він відводить її в умовлене місце. Якщо фарба добігає до умовленого місця і повертається до продавця, уникнувши доторку покупця, вона змінює колір. Гра триває. Якщо покупець «замовляє» фарбу, якої нема, продавець каже: «*Стрибай по червоній (зеленій) доріжці на одній ніжці*». Покупець скаче до умовленого місця і повертається. Гра триває доти, доки всі фарби не будуть куплені.

КОЛІР

Перед грою гравці заздалегідь оговорюють територію, за межі якої не можна вибігати ведучому і втікачеві.

Учасники гри утворюють коло. Ведучий заплющає очі і стає спиною до кола в 5-6 м від нього. Потім він голосно називає будь-який колір, наприклад, червоний, білий, синій, жовтий, зелений, блакитний і швидко повертається до гравців. Ті гравці, у кого є одяг названого кольору або який-небудь інший предмет, хапаються за ці предмети так, щоб це бачив ведучий. А ті, у кого такого кольору немає, рятуються втечею. Якщо ведучий наздожне й осалить кого-небудь із гравців, то тоді осалений стає ведучим. Але втікач може врятуватися, схопившись за відповідні предмети своїх товаришів.

ПІЖМУРКИ

Перед грою гравці оговорюють територію, за межі якої не можна виходити.

Гравці вибирають ведучого. Йому зав'язують очі. Він кілька разів обертається навколо своєї осі. Після цього діти розбігаються і весело дражнять Піжмурку, що повинен їх ловити. Коли ведучий схопить одного з гравців, то повинен навпомаць відгадати, хто це.

ПАЛИЧКА-РЯТІВНИЧКА



Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна вибігати.

Один із гравців, заплюшивши очі, стоїть біля палички-рятівнички і голосно, але повільно вимовляє лічилку. У цей час інші діти розбігаються і ховаються. Закінчивши говорити, ведучий розплющає очі, стукає паличкою, вимовляє: «*Паличка прийшла, нікого не знайшла*», — і йде шукати тих, що поховалися. Помітивши

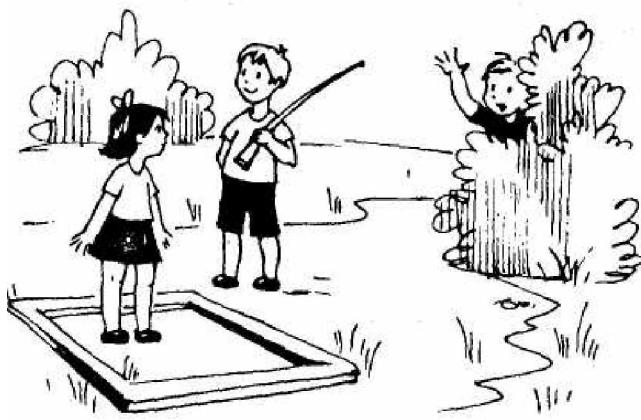
першого з них, він голосно вимовляє: «*Паличка-рятівничка знайшла... (називає ім'я відшуканого)*», — і біжить до палички. Якщо той, хто хувався, добіжить першим і встигне сказати: «*Паличко-рятівничко, врятуй мене!*», то вважається врятованим,

якщо ж спізниться, то виходить із гри. Після того як перший гравець знайдений, будь-який з інших учасників гри може швидко і непомітно для ведучого підбігти до палички-рятівнички й зі словами: «Паличко-рятівничко, врятуй усіх!» — чотири рази стукнути паличкою об землю. Якщо це гравцю вдається зробити до того, як ведучий підбіжить до палички і схопить її, то всі раніше знайдені гравці вважаються врятованими, а ведучий залишається той самий. Якщо ж ведучий помітивши гравця, що підбігає до палички, випередить його і першим схопить паличку, то такий гравець виходить із гри, як і всі знайдені до нього, а ведучий вибуває на пошуки. Наступного разу ловить той, кого ведучий знайшов останнім.

ЛЮДИ ШЕРИФА І ЗАГІН РОБІН ГУДА (КОЗАКИ-РОЗБІЙНИКИ)

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна вибігати.

Люди шерифа заплющують очі і рахують до 50 або 100, а загін Робін Гуда в цей час тікає і ховається хто куди. Люди шерифа йдуть на пошук загону Робін Гуда і якщо вони знаходять людину з загону, то салять його і відводять у в'язницю. Якщо ж згодом «ув'язненого» осалила інша людина Робін Гуда, «ув'язнений» вважається звільненим але треба бути обережним, адже біля в'язниці є охоронці. Коли всі люди Робін Гуда опиняються у в'язниці, команди можуть помінятися ролями, і гра триває.



САРДИНІ

Перед грою діти визначають досить велику територію, за межі якої не можна виходити.

Вибирається один гравець, що йде ховатися, у той час як інші заплющують очі і рахують до 30. Потім гравці по одному йдуть шукати того, хто склався. Коли шукач знаходить того, хто склався, він теж залишається в його складанці. Мета цієї гри: якнайшвидше знайти гравця, який склався. Той гравець, котрий останнім знаходить місце, де ховаються всі інші, іде ховатися першим.

ВОВКІ ВІВЦІ

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна виходити.

З дітей вибирається один вовк, а всі інші — вівці. На землі креслиться рятівна межа, за якою вовк не може схопити вівцю. Вовк іде ховатися. Усі заплющують очі, рахують до 10 і йдуть на пошуки вовка. Коли він виявлений, діти підходять до нього, а один із шукачів говорить: «Я помітив дуже пухнасту ягнічку. Ні. Це дуже пухнастий вовк». Усі вівці відразу кидаються за рятівну межу, а вовк їх переслідує. Той, кого він наздогнав, також стає вовком. Старий і новий вовки ховаються і беруть участь у наступній гонитві. Гра триває доти, доки всі вівці не будуть переловлені.

ЛЕВ І АНТИЛОПИ

Перед грою діти визначають територію, за межі якої не можна виходити.

Це гра в салки, де ведучого називають левом, а переслідуваних антилопами. На початку гри антилопи заплющуються, а лев ховається поблизу серед кущів або

дерев. Антилопи разбігаються по майданчику, не знаючи, де лев. Він кидається на них зненацька, тому їм складніше тікати. Піймані антилопи перетворюються на молодих левів і допомагають старому левові ловити інших гравців. Гра триває доти, доки всі втікачі не перетворяться на левів.

РОЗІРВИ ЛАНЦЮГ

Усі гравці поділяються на дві команди. Кожна команда шикується, повернувшись обличчям до супротивника. Між командами не менше 5 метрів. Після цього всі гравці в першій команді беруться за руки і називають ім'я будь-якого гравця з другої команди. А гравець із другої команди — той, чиє ім'я назвали, повинен розбігтися і прорвати в будь-якому місці ланцюг першої команди. Якщо йому це вдається, він забирає у свою команду одного з тих, через кого прорвався, і його команда обирає нового гравця з іншої команди. А якщо він не зумів розрвати ланцюг гравців, то сам переходить до команди супротивника і вже та команда «замовляє» гравця з іншої команди. Перемагає та команда, яка зуміє зібрати в себе всіх гравців.

СЛОН



У цій грі можуть брати участь від 6 до 12 чоловік. Гравці поділяються на дві рівні за силою і за числом учасників команди. Одна з команд — слон, інша плигає на нього. Найміцніший і сильніший гравець серед «слонів» стає попереду, згинається, нахиляє голову. Наступний учасник обхоплює його за пояс, за ним — третій, четвертий і так далі. Вони повинні міцно триматися один за одного, зображенуючи слона. Учасники іншої команди по черзі

розбігаються і заплигають на спину слона так, щоб сісти верхи якнайдалі вперед, залишивши місце для наступних. Задача гравців — усією командою сісти на слона й не звалитися вниз, доки слон пройде 3 метри. Після цього учасники команд міняються ролями.

ПІВНЯЧИЙ БІЙ

Діти поділяються на пари і стають один від одного на відстані 2-3 м. Пари зображують півнів, що б'ються: стрибаючи на одній нозі, вони намагаються штовхнути один одного плечем так, щоб супротивник став на обидві ноги. Той, хто заточиться на одній нозі, вважається переможеним. Перед початком гри учасники повинні домовитися, як тримати руки, стрибаючи на одній нозі: на поясі, навхрест, за спину або руками тримати коліно зігнутої ноги. Руками штовхати один одного не можна. У парі граючих один залишається переможцем. Переможці з різних пар можуть об'єднатися і продовжувати гру.

СТРИБКИ ЧЕРЕЗ МОТУЗКУ

Двоє дітей тримають товсту мотузку, шнур або довгу скакалку: один — за один кінець, інший — за другий. Повільно і рівномірно вони починають крутити її

вбік решти дітей, а ті по черзі стрибають через мотузку, намагаючись не зачепити її. Той, хто зачепить, змінює одного з тих, хто мотузку крутить.

АЛФАВІТ

Діти стрибають через скакалку по черзі. Гравець при кожному стрибку повинен назвати всі букви алфавіту. Якщо це вдалося зробити відразу, гравець може починати стрибати знову, якщо ні — черга наступного. Задача учасників — пройти всі букви алфавіту. Помилкою стрибаючих вважається як невдале виконання стрибка, так і плутанина при перерахуванні букв алфавіту. Той, хто помилився, повинен назвати рослину на цю букву, або тварину, або місто, про що домовляються перед грою.

ВУДОЧКА

Перед початком гри вибирають ведучого. Для гри знадобиться довга скакалка або мотузка. До її кінця треба прив'язати, наприклад, маленьку пластикову пляшку з-під лимонаду, у яку насыпати пісок.

Усі стають колом, а ведучий стає в центрі зі скакалкою в руках. Він починає обертати скакалку так, щоб вона ковзала на невеликій відстані від землі під ногами гравців. Діти підстрибають, намагаючись, щоб скакалка їх не зачепила. Той, кого зачепить скакалка, вибуває з гри. Виграє той, хто залишиться.

НАЗВИ ПРЕДМЕТ ПЕВНОЇ ФОРМИ

Гравці стають у коло. Перший гравець називає форму предмета і кидає м'яч, а другий повинен піймати м'яч і назвати предмет, якому притаманна ця форма. Наприклад, перший говорить слово «круглий» і кидає м'яч. «Сонце», — відповідає дитина, що піймала м'яч. І називає іншу форму, наприклад, «квадратний» і кидає м'яч наступному гравцю. Той називає предмет квадратної форми (вікно, книга, хустка) і пропонує яку-небудь форму. Ту саму форму можна називати кілька разів, оскільки в багатьох предметів вона однаакова.

Я ЗНАЮ П'ЯТЬ ПРЕДМЕТІВ

Для цієї гри потрібен м'яч. Грати в неї можуть 2-5 дітей. Перший гравець починає бити м'ячик рукою об землю, при кожному ударі вимовляючи по одному слову з фрази: «Я — знаю — п'ять — предметів». Далі перелічуються які-небудь предмети — квіти, дерева, імена хлопчиків або дівчаток, країни, міста, тварини, птахи. Наприклад:

Я—знаю—п'ять — імен дівчаток: Катруся—раз, Маруся—два, Оленка — три, Наталя—четири, Яринка — п'ять.

Я — знаю — п'ять — назв квітів: троянда — раз, ромашка — два...

Хто помилиться в підборі слів або упустить м'яч на землю, вибуває з гри. Виграє той, хто залишиться.

ГРА В КОЛЬОРИ

Діти стають у коло. В одного з гравців м'яч. Він називає будь-який колір і кидає м'яч сусідові. Той, хто піймав м'яч, повинен назвати предмет цього кольору; потім він сам називає будь-який колір і кидає м'яч наступному. Той теж ловить м'яч, називає предмет, свій колір і т. д. Наприклад: «Зелений», — говорить перший гравець і кидає м'яч сусідові. Той відповідає: «Листок» і, сказавши «блакитний», кидає м'яч наступному. «Небо», — відповідає той і каже: «Жовтий», кидаючи м'яч далі. Той

самий колір можна повторювати кілька разів, тому що предметів одного кольору багато. Хто помиляється, вибуває з гри. Виграє той, хто залишиться.

ДЗЕРКАЛЬНЕ ВІДОБРАЖЕННЯ

Ведучий стає обличчям до гравців і робить різні рухи. А діти повинні повторювати, як у дзеркалі, усі його рухи. Хто припустився помилки, вибуває з гри. Перемагає той, хто залишиться.

