

# Режим дня



▶ Режим дня - это определенный порядок чередования различных видов деятельности детей и необходимых бытовых функций (еда, сон, личная гигиена и т.д.), который формирует уклад жизни детского оздоровительного центра

- ▶ Главное назначение - за короткое время выработать у детей определённый ритм жизни, способствующий организации полноценного отдыха и развитию детского организма. Режим помогает установлению в жизни отряда хорошей дисциплины, выработке полезных привычек

# Подъем

- ▶ Встать раньше детей, привести себя в порядок и с бодрой улыбкой отправляться поднимать отряд.
- ▶ Будить спокойно и весело, избегать резких громких звуков, вскриков и ора.
- ▶ Хорошо, если вы будете будить каждого ребенка индивидуально.
- ▶ Запоминайте особенности подъема каждого ребенка.

После того, как все встали, можно включить подвижную музыку.





# Зарядка

- ▶ Время проведения зарядки - 10-15 мин
- ▶ Зарядка проводится на открытом воздухе
- ▶ Во время дождливой погоды в корпусах
- ▶ Физические упражнения должны соответствовать возрасту детей, состоянию их здоровья, уровню физического развития и физической подготовленности.
- ▶ Задача водителя - повышать интерес к зарядке, но помните - никакие слова не убеждают так, как личный пример.



# Прием пищи

(завтрак, обед, полдник, ужин,  
сонник)

- ▶ Постройте отряд перед столовой
- ▶ Проследите за тем, чтобы ребята помыли руки
- ▶ В столовой ребята занимают «свои места» (т.к. их посадили в первый прием пищи)
- ▶ Проследите за тем, чтобы всем хватило порций (была замена в случае аллергии)
- ▶ Следите за дисциплиной в столовой (не шуметь, не бегать, не выносить продукты из столовой, не выкрикивать различные кричалки)

# Чистота и порядок

- ▶ Ребята сами должны поддерживать порядок в своих комнатах (вещи находятся на своих местах, мусор - в мусорной корзине, кровати заправлены)



- ▶ Поддерживают чистоту на территории центра - каждый отряд убирает какую-то часть.

# Два часа тишины

- ▶ Время, которое отводится для восполнения сил, дневного сна, пассивного отдыха. Оно требует дифференцированного подхода в зависимости от возраста.
- ▶ Важно с первого дня приучить детей к тишине на это время.



# ВЛГ

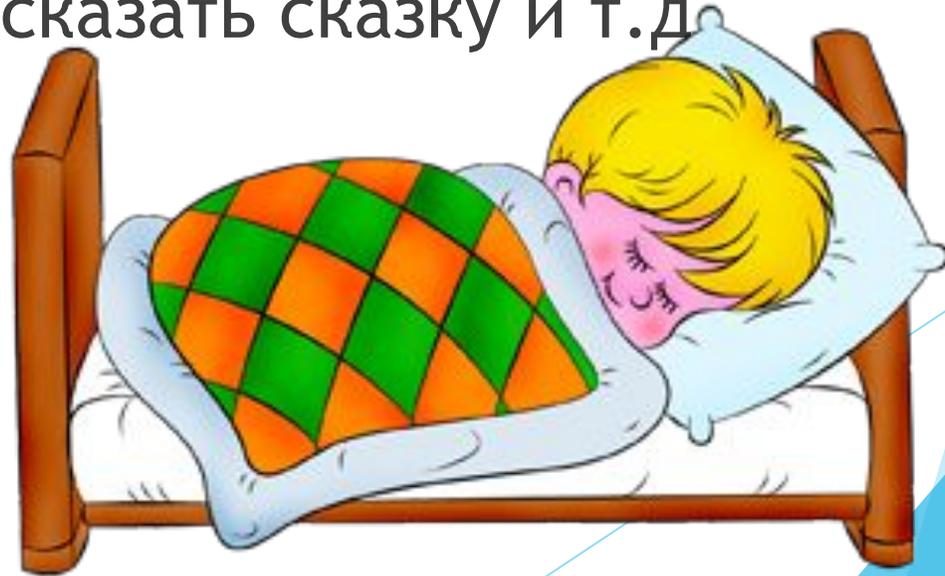
(время личной гигиены)

- ▶ Ваша задача - следить за состоянием здоровья ребенка, а соблюдение гигиены - первая в этом деле ступенька.



# Отбой

- ▶ Очень важно подготовить ребят к отбою и не столько организационно, сколько эмоционально:
  - ▶ Отрядный огонек
  - ▶ Просто беседа с подведением итогов дня
  - ▶ Песни под гитару
  - ▶ Малышам можно рассказать сказку и т.д.



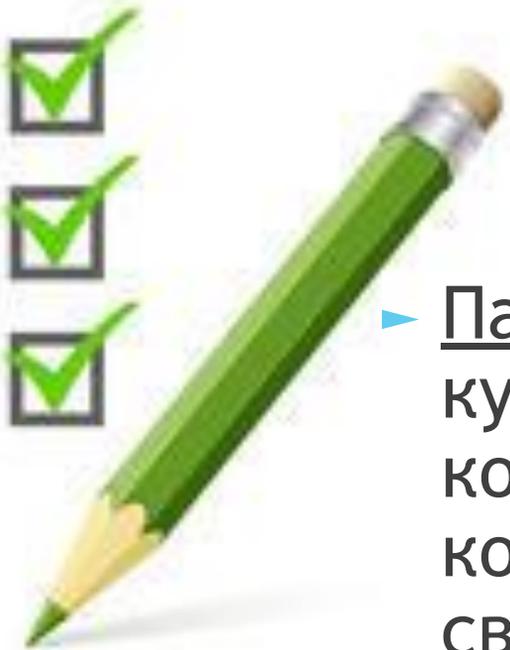
# Организация дней заезда, выезда и посещения родителей