УГАДАЙ

Вибирається один ведучий. Він стає спиною до інших учасників гри і заплющує очі. Гравці розташовуються півколом, один з них простягає вперед руку і швидко торкається спини ведучого. Щойно це відбулося, ведучий може обернутися. Однак гравці теж стоять напоготові. Усі вони, і той, хто торкнувся спини, і ті, хто ні при чому, простягають уперед руку, стиснувши кулак і виставивши великий палець догори. При цьому всі учасники, як один, заявляють: «Я!», маючи на увазі, що це саме вони торкнулися спини ведучого. Задача ведучого — вгадати, хто ж усе-таки до нього доторкнувся. Якщо ведучий відгадує, хто це зробив, то стає в коло, помінявшись із гравцем місцями. А якщо ні, то гра триває по другому колу.

НАВПАКИ

Діти сідають на стільці колом. Ведучий стоїть у центрі кола. Він вимовляє слово і кидає першому гравцеві м'яч; дитина повинна впіймати його, сказати слово, протилежне за змістом, і знову кинути м'яч ведучому. Потім ведучий кидає м'яч наступному гравцеві. Наприклад, ведучий каже: «Уперед». Дитина відповідає: «Назад» (праворуч — ліворуч, вгору — вниз, далеко — близько, високо — низько, під — над, усередині — зовні, далі — біжче, правий — лівий, зав'язати — розв'язати, намочити — висушити). Перемагає той гравець, що помилятиметься найменше.

УТРИМАЙ КУЛЬКУ

Діти поділяються на пари. Дляожної пари креслиться коло діаметром 1 м. Гравці стають у це коло, їм дається повітряна кулька. Вони повинні, не виходячи з кола, дмухати на кульку так, щоб вона піднімалася й опускалася над ними і над межами їхнього кола. Не можна «підправляти» траєкторію польоту кульки руками. Виграє та пара, що довше за всіх зуміє, дмухаючи на кульку, зберегти її над своїм колом.

ІГРИ НА ВОДІ

КАРЛИКИ — ВЕЛЕТНІ

Діти стоять по пояс у воді. Ведучий подає сигнал, вимовляючи слово: «Карлики!» Усі сідають у воду. За сигналом: «Велетні!» — усі гравці вистрибують нагору. Той, хто помилиться, вибуває з гри.
Перемагає гравець, що залишиться.

НЕВІД



Гравці поділяються на рибалок (двоє дітей) і рибок. Рибалки беруться за руки, за сигналом ведучого біжать за однією з рибок, намагаючись оточити її. Піймана рибка стає рибалкою і приєднується до них, утворюючи таким чином довгий невід. Ловцям треба міцно триматися за руки, тому що розірваним неводом рибу ловити не можна. Гра закінчується, коли всі риби будуть переловлені.

Ведучий кидає на воду надувне коло. Діти стоять на березі. У руках у них маленькі м'ячики. Гравці по черзі кидають їх у центр кола, продовжуючи стояти на березі. Кожен робить 2-3 спроби. Виграють найвлучніші

Варіація. Ведучий намагається доторкнутись до когось, але тих хто пірнув під воду торкатись не можна! Той, до кого він доторкнувся, теж приймається ловити інших разом з ним. Ловців стає все більше. Ось їх стало п'ятеро - тепер вони повинні не просто доторкатись кожного наступного, а взяти його в кільце. Але той може врятуватися, якщо пірне під руки ловців. І тоді ті двоє, які його упустили, виходять з води на берег. Невід розпався. Гра продовжується до тих пір, поки є кого ловити. Той, хто протримався довше всіх, - молодець.

ПІРНИ В КОЛО

На поверхні води плаває надувне гумове коло або пластиковий обруч. Гравці по черзі занурюються з головою у воду, підпливають або підходять під коло і встають, протиснувши в нього голову. Виграє той, хто зробить це влучніше.



ВОДОЛАЗИ

Ведучий опускає на дно кілька добре помітних під водою предметів (яскравих іграшок, металевих тарілок). Гравці по черзі пірнають, дістаючи предмети з дна.

Виграє та дитина, що дістане з дна найбільшу кількість предметів за один раз.



ВУДОЧКА

Гравці стоять у колі. Ведучий, стоячи в центрі кола, описує кола вудочкою, на кінці якої прив'язаний м'ячик. Діти по черзі занурюються з головою під воду, щоб м'яч не зачепив їх. Гравець, якого зачепили, вибуває з гри. Виграє той, хто залишиться.

ІГРИ В ПРИМІЩЕННІ

ТАК — НІ

Гравці вибирають ведучого. Він загадує слово. Це може бути предмет, людина, фрукт, тварина. Інші гравці намагаються відгадати загадане слово, ставлячи ведучому питання, на які він повинен відповідати «Так» або «Ні». Якщо він не може дати точної відповіді, то говорить: «Не знаю». Наприклад, він обрав слово «картина».

Гравці: Це живе? Ведучий: Ні Гравці: Це меблі? Ведучий: Ні

Гравці: Це зроблено з тканини? Ведучий: Ні

Гравці: Це є нас під ногами? Ведучий: Ні

Гравці: Це знаходиться на стіні? Ведучий: Так Гравці: Це картина? Ведучий: Так. Хто відгадає слово, той і загадує нове.

ЗІПСОВАНИЙ ТЕЛЕФОН

Діти вибирають ведучого. Усі інші гравці сідають на стільці, поставлені в ряд. Ведучий дуже тихо (на вухо) каже тому, хто сидить першим у ряду, яке-небудь слово, той передає його наступному і так до останнього гравця. Перепитувати не дозволяється. В останнього гравця ведучий запитує: «Яке слово ти почув?» Якщо дитина скаже слово, запропоноване ведучим, значить, телефон справний. Якщо ж слово не те, ведучий запитує всіх по черзі (починаючи з останнього), яке вони почули слово. Так виявляють того, хто «зіпсував телефон». Хто неправильно передав слово, займає місце ведучого. І той знову на вухо першому в ряду вимовляє яке-небудь слово, той передає його наступному.

ЧОТИРИ КУТОЧКИ

Один гравець виходить із кімнати. Інші діти домовляються, до якого кутка кожен буде «приписаний». Коли покличуть назад у кімнату дитину, яка вийшла за двері, ті запитують: «Що ти зробиш з цим куточком?» Вона може відповісти, приміром, так: «З цим куточком я хочу потанцювати, а інші проспівають нам пісню», або «А цей куточек нехай пострибає зі мною на одній нозі», або «З цим куточком хочу пограти в сніжки». Після цього всі діти розбігаються по своїх куточках і — якщо це буде можливим — виконують побажання ведучого.

ЖИВЕ — НЕЖИВЕ

Ведучий називає упередіж об'єкти живої і неживої природи, а діти відповідають хором тільки «живе», а на «неживе» мовчать. Наприклад: голуб — (живе), скло — (мовчання), гора — (мовчання), дуб — (живе). Виграють діти, що менше помилляються. Можна провести змагання між командами. Виграє команда, яка дала менше неправильних відповідей.

ВУХО, ГОРЛО, НІС

Гравці шикуються в шеренгу. Ведучий стає перед ними і говорить: Кожен буде закривати Те, що буду називати.

Діти повинні закривати тільки ті частини обличчя, що називає ведучий. Він починає по черзі називати і закривати вухо, горло, ніс, але при цьому навмисне плутає гравців. Наприклад, каже: «Вухо», а закриває ніс; говорить: «Горло», а закриває вухо. Задача гравців бути уважними і не робити помилок. Хто помилляється, той вибуває з гри. Перемагає той, хто залишиться.



ЗРОБИ НАВПАКИ

Гравці шикуються в шеренгу. Ведучий стоїть перед ними обличчям до них. Задача гравців — на дії ведучого відповідати «антидіями».

Ведучий зачісне волосся — гравці розкуюважуть.

Ведучий мовчить — гравці кричатъ.

Ведучий заплющує очі — гравці розплющують.

Ведучий стискає руки в кулаки — гравці розтуляють долоні.

Ведучий тупотить ногами — гравці ляскавуть у долоні.

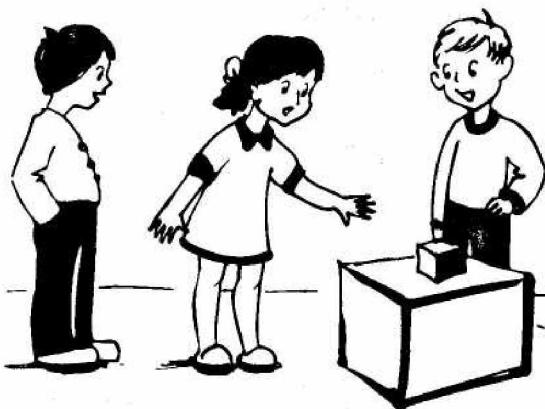
Хто помиляється, вибуває з гри. Перемагає той, хто залишиться.

ВОЛЕЙБОЛ ІЗ ПОВІТРЯНОЮ КУЛЬКОЮ

Це гра у волейбол, де замість м'яча використовується повітряна куля. Виберіть для цієї гри простір без зайвих предметів, кімнату; протягніть мотузку на 30-40 см вище середнього зросту дітей і починайте гру. Беруть участь 2 команди. «М'яч» можна бити долонею, два рази поспіль одному гравцю вдаряти по «м'ячеві» не можна. Якщо кулька торкнеться підлоги, то команда, що забила цей «гол», одержує очко. Виграє команда, що першою набере 21 очко. Якщо командою була дана подача і нею ж отриманий «гол», то очко зараховується іншій команді.

«ГАРЯЧЕ — ХОЛОДНО»

Вибирають ведучого і випроваджують його за двері. Тим часом діти ховають де-небудь у кімнаті якийсь невеликий за розміром предмет. Потім ведучого кличуть назад у кімнату — він повинен знайти цей предмет. Усі, хто бере участь у грі, повинні допомагати ведучому: якщо він знаходиться далеко від захованого предмета, діти кричат: «Холодно!», а якщо він зробив рух у напрямку того місця, де лежить заховане, йому кричат: «Тепло, ще тепліше, гаряче!» Варто ведучому зробити невірний поворот, зійти з потрібного напрямку, як усі відразу дають йому це зрозуміти лементом: «Холодно, холодно, ще холодніше!»



ЗНАЙДИ М'ЯЧ

Гравці стають у коло, впритул один до одного, обличчям в центр кола. Ведучий виходить на середину кола. Усі діти тримають руки за спину. Одному з них дають м'яч середнього розміру. Діти починають передавати м'яч один одному за спину. Ведучий намагається відгадати, у кого знаходитьться м'яч. Звертаючись то до однієї, то до іншої дитини, він говорить: «Руки вгору!» За цією вимогою гравець повинен відразу простягти обидві руки вперед. Той, у кого виявився м'яч або хто упустив його, стає ведучим.



ВІДШУКАЙ ПАРИ

Діти сідають у коло на підлогу, знімають взуття з лівої ноги, складають у центрі кола. Потім гравці по черзі з заплющеними очима підходять до купи взуття і намагаються знайти свій черевик. Перемагає той, хто правильно одягне своє взуття.

ОДЯГНИ ДРУГА

Діти розподіляються по четверо. За сигналом ведучого троє дітей, заклавши одну руку за спину, іншою повинні одягти четвертого. Перемагає та четвірка, що впорається першою.

ЗБЕРИСЯ В ДОРОГУ

У цій грі беруть участь дві команди з рівною кількістю людей. Необхідно заздалегідь приготувати дві валізи або два великих пакети, наповнених одягом. За сигналом ведучого гравці кожної команди кидаються до своєї валізи. Потрібно якнайшвидше одягтися. Надягати на себе все, що трапиться під руку. Переможцем стає команда, що першою впорається з завданням.

ПЛУТАНИНА

Гравці вибирають ведучого, котрий виходить за двері. Решта дітей стають у коло, беруться за руки. Не розмикаючи рук, вони намагаються якомога хитріше «заплутатися». Можна проходити погід руками сусідів, переступати через них. Коли всі заплутаються, ведучий заходить до кімнати і «розплутує» учасників, повторюючи їх дії у зворотному порядку. Руки гравців при цьому не розчіплюються. Потім вибирається новий ведучий, котрий знову виходить за двері. А решта «заплутуються».



табуретці.

СЛИЗЬКА МЕТА

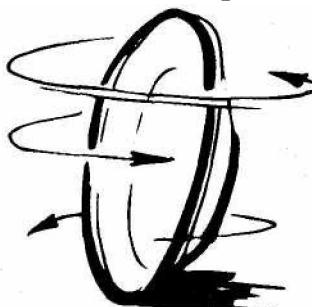
Ведучий у шести кроках від обмежувальної лінії ставить табуретку з рівною поверхнею. У руках гравців чотири невеликих мішечки, набитих піском або горохом. Задача гравців — кидати мішечки так, щоб вони залишилися лежати на табуретці. Зробити це не так просто, тому що мішечки сповзають з табуретки на землю. Перемагає той гравець, більше мішечків якого залишається лежати на табуретці.

ПРОПОВЗИ ЧЕРЕЗ ТУНЕЛЬ

На висоті 20-25 см від підлоги протягнені дві мотузочки (чи більше). Відстань між ними 50 см. Через тунель потрібно по-пластунськи проповзти, не зачепивши мотузок. Хто помилиться, той вибуває з грі. Перемагає той, хто здолає тунель до кінця, не зачепивши мотузок.

ТАРІЛОЧКА

Для грі потрібна пластмасова або дерев'яна тарілка. Учасники грі сідають на підлозі. Один з них виходить на середину кола і, поставивши тарілку на ребро, закручує її так, щоб вона оберталася деякий час на ньому. Одночасно треба вигукнути ім'я одного з гравців. Той, кого викликали, намагається підбігти до тарілки і підхопити її, поки вона ще крутиться. Якщо це вдалося, він знову розкручує тарілку і вигукує ще чиєсь ім'я. Хто забариться, той вибуває з грі. Виграє той, хто залишиться.



СЯДЕМО ПАРОЧКОЮ

Усі гравці поділяються на пари. Діти стають спиною один до одного і чіпляються зігнутими в ліктях руками. Потім пари по черзі повинні сісти на підлогу. Гравці в парах одночасно сідають і витягають ноги. Потім намагаються, згинаючи ноги й упираючись один одному в спину, встати. Розчіплювати руки не можна. Перемагає та пара, що не помилиться і не впаде.

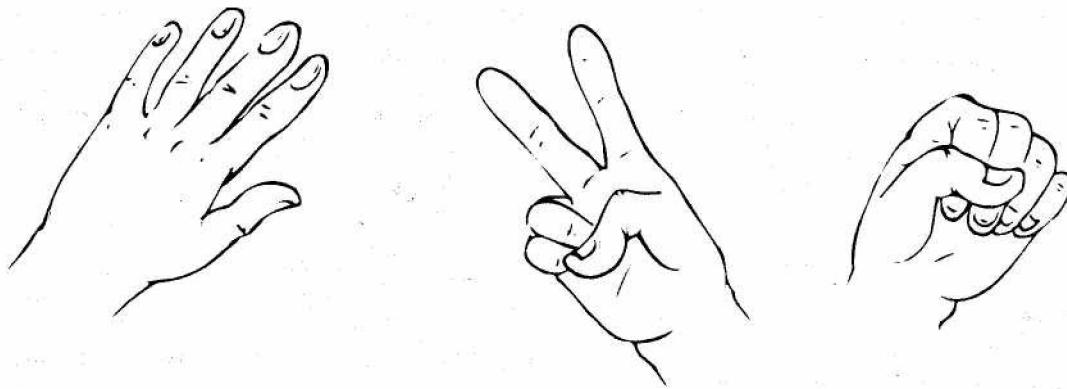


ХА-ХА-ХА

Завдання гравців — не засміятися. Діти сідають у коло, один із гравців говорить: «Ха!», наступний по колу гравець каже: «Ха-ха!», третій — «Ха-ха-ха!» і т. д. Той, хто вимовить неправильну кількість «ха» або засміється, — вибуває з гри. Гра триває, а ті, хто вибув, намагаються робити все, щоб розсмішити гравців (за умови: не торкатися їх руками). Хто засміється останнім, оголошується переможцем: царем Несміяном.

КАМІНЬ, НОЖИЦІ, ПАПІР

Двоє стають один навпроти одного, витягнувши вперед по одній руці, стиснутій у кулак. Вимовивши: «Камінь, ножиці, папір», — кожний робить рукою один із трьох можливих знаків. Розпрямляє долоню — це «папір», випростовує два пальці — це «ножиці» або залишає руку в кулаці — це «камінь». Перемагає той, чий знак виявиться сильнішим. Папір слабкіший від ножиць (бо вони його ріжуть), камінь слабкіший від паперу (бо той його накриває), ножиці слабкіші від каменю (бо він може їх розбити).



ХУДОЖНИК, МОДЕЛЬ, ГЛИНА

Гравці діляться на групи по 3 людини:

- сліпий художник (зав'язати очі);
- німа модель;
- глина.

Модель приймає будь-яку позу. Художник обережно торкається до неї і ліпить ту ж модель із глини. Потім учасники дивляться, що вийшло і міняються ролями.

УГАДАЙ СЛОВО

Учасники сидять в колі. На підлогу в центрі кола кладуть аркуші паперу з написаними на них словами, літерами до підлоги. Зaproшується двоє учасників. Група визначає для них тему розмови (погода, школа, мода та інше). Кожен з двох гравців підбираючи аркуш, читають свої слова і намагаються використовувати їх (ненав'язливо!) під час розмови. Завдання групи визначити, яке слово написане на папірці того ї іншого граючого.

Питання для обговорення:

- Чи важко було почути потрібне слово? Чому?
- У чому різниця між поняттями "слухати" і "чути"?

КУТ ЗОРУ

Учасники діляться на міні-групи по 4-5 чоловік. Кожна група отримує по одному предмету - корягу, вітці, вінику, букету і т.п.

Під час виконання завдання кожен учасник розглядає предмет під своїм кутом: один - зверхнью, інший - з дуже близької відстані, третій - вниз головою і т.д. Кожен знаходить по два-три слова, які найбільш точно описують те, що йому вдалося побачити. Після того, як усі поділилися своїми словами, учасники знову розходяться по міні-групам і, використовуючи придумані слова, складають невеликий вірш або розповідь, або пісню, або що завгодно інше. Потім роблять презентацію свого твору в загальному колі.

АСОЦІАЦІЇ (КРОКОДИЛ)

Учасники діляться на 2 команди. Одна загадує слово і говорить його одному з гравців іншої команди. Він мовччи зображує це слово, а його команда повинна відгадати. Потім міняються.

ХРЕСТИКИ-НУЛИКИ

Обладнання: 2 олівця, 2 пляшки, 2 мотузки, 2 яблука або 2 м'ячі, 2 ватмани, 2 тазика, вода, 2 ключа, продукти для салату (цукерки, печиво, солоний огірок, яйце, майонез і т.д.).

На стіні висить ігрове поле, яке поділено на 9 секторів.

Назва команд: «хрестики», «нулики».

Команди по черзі відкривають сектора і виконують завдання. Виграє та команда, яка закінчить гру першою, або їх знаків на ігровому полі буде більше.

1. Ловися рибка	2. Танцюй, поки молодий	3. Передай-ка
4. Намалуй-ка 	5. Ключ від	6. Веселий кухар
7. Заспівай-ка	8. Поїдай-ка	9. Покажи-ка

Завдання:

1. Потрапити олівцем в пляшку.
2. Мотузка опускається нижче і нижче, танцюючи пройти під нею, вперед ногами.
3. Передати яблуко або м'яч, затиснувши шию.
4. Намалювати модель табору майбутнього.
5. Дістати з дна тазика, наповненого водою, ключ.
6. Приготувати з несумісних продуктів салат.
7. Вперед виходять по одному з учасників зожної команди і співають улюблену пісню. Хто голосніше, той і виграв.
8. З'їсти приготовлений салат.
9. Показати різних героїв.

Питання для обговорення:

- Які конкурси для вас проводити частіше?
- Яке завдання для вас було найважчим (найлегшим)?

Коментарі: для гри бажано набирати учасників одного віку. Під час проведення конкурсу можна включати музичні композиції.

БАНКА

Учасники по колу називають предмети, що починаються на одну букву, які за розміром можуть поміститися в трилітрову банку. Якщо учасник не може назвати слово, він каже «пас», і право ходу переходить до наступного. Гра продовжується до тих пір, поки хоча б один учасник зможе назвати підходящий предмет. Потім називається нова буква, і гра продовжується.

ПОСЛАННЯ

Кожен учасник бере аркуш паперу і ручку. На самому верху вони пишуть своє ім'я, краще в лагідній формі, і загортують цю частину. Ведучий збирає аркуші, і, перемішуючи їх, роздає учасникам. Кожен пише позитивне слово, яке йому хочеться написати (добрий, сонечко, радість) і, завернув цю частину, передає сусіду справа. Після того, як аркуші пройдуть все коло, ведучий збирає їх і читає вголос, спочатку називаючи ім'я господаря аркушу і додаючи, яким його бачать навколоїшні. Після прочитання все послання повертаються господарям і пропонується зберегти їх на майбутнє.

Питання для обговорення:

- Які почуття були під час виконання вправи?
- Які думки були з ними пов'язані і чому?
- Чи часто учасники відчувають ці почуття у реальному житті?

Нам всім звертати більше уваги на навколоїшніх, більше говорити компліменти, пам'ятаючи, що чим більше гарного зробиш для інших, тим більше отримаєш назад.

ПЛЕСКАННЯ ПО КОЛІНАМ

Всі учасники сідають в коло близько один від одного, і кладуть свої руки на коліна сусідам наступним чином: праву руку - на ліве коліно сусідові праворуч, а ліву руку - на праве коліно сусіда ліворуч. Учасники починають по черзі плескати руками по колінах. Таким чином, виходить рух по колу. Учасник, який помилився прибирає руку. Гру можна ускладнити, домовившись, що подвійний удар означає зміну напрямку руху.

Варіація: спробуйте грати не з руками, а з ногами.

МУХА

Подумки намалювати поле для гри в "хрестики-нулики". Ведучий говорить, що в середині сидить муха. Потім ведучий задає напрямок руху муhi.

Наприклад: "Вниз, вгору, вправо і т.д." Всі гравці повинні стежити за рухами й пlesнути в долоні у разі виходу за межі поля. Якщо спочатку важко, то можна намалювати поле на дошці, або на аркуші.

ТАНОК НА ПАПЕРІ

Аркуші паперу розкидають по підлозі. Грає музика. Всі хаотично рухаються. Музика припиняється, гравці повинні стояти тільки на папері. Музика звучить - все змінюють своє положення. Ведучий під час музики прибирає частину аркушів. Якщо гравець встав ногами на підлогу - він вибуває з гри.

ПОСТУПИТЬСЯ МЕНІ МІСЦЕМ

Обладнання: стільці для кожного мінус один

Вся група сідає на стільці в коло. Одна людина не має стільця, він підходить до будь-кого з граючих і питає: «Ви поступитися мені місцем?». Якщо йому відповідають «Так», то вся група міняється місцями. Якщо «Ні», то місцями змінюються лише ті, що сидять по краях від нього. Завдання ведучого - зайняти місце.

Питання для обговорення:

- Чи можна було вгадати, що саме скаже ведучий?
- Чи добре було чутно, що говорить ведучий?
- Чи відчували ви, як загострюється ваш слух, в очікуванні сигналу?
- У яких ситуаціях важливо швидше інших почути що-небудь?

ЧУТКИ

Учасники шикуються в колону, в потилищо один одному. Ведучий показує останнім в колоні невелику пантоміму, що зображає яку-небудь дію (наприклад, прання білизни або приготування млинців). Учасник торкається плеча наступного та жестами передає отриману інформацію (повторює рух ведучого). Той викликає наступного та теж повторює побачене. Останній учасник повинен сказати, що, на його думку, йому показували. Як правило, фінальний варіант сильно відрізняється від вхідного.

Питання для обговорення:

- Чи зустрічаємось ми в житті з подібними перекручуваннями інформації? Де саме?
- Чому важливо передавати інформацію без спотворень?
- З-за чого виникає плутанина при передачі інформації?

Важливо стежити, щоб під час гри учасники, до яких ще не дійшла черга, не підглядати, а ті, хто вже показав свою дію, не заважали робити це іншим і вели себе тихо.

Варіація: тому, хто стоїть у кінці, ведучий шепоче на вухо або показує написане на картці слово («будинок», «дерево», «людина» та ін.) Завдання учасника - намалювати пальцем на спині наступного поняття, яке йому повідомив ведучий. Той, на чий спині малюють, повинен вгадати слово, дав зрозуміти про це кивком голови, і передати його так же наступному учаснику. Останній учасник вимовляє слово вголос.

УРЯД

Обладнання - стільці, на один більше, ніж учасників гри.