# Заезд

- ▶ Это сложная процедура, от прохождения которой зависит настрой ребят на ближайшие дни смены.
- ▶ Это первая встреча, первое впечатление. Здесь на вас смотрят и оценивают со всех сторон: и дети, и родители. Поэтому этот день требует особой подготовки и самоорганизации.
- ▶ В этот день необходимо хорошо выглядеть - чистая опрятная одежда, свежее лицо, конечно, с располагающей к общению улыбкой.

# Регистрация



- ▶ Пакет документов (путевка, санаторно-курортная карта, справка об отсутствии контакта с инфекционными больными, копия медицинского полиса, копия свидетельства о рождении (паспорта))
- ▶ Памятки для родителей (где указываются время посещения, номера телефонов, адрес, запрещенные продукты и т.д.)
- ▶ Особенности ребенка
- ▶ По итогам регистрации вы должны знать состав своего отряда, количество детей в нем, их возраст.

# Поездка в автобусе

- ▶ Усадите ребят в автобус
- ▶ Проверьте их по списку, пересчитайте, напомните о безопасном поведении при поездке в автобусе.
- ▶ Создайте приятную атмосферу доброжелательности и внимания. (Беседа, рассказ, игры, песни и т.д.)
- ▶ Приехав на место, проверьте, чтобы никто ничего не оставил в автобусе.



# Расселение

- ▶ Заранее узнайте какие комнаты предназначаются вашему отряду, пройдите, посмотрите на сколько человек рассчитана каждая комната, подумайте, где лучше разместить девочек, а где мальчиков
- ▶ Помните, что дети любят сюрпризы (плакат, письмо и т.д.)
- ▶ Заселение можно производить по желанию (знакомые, братья, сестры, дружная компания), проблемных детей (заранее известно, что с поведением могут быть проблемы) следует расселять подальше друг от друга
- ▶ Пройдите по всем комнатам, узнайте о продуктах и лекарствах.

# Организационный сбор

- ▶ После расселения необходимо собрать детей в холле и проинструктировать:
  - ▶ По технике безопасности и санитарно-гигиеническим нормам
  - ▶ Что, где необходимо хранить
  - ▶ Режимные моменты
  - ▶ Правила и законы центра



# Отъезд

- ▶ Накануне проследите, чтобы дети по максимуму собрали сумки
- ▶ В день отъезда до завтрака соберите полотенца
- ▶ Дети собирают все оставшиеся вещи и собираются вместе с сумками в холле
- ▶ Вожатый проходит по детским комнатам, проверяя шкафы, тумбочки и т.д. на предмет забытых вещей
- ▶ После завтрака проходит последний общий сбор, и по сигналу приезда автобусов происходит посадка в автобусы
- ▶ Если кого-то из детей родители захотят забрать раньше (на день или два, на пару часов) - тогда они должны обратиться к руководству лагеря и написать заявление.
- ▶ Детям, которых родители встречают в городе, сообщаете, что прежде чем уйти с родителями, нужно вас предупредить.

# Посещение родителей

## Памятка

- ▶ Встречи детей с посетителями, в том числе с законными представителями детей проводятся в соответствии с установленным руководителем детского оздоровительного лагеря распорядком дня. Не допускается пребывание на территории детского оздоровительного лагеря посетителей, в том числе законных представителей детей вне специально установленных мест. (СанПиН 2.4.4. 3155-13, п. 11.13)
- ▶ В период пребывания детей в Центре запрещена передача детям скоропортящихся продуктов питания: пицца, молочные и мясные продукты, кондитерские изделия (торты, пирожное), консервированные продукты, напитки газированные и на основе синтетических ароматизаторов, грибы, пирожки с начинкой, острые приправы, чипсы, сухарики, ягоды, фрукты и овощи.

- ▶ С целью соблюдения режимных моментов и организации лечения просим Вас воздержаться от посещения детей в утренние часы, во время дневного сна (14<sup>00</sup> - 16<sup>00</sup>) и после 20<sup>00</sup> часов. Наиболее удобное время - 17<sup>30</sup> - 19<sup>00</sup>ч.
- ▶ Напоминаем, что право временной передачи ребенка осуществляется на основании письменного заявления от родителей. Передача ребенка другим лицам оформляется нотариально заверенной доверенностью от родителей. Наличие документа, удостоверяющего личность, обязательно.
- ▶ Ценные вещи, документы, деньги дети обязаны сдать на хранение в сейф. За деньги и ценные вещи, не сданные на хранение в сейф и личные вещи детей администрация АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» ответственности не несет.
- ▶ С ребенком Вы можете поговорить по телефону (3452) 77 20 51 ежедневно с 18<sup>00</sup> до 19<sup>00</sup> часов.

# День встречи с родителями

- ▶ Накануне провести большую стирку
- ▶ Проследить, чтобы ребята надели чистые вещи
- ▶ Вместе с детьми подготовьте подарки для родителей
- ▶ Будьте доброжелательными и вежливыми
- ▶ Не жалуйтесь на детей
- ▶ Уделите особое внимание тем ребятам, к которым родители не приехали