Всі учасники діляться на дві команди. У всіх членів однієї команди повинна бути яка-небудь пізnavальна ознака (наприклад, команда № 1 з короткими рукавами, команда № 2 - з довгими). Стільці розставляються по колу, при цьому п'ять стільців, з яких один не зайнятий, стоять трохи в стороні. Це - уряд, в якому не вистачає однієї людини. На початок гри в уряді повинно бути по дві особи від кожної команди. Кожен учасник пише на папірці своє ім'я, після чого всі папірці складаються в «капелюх» і кожен тягне по одному папірцю. Таким чином, кожен учасник гри «перетворюється» у когось іншого, в залежності від того, чиє ім'я написано на папірці. Той, від кого праворуч знаходиться вільний стілець, називає будь-яке ім'я (з імен учасників гри). Той, хто «перетворився» в цю людину (тобто у кого це ім'я записано на папірці), сідає на вільне місце. Обидва учасники обмінюються папірцями, «перетворюючись» у когось іншого. Завдання кожної команди - зібрати повністю «свій» уряд.

Примітка: гра може тривати досить довго (а може й ні), в залежності від удачі та кмітливості учасників.

ПОМІНЯТИСЬ

Обладнання: 9 або 11 стільців

Опис гри: стільці розташовуються в лінійку, при цьому стільців повинно бути на один більше, ніж учасників. Учасники діляться на дві команди (наприклад, хлопчики / дівчатка) і сідають на стільці так, щоб член кожної команди дивився обличчям в бік іншої команди. Центральний стілець залишається незайнятим.

->->->->- <-<-<-<-<-

Стрілочками вказано напрямок, у якому дивляться члени команд.

Завдання - командам повністю помінятися місцями. При цьому повинні бути дотримані наступні правила:

- учасник може просуватися вперед на один стілець;
- учасник може просуватися вперед через одну людину, яка сидить обличчям до нього (тобто члена протилежної команди), на вільне місце (але не через двох, трьох і т.д.) ;
- учасник не може рухатися назад;
- учасник не може рухатися вперед через людину, що дивиться з ним в одному напрямку (тобто через члена своєї команди).

Гра починається спочатку, якщо учасники заходять в глухий кут (більше немає можливостей для ходу) або якщо порушується будь-яке з правил.

ПИТАННЯ

Всі сідають по колу. Ведучий задає граючим короткі питання: «Хто? Де? Що робив?» Кожний, до кого він звернеться з одним з таких питань, повинен швидко, не замислюючись, і настільки ж коротко - одним-двома словами - відповісти на запитання перше, що прийде йому в голову. Зробити це, однак, не так-то просто, тому що відповіді всіх грають повинні починатися з однієї і тієї ж букви, оголошеної ведучим. Прийменники в розрахунок не приймаються.

- Починаємо з літери «Т», - повідомляє він і після невеликої паузи починає задавати питання.

- Хто? - Звертається він до кого-небудь.
- Токар, - припустимо, піде відповідь.
- Де? - питає у другого
- У театрі, - відповідає йому той.
- Що робив?
- Телевізор чинив.

Якщо на всі три питання дані швидкі відповіді, ведучий оголошує початковій іншу букву і продовжує задавати питання граючим, поки хто-небудь з них не відповість, або відповість невірно. Тоді той хто помилився стає ведучим.

ХИТРЕ ЗАВДАННЯ

Бажаючий бути ведучим на деякий час виходить з кімнати. А тим часом необхідно покласти на стіл найрізноманітніші предмети, які опиняться в домі: гітара, дитяча скакалка, маска, лялька, капелюх, дзеркальце з пудрениці, шматочок торта або цукерку і т.д. Коротше кажучи, це повинні бути речі, з якими можна щось робити, а не просто тримати їх у руках.

Потім задаємо завдання ведучому, яке він має виконати, однак не скажемо йому яке, нехай сам здогадається, оглянувши приготовлені для нього речі.

Керувати його діями ми будемо без слів, плескаючи лише в долоні. Чим ближче він до мети, виконуючи поки що невідоме йому завдання, тим голосніше йому плескають. Якщо ведучий завчасно візьме призначений до випробування предмет або ж стане робити з ним не те, що потрібно, то інші перестають плескати і починають шуршати долонями, потираючи їх одну об іншу, поки предмет не буде покладено назад. Але для ведучого це вже знак, що він на шляху до розгадки. І, нарешті, коли він зробить все, що нами було задумано, ми нагородимо його заслуженими бурхливими оплесками.

А завдання для ведучого, припустимо, буде полягати в наступному: ви повинні надіти маску, взяти шматочок торта і піднести його призначенній особі. І виконати все це треба в тій послідовності, що нами встановлено.

Цю гру можна проводити і під пісню: коли ведучий близче до мети, пісня звучить голосніше, коли віддаляється - тихіше. Повторюючи гру, слід деякі предмети замінити іншими і придумати завдання новому ведучому.

ЧУЖИЙ ГОЛОС

Чи можна змінити свій голос настільки, щоб його не впізнали навіть близькі друзі і знайомі? Радимо вирішити це питання практично, випробувати себе в грі, яка так і називається: «Чужий голос».

Ставимо два стільці - один проти іншого - на відстані двох-трьох кроків. На один стілець сідає ведучий, який буде відгадувати ім'я хазяїна голосу. Очі йому зав'язують хусткою. На інший стілець сідає хто-небудь з гравців.

Ведучому потрібно дізнатися, не сходячи з місця, хто сидить проти нього. Попросимо його закласти руки за спину. Ведучому дозволяється задати два або три питання своєму співрозмовнику, на які той повинен дати зрозумілі відповіді, не обмежуючись словами: «так», «ні» або «не знаю». Але, відповідаючи, він постарається, наскільки це йому вдається, змінити свій голос. Якщо голос замаскований вдало і ведучий не впізнав свого співрозмовника, йому доведеться водити знову, а на вільний стілець сяде хто-небудь інший, щоб продовжити

розмову. Якщо ж, незважаючи на змінений голос, ведучий дізnavся, кому він належить, то черга водити переходить гравця, якого він відгадав.

НІМА РИМА

Гравці загадують слово, яке треба відгадати. Це слово - дієслово, і воно римується, зі словом «кусати».

Ведучому не потрібно називати загадане слово, йому треба показати його в дії. Так, наприклад, якщо припустити, що загадали слово «писати», то ви можете показати це в такий спосіб: зробити вигляд, ніби записуєте що-небудь на своїй долоні уявним олівцем. Але ми дружно кричимо вам: «Ні!» Отже, потрібно шукати інше слово-риму. Може бути, «танцювати»? Ви переходите на танці - і вас нагороджують оплесками. На цей раз слово вгадане.

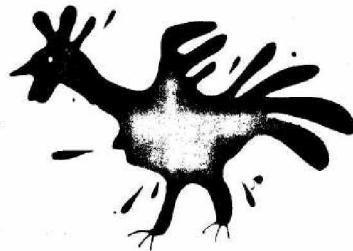
Загадаємо, наприклад, слово «обурюватися». Як показати його в дії? Дуже просто - мімікою і жестами, характерними для людини, яка чимось глибоко обурена. Це буде виглядати досить кумедно, як у німому комічному фільмі. Особливо, якщо дії відгадника будуть супроводжуватися веселою музикою.

Також надаємо ведучому необхідну за умовами гри підказку: загадане слово римується з дієсловом «прощатися». Нехай здогадується і зобразить нам свої здогадки. А ми побачимо, як це у нього вийде.

ІГРИ ЗА СТОЛОМ

ПЛЯМОГРАФІЯ

Для гри необхідні папір, фарби. Перед кожним гравцем чистий аркуш паперу. Ведучий ставить кожному гравцю на чистий аркуш пляму, а гравці повинні домалювати її так, щоб вийшло що-небудь зрозуміле. Перемагає той, чий малюнок виявиться найцікавішим або найсмішнішим.



НЕВИДИМЕ ЧОРНИЛО

Один із простих рецептів невидимого чорнила – картопляний сік. Для його приготування необхідно зрізати з обох боків верхівки великої картоплині, поставити її на стіл і видовбати в ній усередині дірку. В отвір, що утворився, вичавте сік з окремих частин картоплі. Писати або малювати можна сірником, умочуючи його в чорнильницю. Аркуш зробиться невидимим, як тільки висохне чорнило. А щоб прочитати послання, необхідно потримати його над вогнем або покласти на батарею. Лимон, цибулевий сік або кока-кола також підійдуть для цього заняття.

МАЛЮНОК ІЗ СЕКРЕТОМ

У цю гру грають втрьох. Береться прямокутний аркуш паперу, три олівці. Домовляються: хто буде малювати перший, хто другий, хто третій. Перший гравець починає малювати, а потім закриває свій малюнок, загнувши листок зверху і залишивши зовсім трішки якусь частинку для продовження (шию, наприклад). Другий, не бачачи нічого, крім ший, продовжує, малюючи тулууб, і лишає на виду тільки частину ніг. Третій закінчує. Потім відкривається весь листок — і завжди виходить смішно: адже жоден із гравців не знав, хто й що малюватиме.

РОЗВІДНИК

Діти вибирають розвідника. На столі розкладаються 5-10 предметів. Тому, хто водить, розвідникові, дається трохи часу (30-60 секунд) для того, щоб він запам'ятав розташування предметів. Потім він виходить за двері. А інші гравці перекладають або забирають деякі предмети. Коли розвідник повернеться, то він повинен помітити і назвати всі зміни. Виграє той, хто не помилиться.

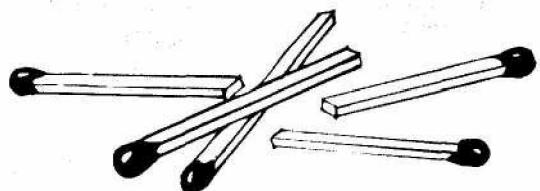
ПОШТАР ПРИНІС ПОСИЛКУ

Ведучий складає в ящик речі: іграшки, цукерки, фрукти. Повертається до гравців і каже: «Сьогодні поштар приніс посилку і вам треба відгадати, що там є». Викликає одного з гравців, той має описати щось із речей, які він там побачив (не називаючи їх при цьому), а інші відгадують. Виграє той, хто відгадав найбільше із захованого.

ГРА З СІРНИКАМИ

Перед кожним гравцем лежить впередмішку 15 сірників.

1. Потрібно з максимальною швидкістю двома мізинцями викласти пряму з 15 сірників.
2. Потрібно із зав'язаними очима скласти із сірників будь-яке слово.



КОНКУРСИ

ПРИЛИПИ НІС

Намалюйте на великому аркуші паперу смішне обличчя (без носа), окремо виліпіть із пластиліну ніс. Прикріпіть папір на стіну. Гравці відходять на кілька кроків. По черзі зав'язують очі, підходять до портрета і намагаються приліпити ніс на місце. Виграє той, хто приліпить ніс точніше.

НАМАЛЮЙ ХВОСТИК

Для цієї гри знадобиться великий аркуш паперу, олівець, хустка для зав'язування очей. Спочатку ведучий малює олівцем на аркуші яку-небудь тварину (кошеня, цуценя, поросся). Малює все, крім хвоста. Одному з граючих зав'язують очі. Він повинен спробувати домалювати відсутній хвостик наосліп. Потім це намагаються зробити інші гравці. Виграє той, чий малюнок виявиться найточнішим.

СКЛЯНКА ВОДИ

Діти розподіляються на дві команди і шикуються в колони один за одним. У перших гравців ізожної команди по склянці води. На відстані 6 метрів навпротиожної колони стоїть по пропорцію. За сигналом ведучого перші гравціожної з команд повинні швидко добігти до пропорція і повернутися назад, не розплескавши при цьому води. Потім передати склянку наступному гравцеві. Виграє та команда, яка впорається першою.

ПЕРЕЛИЙ ВОДУ

У грі беруть участь двоє. Необхідно взяти 4 однакових склянки і налити в 2 із них однакову кількість води. Воду можна підфарбувати акварельною фарбою, щоб вона була добре видна. А дві інші склянки залишаються порожніми. За сигналом ведучого кожен гравець повинен перелити ложкою воду з повної склянки в порожню. Переможцем стане той, хто швидше переліє воду.

ГРА З ЛОЖКОЮ

Для гри необхідні дві ложки і два будь-яких круглих предмети (розфарбовані дерев'яні яйця, кульки від настільного тенісу). У грі беруть участь двоє дітей. На відстані 7-8 метрів ставлять пропорець. Гравцям дають у руку по ложці, на якій лежить яйце (або кулька). За сигналом ведучого гравці повинні якнайшвидше добігти до пропорція й повернутися назад. Якщо кулька впаде, учасник конкурсу повинен швидко підняти її з підлоги, покласти назад у ложку і продовжити свій шлях. Кульку не можна притримувати іншою рукою. Той, хто першим прийде до фінішу, вважається переможцем.



СТІЛЬЧИКИ

Для гри необхідні дві кришки від каструлі або бубон і стільці. Стільці треба поставити в коло сидіннями до центру. їх має бути на один менше, ніж учасників гри. Діти стають навколо стільців зовні. У руках у ведучого бубон або кришки. За сигналом ведучого, який сповіщає про початок гри, діти починають ходити навколо стільців по колу. Зненацька ведучий ударяє в бубон. За цим сигналом усі кидаються до стільців і сідають. Щоразу один із гравців залишається без місця. Він вибуває з гри. Коли починається другий тур, один стілець прибирається. Так триває доти, доки не залишиться всього один гравець. Він і є переможцем.

НАВКОЛО СТОЛУ

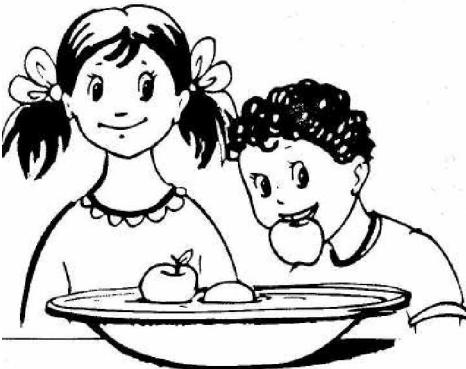
На середину кімнати ставлять стіл, звільнюючи навколо місце, а гравці стають довкола нього на однаковій відстані один від одного. Ведучий кладе на стіл шахові фігури, шашки, кубики або інші однакові предмети. Але їх має бути на один менше, ніж учасників гри. За сигналом ведучого всі йдуть за годинниковою стрілкою навколо столу, не торкаючись його. Через 20-30 секунд ведучий дає сигнал. За цією командою кожен намагається схопити один із предметів. Комусь одному нічого не дістанеться. Цей гравець вибуває з гри. Потім один предмет забирають зі столу, а гравці знову йдуть навколо нього. Виграє та дитина, яка остання схопить предмет.

ДІСТАНЬ ПРИЗ

Ведучий підвішує невеличкий приз на рівні очей. Гравцям необхідно підійти з відстані 3-5 метрів із зав'язаними очима та зрізати (зірвати) приз. Виграє той, хто зробить це першим.

ПІЙМАЙ ЯБЛУКО

Для гри необхідний таз із водою. У таз кидають кілька яблук. А потім гравці, тримаючи руки за спиною, намагаються зубами піймати яблуко і витягти його з води. Кому це вдається, той виграє.



ДРАКОН

У цьому конкурсі беруть участь дві команди по 5-6 чоловік. Гравці шикуються один за одним у колону — це дракон. Учасники спиною або грудьми затискують по м'ячу (або повітряній кульці). За сигналом ведучого дракони починають рух до фінішу. Виграє команда, що прийшла першою і не загубила жодного м'яча.

ТЯГНИ-ШТОВХАЙ

У цьому конкурсі змагаються дитячі пари у бігові на 15-20 метрів. Пари, взявшись за руки, біжать, притиснувшись спиною один до одного. Прибігши до фінішу, повертаються на старт. Виходить, що в один бік гравець біжить нормально, а в інший — задкує. Виграє та пара, яка повернеться на старт першою.

НІЧНІ ПРИГОДИ

Ведучий говорить про те, що їхати водієві доведеться вночі без освітлення, тому гравцеві зав'язують очі. Але для початку водія знайомлять з автострадою, спорудженою зі спортивних кеглів. Вручивши йому кермо, ведучий пропонує потренуватися і проїхати так, щоб жоден стовпчик не був збитий. Потім гравцеві зав'язують очі і підводять до керма. Ведучий дає команду — підказку, куди повернати водієві, попереджає про небезпеку. Коли шлях подоланий, ведучий розв'язує водієві очі. Потім «їдуть» наступні гравці. Перемагає той, хто зіб'є менше кеглів.



УДАР ПО М'ЯЧЕВІ

Ведучий кладе великий м'яч на землю. На відстані 2-3 м від нього проводить лінію. Гравець підходить до м'яча, стає до нього спиною, відходить до лінії і повертається до м'яча обличчям. Ведучий зав'язує йому очі. Гравець із зав'язаними очима повинен підійти до м'яча та вдарити по ньому ногою.

НА ТРЬОХ НОГАХ

Ведучий визначає місце старту й фінішу. Потім усі гравці поділяються на пари. У кожній парі праву ногу одного гравця і ліву ногу іншого зв'язують мотузкою. За сигналом ведучого пари біжать навипередки. Перемагає та пара, що першою прийшла до фінішу.

БІГУ МІШКАХ

Діти шикуються в дві колони, відстань між колонами — 3 кроки. Перед колонами креслиться лінія старту. Гравці, які стоять першими, влазять у мішки. За сигналом ведучого, притримуючи мішки руками коло пояса, вони стрибають до визначеного місця (позначеного прапорцем, паличкою або іншим предметом). Оббігши його, діти повертаються до своїх колон, вилазять із мішків, передають їх наступним. Так триває доти, доки всі діти не пробіжать у мішках. Виграє та колона, гравці якої швидше виконають завдання.

СТРИБАЛКИ

Діти поділяються на дві команди і шикуються в колони один за одним. За сигналом ведучого учасники кожної команди виконують стрибок, відштовхуючись двома ногами з місця. Перший стрибає, другий стає на те місце, до якого дострибнув перший, і стрибає далі. Коли всі гравці стрибнуть, ведучий вимірює всю довжину стрибків першої і другої команди. Перемагає та команда, яка стрибнула далі.

ХТО ШВИДШЕ

Діти зі скакалками в руках стають у шеренгу з одного боку майданчика так, щоб не заважати один одному. У п'ятнадцятьох-двадцятьох кроках від них креслиться межа або простягається шнур із прапорцями. За обумовленим сигналом всі діти одночасно стрибають у напрямку до межі. Виграє той, хто виявиться коло неї першим.

ПРОЛІЗЬ КРІЗЬ ОБРУЧІ

Усі гравці поділяються на дві команди і шикуються в колони по одному. На відстані трьох і п'яти метрів навпроти кожної колони лежать один за одним два обручі, а на відстані сіми метрів — м'яч. За сигналом ведучого перші гравці кожної із команд біжать до першого обруча, зупиняються перед ним, беруть його двома руками, піднімають над головою, надягають обруч на себе, присідають, кладуть обруч на підлогу, біжать до другого обруча, стають у центрі його, беруть руками, піднімають над головою й опускають на підлогу. Після цього гравці оббігають м'яч і повертаються на своє місце. Гру продовжує інша дитина. Виграє команда, що упоралася із завданням першою.

ПЕРЕДАЙ М'ЯЧ

Діти розбиваються на дві команди. Гравці кожної команди шикуються один за одним у колону. Перші учасники тримають у руках по м'ячу. За сигналом ведучого перший гравець у кожній команді передає м'яч тому, хто позаду, над головою. Останній у команді, одержавши м'яч, біжить до початку колони, стає першим і передає м'яч наступному за ним також над головою. І так доти, доки перший не повернеться на своє місце (попереду команди). Перемагає та команда, що закінчить гру першою.



ШВИДКИЙ ПОЇЗД

Діти розбиваються на дві команди. Гравці кожної команди шикуються один за одним у колону. Перед кожною командою на відстані 6—7 метрів поставлений прапорець. Перший учасник у команді біжить до прапорця, оббігає його і повертається на місце, де за нього чіпляється другий учасник, і діти біжать до прапорця удвох. Потім повертаються і беруть третього і т. д. доти, доки вся команда не оббіжить навколо прапорця. Перемагає та команда, що закінчить гру першою.

ЗБЕРИ КЕГЛІ

Команди по 10 учасників шикуються за спільною лінією старту в колону. Перед кожною колоною щометра поставлено 9 кеглів. За останніми кеглями встановлені надувні іграшки (лялька, заєць). За сигналом перші гравці вибігають уперед, хапають ближню кеглю і повертаються на своє місце. Черговий гравець стартує лише тоді, коли попередній перетне лінію старту. З кожним забігом відстань збільшується. Останній гравець повинен схопити іграшку і стати на місце. Перемагає команда, що раніше виконає завдання.

ПЕРЕПРАВА

У цьому конкурсі змагаються дві команди, що за умовами гри «відпочивають на річці». У кожної команди по обручу — це човни. Команди повинні переправитися в човні з одного берега на інший. Визначаються лінії старту й фінішу. За сигналом ведучого перші гравці сідають у човен, беруть із собою одного гравця і переправляють його на протилежний берег. Потім повертаються за другим. Можна брати із собою тільки одного пасажира. Команда, яка швидше опинилася на протилежному березі, перемагає.

ДОНЕСИ АРКУШ!

Треба заготовити 2 аркуші паперу (дозволяється з зошита). Цей конкурс

можна проводити в приміщенні або на вулиці в безвітряний день. Гравці розбиваються на дві команди, що шикуються паралельно одна одній. Першій дитині в кожній команді кладуть на долоню по аркушу. Під час гри аркуш повинен лежати на долоні сам собою — його ніяк не можна притримувати. Перші гравці з кожної команди біжать до прапорця. Якщо аркуш раптом упаде на землю, його треба підняти, покласти на долоню і продовжувати шлях. Добігши до своєї команди, гравець повинен



швидко перекласти аркуш на праву долоню наступного в черзі товариша, який відразу кидається вперед. Тим часом перший стає в кінець ряду. Так продовжується доти, доки черга не дійде до найпершого. Перемагає та команда, яка найшвидше від інших упорається з поставленою задачею.

СЛУХАЙ СИГНАЛ

За командою ведучого гравці починають ходити по колу. Раптом він дає умовний сигнал (оплеск). Якщо ведучий ляє в долоні один раз, гравці повинні зупинитися, якщо двічі — повинні йти, тричі — бігти. Той, хто припуститься помилки, вибуває з гри. Перемагає той, хто залишиться.

ВІДГАДАЙ ОСТАННЄ СЛОВО

Діти розбиваються на дві команди. Ведучий зачитує вірша, а гравці повинні відгадати останнє слово. Виграє та команда, яка даста більше правильних відповідей.

Всі маленькі сірі мишки
Утікають геть від... (кішки)
Ля картоплину мишка
І не думала про ... (кішку)
Всіх я розуму учу,
А сама завжди... (мовчу)
Дуже злюча ця трава —
Це, малята,... (кропива)
На зеленім лузі
Зустрічались... (друзі)
Умивали свої личка
Біля річки дві... (лисички)
Ці лисички-чепурушки
Мили лапки, мили... (вушка)
Звірі за руки взялися —
Почалися танці в... (лісі)
Доїжджай до повороту:
От палац, а там —... (ворота)
В нашім місті не один
Для покупок—... (магазин)



КОНКУРС ЗА НАРОДНИМИ КАЗКАМИ

Діти розподіляються на дві команди. Ведучий вимовляє перші слова з назви народної казки, команди повинні пригадати назву цілком. Виграє та команда, що дасть більше правильних відповідей.

Іван Царевич і сірий... (вовк)

Царівна-... (Жаба)

Сестриця Опенка і братик... (Іванко)

Лисиця і... (Журавель)

Білосніжка і сім... (гномів)

Фініст — Ясний... (Сокіл)

Микита... (Кожум'яка)

Гуси-... (лебеді)

За щучим... (велінням)

Мороз... (Іванович)

УГАДАЙ КАЗКУ

Діти розподіляються на дві команди. Ведучий розповідає відому казку, замінюючи в ній деякі слова. Гравці, що помітили помилку, повинні плескати в долоні. Наприклад:

1. «Жила-була на світі дівчинка. Звали її Зелена Шапочка. Покликала якось дівчинку тіточка і співає їй:

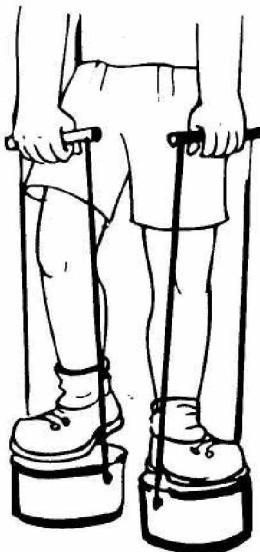
—Дочко моя, Синя Кепочки! Піди сьогодні до дідуся, віднеси йому футбольний м'яч і кеди.

—Добре, — сказала Жовта Шапочка, узяла булички і пішла...»

2. «Жила-була коза. І було в неї семеро гарненьких маленьких кошенят. Одного разу зібралася коза піти з дому, от і говорить вона своїм пухнастим діточкам: «Котяточки мої, дітки, піду-но я на ставок, наловлю для вас шоколадних рибок. А ви будьте розумними-розумними, поводьтесь добре, а двері вхідні всякому відчиняйте, хто в них не постукає». — «Добре, ненько», — сказали кошенята, і тільки мати за двері, як вони всією юрбою кинулися дивитися телевізор.

«До чого жнудна передача сьогодні!» — сказали найменішеньке. — Звичайно «Спокійного ранку, дорослі» куди смішніше...»

Виграє команда, що знайде більше помилок першою.



ПРОСТИ ХОДУЛІ

Банки з-під фарби або з-під консервів із прив'язаними мотузками підходять для виготовлення простих ходуль. У банці зробити дві дірочки і просмикнути мотузку. Можна організувати змагання між двома або більшою кількістю дітей: хто швидше пробіжить туди й назад.

ГІАНТСЬКІ МИЛЬНІ БУЛЬБАШКИ

Як трубка для пускання бульбашок підійде пластикова пляшка з-під води, у якої треба відрізати дно. Потім зробити по обрізаному краю пляшки вертикальні надрізи 1 см завглибшки на відстані 0,5 см один від одного.

Змішати 1/4 літра води, 3 ч. ложки прального порошку, 3 ч. ложки олії (вона надає мильним бульбашкам блиску) і 4 ч. ложки цукру (він робить бульбашки прозорішими). Пляшку з відрізаним дном опустити в цю суміш, вийняти її і сильно дмухнути в горлечко.

ІГРИ ДЛЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВАНТАЖЕННЯ, ЗНЯТТЯ ВТОМИ ТА ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ

ГОЛ-МИМО

Всі діляться на дві групи. Одна група кричить (спочатку тихенько, потім все сильніше) «Гол!», Друга «Мимо!». Виграє той кричить найголосніше.

САЛЮТ

Всі стають в тісне коло, нагинаються вниз до підлоги, по команді ведучого починають плескати в долоні, піднімаючись вгору, з прискоренням ритму.

ДОЩ

Обладнання: аркуші паперу для 1 / 3 учасників.

Учасники діляться на три групи. Перша група готується аритмічно постукувати подушечками пальців по підлозі. Друга швидко бити кулаками по підлозі. Третя - терти долонями по аркушу паперу. Ведучий диригує групами, змушуючи їх то вступати зі своєю «партією» (пальчики плюс кулаки плюс долоні), то замовкає. У результаті виходить шум, схожий на шум дощу.

ПЕРЕПАД НАПРУЖЕННЯ

Пропонується максимально напружити праву руку. Поступово розслабляти її, водночас переводячи напруження на ліву руку. Так само поступово розслабляючи її, перевести напруження на ліву ногу, праву ногу, крижі й так далі.

ЗМОРШКИ

Ведучий пропонує членам групи принести на заняття дзеркало. А тепер треба кілька разів вдихнути і видихнути, взяти у руки дзеркало, подивитися в нього і широко всміхнутися своєму відображення. Далі він дає команду зморщити обличчя: спочатку чоло, потім брови, ніс, щоки... Підняти і опустити плечі... Розслабити м'язи шиї і плечей. Розслабити всі м'язи обличчя... Якщо хтось відчуває напруження, треба собі сказати: «Я спокійний...» — і ще раз спробувати розслабитись.

МАРІОНЕТКА

Ведучий пропонує учасникам уявити себе ляльками, стати прямо й завмерти.

Ви стали твердими, як Буратіно. Напружте плечі, руки, пальці — уявіть, що вони дерев'яні. Напружте ноги і коліна та пройдіться по кімнаті. Ваше тіло дерев'яне. Напружте обличчя і шию, зморщіть чоло, стисніть щелепи.

А тепер скажіть собі: «Розслабся і розм'якни». Розслабте м'язи. Можете промасажувати однією рукою другу, кінчиками пальців промасажувати обличчя.

А зараз уявіть собі, що вас підвісили за руку. Ваше тіло знаходиться в одній позиції, а все решта бовтється. Походіть по кімнаті з підвішеною рукою.

Тепер вас підвісили за шию, плече, палець...

Вправу можна виконувати із закритими очима.

ПОТЯГНУЛИСЯ — ЗЛАМАЛИСЯ

Учасники стоять, руки й тіло витягнуті вгору (п'ятки не відриваються од підлоги). Ведучий пропонує потягнутися вгору, вище, вище... Подумки треба відірвати п'ятки від підлоги, щоб стативищими (реально цього не робити). А тепер кисті рук ніби зламалися, повисли, зламалися лікті, плечі впали, повисла голова, ви зламалися у талії, ваші коліна підігнулися, ви впали на підлогу... Лежіть па підлозі розслаблено, безвільно, зручно... Прислухайтесь до себе. Чи залишилося напруження? Скиньте його!

ВОГОНЬ — ЛІД

За командою ведучого: «Вогонь!» — учасники починають інтенсивний рух усім тілом. Плавність та інтенсивність руху кожен учасник вибирає сам. За командою: «Лід!» — кожен застигає в позі, при цьому треба напружити все тіло.

Цю вправу добре виконувати для корекції імпульсивної поведінки дітей.

ЦЕНТР ТЯЖІННЯ

Учасникам пропонується визначити, де людина має центр тяжіння. Для цього треба порухатись, сісти, встати. А тепер порухайтесь, як кішка. Знайдіть центр тяжіння кіці. Де є центр тяжіння мавпи, півня, риби, горобця, який скаче по землі? Виконайте рухи і дії, які характерні для цих тварин. Тварини і малі діти — найкращий приклад відсутності м'язових затискань.

НАСОС І НАДУВНА ЛЯЛЬКА

Ця вправа виконується у парах. З «надувної ляльки» випустили повітря. Вона лежить розслаблена на підлозі. Партер накачує її повітрям за допомогою насоса: ритмічно нахиляється вперед і вимовляє звук «с» на видиху. Лялька поступово наповнюється повітрям, вирівнюється. Далі накачувати її повітрям небезпечно:

лялька може тріснути. Накачування треба своєчасно закінчити. Час закінчення надування визначається за станом напруження тіла ляльки. Після цього її «здувають», виймаючи з неї насос. Повітря поступово виходить з ляльки, вона «опадає».

Це не тільки чудова вправа на розслаблення-напруження, а також на взаємодію в парі.

СКИНЬ ВТОМУ

Учасники стоять у колі, широко розставляють ноги, трохи їх згинають у колінах, згинають тіло, вільно опускають руки, розправляють пальці, схиляють голову до грудей, ледь відкривають рот. Після цього вони повинні похитатися в різні боки, а потім різко потрусити головою, руками, ногами, всім тілом.

Ведучий звертається до учасників: «Ви струсили з себе всю втому. Чи ще щось залишилося? Якщо так, повторіть ще раз».

БІЙ ПІВНИКІВ

Гра виконується в парах. Партнери стають на одну ногу, другу тримають у руці. За командою ведучого починають штовхати один одного плечем.

Той, хто не втримає рівноваги, програє, а переможець має можливість продовжити змагання з іншим переможцем. Гру можна продовжувати доти, аж поки у групі не визначиться найсильніший.

КОНФЛІКТ У ТРАНСПОРТІ

У центрі кімнати ставлять два крісла одне біля одного. Вони символізують сидіння в автобусі. Двоє учасників виходять за двері, де ведучий ознайомлює їх з інструкцією: вони — два приятелі, яким треба поговорити, тому їм необхідно намагатися сісти разом. Коли вони входять до кімнати, одне крісло вже зайнято учасником, який отримав від ведучого інструкцію звільнити місце тільки тоді, коли йому захочеться це зробити.

ПОВІТРЯНА КУЛЬКА

Уявіть собі, що у ваших грудях знаходитьсь повітряна кулька. Вдихніть через ніс й повністю заповніть легені повітрям. Видихніть його ротом й відчуїте, як воно виходить з легенів.

Повторюйте, не поспішаючи.

Дихайте та уявляйте, як кулька наповнюється повітрям й стає все більшою. Повільно видихніть ротом, ніби повітря тихенько виходить з кульки.

Зробіть паузу і порахуйте до десяти.

Знову вдихніть і наповніть легені повітрям. Затримайте його, порахуйте до 3-х. уявляйте при цьому, що кожна легеня — це надута кулька. Видихніть. Відчуїте, як тепле повітря проходить через легені, горло, рот.

Повторіть тричі, вдихаючи та видихаючи повітря.

Зупиніться та відчуїте, що ви сповнені енергії, а все напруження зникло.

ЛІФТ

Ми починаємо поїздку в ліфті. Вдихніть носом. Коли ви відхиатимете, відчуєте, як повітря починає свій шлях від живота. Знову вдихніть — повітря піднімається на один поверх вище (шлунок). Видихніть. Вдихніть ще раз й підніміть ліфт на наступний поверх (груди). Видихніть. А тепер можна відправитись на горище вгору по горлу до щік і чола. Відчуєте, як повітря наповнює голову. Коли відхищете, то відчуєте, що все напруження і хвилювання вийшли з вашого тіла.

Також:

• спробуйте дихати, імітуючи дихання сплячої людини, або подихайтے животом;

• зробіть декілька повільних і глибоких вдихів-видихів, при цьому дотримуйтесь такої схеми: вдих (рахуй до чотирьох) - затримка дихання (рахуй до двох) - видих (рахуй до чотирьох);

дивіться вгору: вченими доведено, що наші почуття, незалежно від того, позитивні вони чи негативні, загострюються, коли ми дивимось вниз; припинити розвиток нападу тривоги можна, якщо дивитися вгору.

Девоушени

Архітектор.

У важкі часи, багатий чоловік запрошує до себе у гості друга, молодого напористого архітектора, та просить його побудувати гарний будинок, поки він буде у від'їзді десь у Європі. Молодий архітектор робить вигоду на своєму другові, купуючи дешеві будівничі матеріали, зрізаючи кути і т.п. Коли повертається його друг, архітектор дуже боїться, що його шахрайство буде розкрите. Він навіть починає ненавидіти будинок. Багатий чоловік потім віддає будинок архітекторові у подарунок, щоб той почав свій бізнес.

Я МОЖУ СПАТИ ПІД ЧАС ГРОЗИ.

Фермеру потрібний найманий помічник, але тільки один чоловік запитує його про роботу. Коли цього чоловіка запитують про щось, він тільки відповідає: „Я можу спати під час грязі“. Так як навколо більше нікого нема, фермер наймає дивну людину. Одного вечора раптово починається гряза, та фермер дарма намагається розтормошити найманого робітника, змусити його завести тварин у загони, накрити трактори брезентом і т. ін. Нарешті він здається та вирішує зробити все сам. Але роботу вже зроблено людиною, що мирно спить, бо знає, що вона підготовлена до негоди.

ОРГАН ЗУПИНИВСЯ.

У часи, коли орган працював тільки завдяки повітря, що качали вручну, видатний оперний співак та органіст почали сваритись через те, хто з них важливіший: співак, прекрасна музика, чи взагалі людина, що чудово акомпанує? Того вечора просто під час пісні орган перестав грати та співак зійшов з октави, а органіст не зміг вижити з інструмента жодної ноти. Тоді маленький хлопчик, що качав повітря у орган, щоб той грав, запитав: „А хіба я не потрібен для успіху?“

НОВИЙ ВОЖДЬ.

Старий вождь племені покликав до себе трьох найхоробріших воїнів, щоб обрати нового вождя. Він сказав їм піти так далеко на захід, як вони зможуть, та принести звідти щось як доказ того, що вони там були. Через тиждень повернувся перший воїн з сосновими голками у доказ того, що він досяг гори. Ще через тиждень прийшов другий з горською квіткою, щоб довести, що він був високо у горах. Наступного тижня прийшов останній з пустими руками, але він сказав, що бачив нескінченну річку. Голова племені зробив саме його новим вождем, тому що той не повернувся, доки не виконав завдання до кінця.

РОЗПОВІДЬ „МЕРТВА ЧИ ЖИВА“

У лісі поза одним містом жив мудрий старий відлюдник. Мудрість цієї людини була відома багатьом. Багато молоді з міста проводили час у старого, намагаючись простувати його мудрість. Вони хотіли розповісти світу: „Він не такий вже і розумний!“

Одного дня два міських хлопця сиділи на березі річки, займаючись найулюбленішою справою: вони намагалися придумати, як провести відлюдника та скінчити легенду про його мудрість.

Раптово один юнак простягнув руку та схопив горобця, що сидів на гілці над його головою. „Ну, - сказав він, - тепер я знаю, як перехитрити старого. Ми підемо до нього у печеру у мене в руках, щоб він його не бачив. Я спитаю, що я сховав. Якщо він відповість, що у мене в руках пташеня, я запитаю його, мертві вони чи живе.

Якщо він відповість, що воно живе, то я стисну руки - і пташеня буде мертві. Але якщо він скаже, що воно мертві, я розімкну руки та випущу пташинку.

Хлопці пішли скрізь ліс до печери відлюдника. „Старий, - вигукнув хлопець, - що в мене у руках?” Старий подивився на хлопця замислено та відповів: „Пташеня, синку”. Скажи мені, діду, воно живе чи мертві?”

Довго старий просто дивився на хлопця, а потім відповів: „Це залежить віт тебе, синку. Все у твоїх руках”.

Подумати: чи зробив би ти такий експеримент з живою істотою у руках? Чи знаєш ти, скільки сили дійсно маєш у руках, щоб захищати дику природу? Склади список можливих шляхів, якими ти зараз захищаєш дику природу. Склади інший список з речей, які ти в змозі зробити. Зроби ще один список з можливих способів захисту дикої природи, але тих, які ти з будь-яких причин не можеш виконати. Що ти зробиш з цими списками?

Настройщик сердец

Мир полон музики... вальс дождевых струй... песня ветра... Музыка вокруг нас и в нас самих.

Трудно понять музыку, когда фальшивит инструмент в оркестре. Людям трудно понять друг друга, когда фальшивит хотя бы одно из сердец.

У меня не совсем обычна профессия. Я работаю Настройщиком Человеческих Сердец. Вы понимаете, сердца должны звучать чисто. Настроим сердца.

Начнём с самой низкой ноты. Когда она давит на нормальное человеческое сердце, оно рвётся от боли. Это нота – ГОРЕ!

Вторую ноту сердце исторгает как вопль, лицом к лицу оказываясь с подлостью, лицемерием, злом. Эта нота – НЕНАВИСТЬ!

Помните Пушкинские строки: «Печаль моя светла!» Нота ПЕЧАЛЬ чуть слышна, когда мы грустим о солнце в ненастный день, но она звучит возвыщено и светло в наших сердцах, когда мы читаем имена на братских могилах. Нота ПЕЧАЛЬ.

Следующая нота, в отличие от других, звучит только тогда, когда сердце не задето. Есть такие сердца. Они бьются мощно и уверенно, извлекая из своей глубины монотонную бесконечную ноту – РАВНОДУШИЕ!

Есть ноты, звучание которых наполняет сердце теплом. Первая из них – РАДОСТЬ! А эта нота звучит особенно пронзительно и нежно, когда извлечена одновременно из двух летящих навстречу друг другу сердец. Нота ЛЮБОВЬ...

И всё-таки, что такое счастье? Быть может это музыка, звёздная музыка сердца? Она звучит, когда мы чувствуем, что необходимы людям, небу, земле, любимым, друзьям...

Семь нот для счастья. Нота счастья сердца должна звучать чисто. Музыку жизни каждый из нас пишет без черновых вариантов только один раз. Только один. Это как клятва: СЕРДЦЕ ДОЛЖНО ЗВУЧАТЬ ЧИСТО!

Семь нот для сердца. Мне кажется, есть еще одна, восьмая нота, самая чистая. Её могут взять только самые чистые, любящие и мудрые сердца.

Давайте настроим наши сердца на искренность, взаимопонимание, дружбу, и сольёмся в одно большое любящее сердце.

СЕРДЦЕ ДОЛЖНО ЗВУЧАТЬ ЧИСТО!!!

Девоушен УМСА Луганської області

Лозунги для таборів

ЧИСТОТУ
ПІДТРИМУЙ,
ВСІМ
ДОПОМАГАЙ

ДРУЖЕ,
ПОСМІХАЙСЯ!
ВСЕ БУДЕ
ГАРАЗД!

Використані та рекомендовані джерела

1. Алиева Л. В., Маленкова Л. И. Большая книга вожатого. Как вести за собой. - М.: Педагогическое общество России, 2004. - 608 с
2. Ларионова Т. Сборник игр YMCA. – М.: Межрегиональная Ассоциация Общественных Организаций Христианской Молодежи и Семьи ИМКА Московского региона, 2002. -47 с.
3. Марфина С.В. Летний лагерь от А до Я. - М.: Академия развития, 2005. -150 с.
4. Руденко В.И. Лучшие сценарии для летнего лагеря. М.: Феникс, 2007. — 218 с.
5. Главник Олена. Літо для дитини. Частина 2. - К.: Главник, 2007. -192 с.
6. Главник Олена. Літо для дитини. Частина 1. - К.: Главник, 2007. - 192 с.
7. Ю. Н. Григоренко, М. А. Пушнина. Кипарис-4. Здравствуй, наш лагерь! - М.: Педагогическое общество России, 2003. - 192 с.
8. Ю. Н. Григоренко, У. Ю. Кострецова. Кипарис. Учебное пособие по организации детского досуга в лагере и школе. - М.: Педагогическое общество России, 2004. - 224 с.
9. Тесленко Н. В. „Ігри та конкурси для дітей“ Навчальне видання. – Харків.: Видавничий дім „ШКОЛА“, 2006. – 32 с.
10. Фридман М. Г. Спортивно-оздоровительная работа в детских лагерях отдыха: Кн. для организаторов внеклас. работы. – М.: Просвещение, 1991. – 207 с.
11. „Що таке YMCA?“ Посібник для волонтерів, лідерів та керівників YMCA. –К.: ВСМГО "Християнська Асоціація Молодих Людей України" (YMCA України), 2008. -24 с.
12. <http://job.camp.ru/index.php?id=9>
13. <http://rules.net.ru/vozh.php>
14. <http://vojatii.clan.su/index/0-9>,
15. <http://scenarist.boom.ru/lag/devis.html>

Пісні YMCA

Моя молитва

Моя молитва нехай лине
до тебе наче фіміам
Із серця лине без зупинно
в чудовий твій небесний храм

Приспів:

Боже я молюсь за Україну
Боже молю тебе за людей
Ти їх прости, ти їх спаси
І милість свою нам яви
Боже я знаю, що ти будеш з нами
В Храмі своєму під небесами
Радість і мир ти дарував
Життя за людей віддав
В книгу життя нас записав.

В своєму слові живому
ти для людей видіння дав
Щоб люди всі молились тому,
що на Христі за них страждав

Приспів:

Із репертуару Національної Тен Сінг команди YMCA України

Что такое ИМКА?

Что такое ИМКА? Это дети!
С умными, счастливыми глазами
Милые, веселые, шальные, озорные
Лучше нет вас, знаете вы сами

Что такое ИМКА? Это дружба!
Дружба между маленьким и взрослым
Без поддержки дружеской любому человеку
В этом сложном мире жить непросто

Припев

ИМКА - это гордость Земли,
Счастье, радость, море любви
Ну-ка, подпевайте смелей
ИМКА-YMCA

Что такое ИМКА? Это люди!
С разных уголков планеты нашей
Нас объединяет с ними общая идея
Сделать мир добрею чуть и краше.

Припев

Все пройдет
Сл. Л. Дербенева
Муз. М.Дунаевского

Am Dm

Вновь о том, что день уходит с земли,

E7 Am

Ты негромко спой мне.

Fm C

Этот день, быть может, где-то вдали

Dm E7

Мы не однажды вспомним.

Am Dm

Вспомним, как прозрачный месяц плывет

E7 Am

Над ночной прохладой.

F C

Лишь о том, что все пройдет,

E7 Am

Вспоминать не надо.

Припев:

Am E7 Am

Все пройдет - и печаль, и радость.

E7 Am

Все пройдет - так устроен свет.

E7 Am

Все пройдет, только верить надо,

E7 Am

Что любовь не проходит, нет.

Спой о том, как вдаль плывут корабли,

Не сдаваясь бурям.

Спой о том, что ради нашей любви

Весь этот мир придуман.

Спой о том, что биться не устает

Сердце с сердцем рядом.

Лишь о том, что все пройдет,

Вспоминать не надо.

Припев

Вновь о том, что день уходит с земли,

Ты негромко спой мне.

Этот день, быть может, где-то вдали

Мы не однажды вспомним.

Вспомним, как звезда всю ночь напролет

Смотрит синим взглядом.

Лишь о том, что все пройдет,

Вспоминать не надо.

Припев.

Изгиб гитары желтой

Изгиб гитары желтой ты обнимаешь нежно
Струна осколком эха пронзит тугую высь
Взметнется купол неба - большой и звездно-снежный
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались

Как отблеск от тумана костер меж сосен пляшет
Ну, что грустишь, бродяга, а, ну-ка, улыбнись
И кто-то очень близкий тебе сегодня скажет
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались

И, все же, с болью в горле мы тех сегодня вспомним
Чьи имена, как раны, на сердце запеклись
Мечтами их и песнями мы каждый вздох наполним
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались

Свечи

Ночь притаилась за окном,
Туман рассорился с дождем
Но в беспробудный вечер,
Но в беспробудный вечер,
О чем-то дальнем, неземном,
О чем-то близком и родном
Сгорая, плачут свечи.
Казалось, плакать бы о чем,
Мы вроде правильно живем
Но иногда, под вечер,
Мы вдруг садимся за рояль,
Снимаем с клавишней вуаль
И зажигаем свечи.

А свечи плачут за людей,
То тише плачут, то сильней
И удержать горячих слез не успевают
Но очень важно для меня,
Что не боится воск огня
Что свечи плачут для меня и тают.

Ночь притаилась за окном,
Туман рассорился с дождем
Но в беспробудный вечер,
Но в беспробудный вечер,
О чем-то дальнем, неземном,
О чем-то близком и родном
Сгорая, плачут свечи.

Плот

На маленьком плоту сквозь бури, дождь и грозы.
Взяв только сны и грезы и детскую мечту
Я тихо уплыву, лишь в дом проникнет полночь
Чтоб рифмами наполнить мир в котором я живу.

Принев

*Ну и пусть будет нелегок мой путь,
Тянет на дно лень и грусть, прежних ошибок груз,
Но мой плот, свитый из песен и слов,
Всем моим бедам назло вовсе не так уж плох.*

Я не от тех бегу, кто беды мне пророчит.
Им и сытней и проще на твердом берегу.
Им не дано понять, что вдруг со мною стало,
Что вдаль меня позвало, успокоит что меня.

Принев

Нить в прошлое порву, и дальше будь, что будет.
Из монотонных будней я тихо уплыву
На маленьком плоту, лишь в дом проникнет полночь,
Мир, новых красой полный, я, быть может, обрету.
Принев

Ты у меня одна

Ты у меня одна, словно в ночи луна,
Словно в году весна, словно в степи сосна.
Нету другой такой ни за какой рекой,
Нет за туманами, дальними странами.

В инее провода, в сумерках города,
Вот и взошла звезда, чтобы светить всегда,
Чтобы гореть в метель, чтобы стелить постель,
Чтобы качать всю ночь у колыбели дочь...

Вот поворот какой делается с рекой,
Можешь отнять покой, можешь махнуть рукой,
Можешь отдать долги, можешь любить других,
Можешь совсем уйти, только свети, свети...

Пока горит свеча

Бывают дни, когда опустишь руки
И нет ни слов, не музыки, ни сил.
В такие дни я был с собой в разлуке
И никого помочь мне не просил.

И я хотел уйти куда попало,
Закрыть свой дом и не найти ключа,
Но верил я - не все еще пропало,
Пока не меркнет свет, пока горит свеча.

И спеть меня никто не мог заставить -
Молчание - начало всех начал,
Но если плечи ветер мне расправит,
Как трудно будет сделать так, чтобы я молчал!

И пусть сегодня дней осталось мало,
И выпал снег, и кровь не горяча,
Я в сотый раз опять начну сначала,
Пока не меркнет свет, пока горит свеча.

Поворот

Мы себе давали слово - не сходить с пути прямого,
Но так уж суждено.
И уж если откровенно - всех пугают перемены,
Но - тут уж все равно.

Принев
Вот новый поворот, и мотор ревет,
Что он нам несет - пропасть и взлет, омут или брод,
И не разберешь, пока не повернешь за поворот.
И не разберешь, пока не повернешь за поворот.

И пугаться нет причины, если вы еще мужчины,
Вы - кое в чем сильны.
Выезжайте за ворота, и не бойтесь поворота,
Пусть добрым будет путь.

Принев

Костер

Все отболит, и мудрый говорит –
Каждый костер когда-то догорит.
Ветер золу развеет без следа.
Но до тех пор, пока огонь горит,
Каждый его по своему хранит,
Если беда, и если холода.
Раз ночь длинна, то жгут едва,
И берегут и силы и дрова,
Зря не шумят, и не портят лес.
Но иногда найдется вдруг чудак,
Этот чудак все сделает не так.
Его костер взовьется до небес.

Припев

*Еще не все дорешено, еще не все разрешено,
Еще не все погасли краски дня.
Еще не жаль огня, судьба хранит меня.*

Тот был умней, кто свой костер сберег
Он обогреть других уже не мог,
Но без потерь дожил до теплых дней.
А ты был не прав, ты все спалил за час,
И через час большой огонь угас,
Но в этот час стало всем теплей.

Припев

Песенка друзей

Ю. Энтин

C Em
1. Ничего на свете лучше нету,
Dm G
Чем бродить друзьям по белу свету.
C Em Am
Тем, кто дружен, не страшны тревоги.
Dm G C Am
Нам любые дороги дороги - 2 раза

2. Мы свое призванье не забудем.
Смех и радость мыносим людям.
Нам дворцов заманчивые своды
Не заменят никогда свободы - 2 раза

3. Наш ковер - цветочная поляна.
Наши стены - сосны-великаны.
Наша крыша - небо голубое.
Наше счастье жить такой судьбою - 2 раза

За тех кто в море

Ты помнишь, как все начиналось
Все было впервые и вновь
Как строили лодки и лодки звались
"Вера", "Надежда", "Любовь"
Как дружно рубили канаты
Как вдаль уходила земля
И волны нам пели, и каждый пятый,
Как правило, был у руля.

Принев

Я пью до дна
За тех, кто в море
За тех, кого любит волна
За тех, кому повезет
И если цель одна
И в радости и в горе
То тот, кто не струсили
И весел не бросил
Тот землю свою найдет.

Напрасно нас бурей пугали,
Вам скажет любой моряк,
Что бури бояться вам стоит едва ли,
В сущности буря - пустяк.
В бури лишь крепче руки,
И парус поможет идти.
Гораздо трудней не свихнуться со скуки
И выдержать полный штиль.

Принев

Синяя птица
"Машина времени"

Am

E7

Мы в такие шагали дали, что не очень то и дойдешь.

Am

Мы в засаде годами ждали, не взирая на снег и дождь.

A7 Dm

Мы в воде ледяной не плачем и огне почти не горим.

Am E7 Am

Мы охотники за удачей птицей цвета ультрамарин.

(A7Dm) Am E7 Am

Мы охотники за удачей птицей цвета ультрамарин.

Говорят, что за эти годы, синей птицы пропал и след.

Что в аналах родной природы этой твари в помине нет.

Говорят, что в дальние страны подалась она навсегда.

Только я заявляю прямо - это полная ерунда.

Только мы заявляем прямо - это полная ерунда.

Синей птицы не стало меньше, просто в цвете последних дней.

Слишком много мужчин и женщин стали сдуру гонять за ней.

И пришлось ей стать осторожной, чтоб свободу свою спасти.

И вот теперь почти невозможно повстречать ее на пути.

И вот теперь почти невозможно повстречать ее на пути.

Стала пуганной птица удачи и не верит чужим рукам.

Да и как же ей быть иначе браконьеры и тут и там.

Подкрадешься - она обманет и вот уже навсегда ушла.

И только небо тебя поманит синим взмахом ее крыла.

И только небо тебя поманит синим взмахом ее крыла.

В добрый час

A. Макаревич

1.

C Dm

Меняется все в наш век перемен.

F G C

Меняется звук, меняется слог.

C Dm

И спето про все, но выйди за дверь,

F G C

Как много вокруг забытых дорог.

Припев:

C Dm

В добрый час, друзья, в добрый час.

F G FG

В наши дни, не зря, в эти дни.

C Dm

Я вас жду, я помню о вас

F G FG

Знаю я, что мы не одни.

2.

Пусть, как никогда натянута нить.

Не стоит бежать, не стоит робеть.

Так было всегда - легко говорить.

Труднее сыграть, особенно спеть.

Припев:

3.

Лет десять прошло и десять пройдет,

Пусть сбудется все, хотя бы на треть.

Нам в жизни везло, пусть вам повезет,

А значит не зря мы начали петь.

Припев:

Мы желаем счастья вам!

Сл. И.Шаферана

Муз. С. Намина

Am Dm

В мире, где кружится снег шальной,

Am Dm

Где моря грозят крутой волной,

Am

Где подолгу добрую

F E7

Ждем порой мы весть,

Am Dm

Чтобы было легче в трудный час,

Am Dm

Очень нужно каждому из нас,

Am

Очень нужно каждому

F E7

Знать, что счастье есть.

Припев:

Am

Мы желаем счастья вам,

Dm

Счастья в этом мире большом!

E7

Как солнце по утрам,

Am E7

Пусть оно заходит в дом.

Am

Мы желаем счастья вам,

Dm

И оно должно быть таким -

E7

Когда ты счастлив сам,

Am

Счастьем поделись с другим!

В мире, где ветрам покоя нет,

Где бывает облачным рассвет,

Где в дороге дальней

Нам часто снится дом,

Нужно и в грозу, и снегопад,

Чтобы чей-то очень добрый взгляд,

Чей-то очень добрый взгляд

Согревал теплом.

Припев

Надежда
Сл. Н.Добронравова
Муз. А. Пахмутовой

Am

Светит незнакомая звезда,

E7

Снова мы оторваны от дома,

F

C

Снова между нами города,

Dm

F E7

Взлетные огни аэродромов.

Am

Здесь у нас туманы и дожди,

C

FA7

Здесь у нас холодные рассветы,

Dm

Am

Здесь на неизведанном пути

Dm

F E7 Am

Ждут замысловатые сюжеты...

Припев:

Dm Am

Надежда - мой компас земной,

E7

Am

А удача - награда за смелость.

Dm C

А песни... довольно одной,

Dm

F E7 Am

Чтоб только о доме в ней пелось.

Ты поверь, что здесь, издалека,

Многое теряется из виду.

Тают грозовые облака,

Кажутся нелепыми обиды.

Надо только выучиться ждать,

Надо быть спокойным и упрямым,

Чтоб порой от жизни получать

Радости скучные телеграммы...

Припев

И забыть по-прежнему нельзя

Все, что мы когда-то не допели,

Милые усталые глаза,

Синие московские метели...

Снова между нами города,

Жизнь нас разлучает, как и прежде.

В небе незнакомая звезда

Светит, словно памятник, надежде.

Припев

Песенка о медведях
Сл. Л.Дербенева Муз. А.Зацепина

Am Dm

Где-то на белом свете,

E7 Am

Там, где всегда мороз,

Dm

Трутся спиной медведи

G7 C

О земную ось.

Dm G7

Мимо плывут столетья,

C F

Спят подо льдом моря,

Am Dm

Трутся об ось медведи -

E7 Am

Вертится Земля.

A7 Dm

Припев: Ля-ля-ля-ля-ля-ля-

E7 Am (2 раза)

Вертится быстрой Земля

Крутят они, стараясь,
Вертят земную ось,
Чтобы влюбленным раньше
Встретиться пришлось,
Чтобы однажды утром,
Раньше на год иль два,
Кто-то сказал кому-то
Главные слова
Припев

Вслед за весенним ливнем
Раньше придет рассвет,
И для двоих счастливых
Много-много лет
Будут сверкать зарницы,
Будут ручьи звенеть
Будет туман клубиться,
Белый, как медведь.
Припев

Червона рута
Сл. і муз. В.Івасюка

Am

Ти признайся мені,

E7

Звідки в тебе ті чари, -

Я без тебе всі дні

Am G

У полоні печалі.

C

Може, десь у лісах

G

Ти чар-зілля шукала,

Dm E7

Сонце-руту знайшла

Am A7

І мене зчарувала?

Приспів:

Dm G

Червону руту

C Am

Не шукай вечорами, -

Dm E7

Ти у мене єдина,

Am A7

Тільки ти, повір.

Dm G

Бо твоя вродя -

C Am

То є чистая вода,

B7 E7

То є бистрая вода

Am

З синіх гір.

Бачу я тебе в снах

У дібровах зелених,

По забутих стежках

Ти приходиш до мене.

І не треба нести

Мені квітку надії,

Бо давно уже ти

Увійшла в мої мрії.

Приспів.

Милая моя

Ю.Визбор

Em

Всем нашим встречам разлуки, увы, суждены.

G D7 G

Тих и печален ручей у янтарной сосны.

Am H7 C E7

Пеплом несмелым подернулись угли костра,

Am H7 Em

Вот и окончилось все расставаться пора.

Em Am D7 G

Милая моя, солнышко лесное,

Em Am H7 Em

Где, в каких краях, встретимся с тобою?

Крылья сложили палатки - их кончен полет.

Крылья расправил искатель разлук - самолет.

И потихонечку пятится трап от крыла,

Вот уж действительно пропасть меж нами легла.

Милая моя, солнышко лесное,

Где, в каких краях, встретимся с тобою?

Не утешайте меня, мне слова не нужны.

Мне б отыскать тот ручей у янтарной сосны.

Где сквозь туман там краснеет кусочек огня,

Вдруг у огня ожидают, представьте меня.

Милая моя, солнышко лесное,

Где, в каких краях, встретимся с тобою?

YMCA
(Village People)

Young man, there's no need to feel down!
I said, Young man, pick yourself off the ground!
I said, Young man, cause you're in a new town,
 There's no need to be unhappy.
Young man, there's place you can go.
I said, Young man, when you're short on your dough,
 You can stay there, and I'm sure you will find
 Many ways to have a good time.

It's fun to stay at the YMCA!
It's fun to stay at the YMCA!
 There have everything
 For you man to enjoy,
You can hang out with all the boys.

It's fun to stay at the YMCA!
It's fun to stay at the YMCA!
You can get yourself cleaned,
 You can have a good meal,
You can do whatever you feel.

Young man, are you listen to me?
I said, Young man, what do you want to be?
I said, Young man, you can make real your dreams,
 But you've got to know this one thing:
 No man does it all by himself.
I said, Young man, put your pride on the shelf
 And just go there, to the YMCA,
I'm sure they can help you today.

Young man, I was once in your shoes.
I said I was down and out with the blues.
 I felt no man cared if I were alive.
 I felt the whole world was so tight.
 There's when someone came up to me
And said, Young man, take a walk up the street.
 There's a plane there called the YMCA,
 They can start you back on your way.

YMCA

I

Слухай, я тобі розповім,
Кажу, слухай, розкажи це усім,
Що є місце, де багато тепла,
І дарує море радість.

Свято буде в кожному дні,
Тримай свято і не дякуй мені
Бо це щастя, що дарує земля,
Ми собі створили разом

Нас разом всіх збирає YMCA
Нас разом всіх єднає YMCA
 І вперед до мети,
 Що собі ставиш ти
 Разом легше нам буде іти.

Нас разом всіх збирає YMCA
Нас разом всіх єднає YMCA
 В серці кожного з нас
 Промінь сонця не згас -
Ми –це сонце, що сяє весь час

II

Дихай цим солодким дощем
Кажу, дихай, небо дасть тобі ще.
І дай волю своїм світлим думкам,
Розкрий крила і лети.

Бачиш, скільки є кольорів,
Вони разом нас об'єднують всіх.
Візьми фарби і роздай усім нам –
Не боїмся висоти.

III

Знаю, ти іще молодий
І не знаєш, який шлях буде твій,
Ти іще можеш будувати мости
І шукати друзів в світі.

Мріє кожний мрію свою
І ти мрієш – і тебе я люблю,
Бо ти знаєш, чого прагнеш в житті
І дороги всі розкриті.



Ти завжди можеш знайти нас тут:

Національний Офіс YMCA України:

01103 Київ, вул. Кіквідзе 13, оф.43

т./ф. +38 (044) 2862304

т. +38 (044) 4514297

ukr_ymca@voliacable.com

www.ymca.org.ua