Некоторые аспекты в организации воспитательной и досуговой деятельности с детьми в ходе спортивных сборов на базе лагеря отдыха

Детско-юношеские спортивные коллективы – частые гости в детских лагерях. Как многофункциональная площадка для организации досуга, оздоровительного и воспитательного процессов, детский лагерь является отличным местом для проведения спортивных сборов. Специфика данного формата ставит непростые задачи перед всеми его участниками. В равной степени большая ответственность ложится на принимающий коллектив, тренерский состав и самих воспитанников.

Наша статья ставит перед собой цель осветить некоторые аспекты в работе воспитателя и вожатого, которым предстоит забота о юных спортсменах и организация их досуга в условиях спортивных сборов в лагере. Данный аналитический и практический опыт приобретен в ходе взаимодействия с самыми разными коллективами в Центре оздоровления и отдыха «Березняки», что под Петергофом (ГБУ ДО ЦОО «Березняки»). Мы надеемся, что описанные наблюдения и приемы работы также помогут нашим коллегам из других образовательных учреждений, ведь дети, занимающиеся спортом профессионально и полупрофессионально, обучаются в них наравне с другими ребятами.

Независимо от возраста и социального положения ребенок-спортсмен – чуть больше, чем просто ребенок. Приобщение к профессиональному спорту с юных лет позволяет ему приобрести определенный статус и новую социальную роль, которую характеризуют потенциал к целенаправленному развитию в спортивной сфере и соответствующие ценности (здоровый образ жизни и активное приобщение к физической культуре, стремление к красоте тела и положительное, осознанное отношение к здоровью). Ведущей движущей силой этих процессов является установка на самосовершенствование (самостоятельность, самодисциплину, саморазвитие, проявление самости (архетипов) лидера, победителя в процессе становления личности).

Постепенное осознание своей роли и ответственность за нее рано или поздно приводят к кризису в психоэмоциональном (а иногда и физиологическом) состоянии ребенка. Ведь наравне с желанием быть спортсменами (или нежеланием, но в угоду родителям) дети обладают и другими важными потребностями. Например, правом оставаться просто детьми и наслаждаться своим возрастом с присущей им полнотой восприятия и широтой познания.

В силу организационных нюансов спортивные сборы в лагере или на другой аналогичной площадке нередко провоцируют этот кризисный процесс. При всех плюсах этого формата (а их довольно много) нельзя не учитывать сложностей, с которыми предстоит столкнуться и детям, и взрослым. Ключевая из них – это суть сборов. Условно мы можем определить ее как «организованный стресс». Научно доказано, что само по себе стрессовое состояние в моменте полезно для человека: оно стимулирует его, способствует развитию его физического и психического здоровья, укрепляет иммунитет. Однако в условиях сборов фактором стресса может стать любая деталь.

В психофизическом отношении причинами для стресса у ребенка могут быть: жесткий режим (например, очень ранний и быстрый подъем в темные утренние часы в зимнее время и поздний отбой, что приводит к хроническому недосыпанию; вынужденное пренебрежение прогулками на свежем воздухе в утренние и дневные часы); высокая частота и продолжительность тренировок; факт подготовки к важному этапу спортивной карьеры (например, к приближающемуся соревнованию регионального масштаба); строгая диета (дефицит калорий или набор массы); наличие образовательной нагрузки и при этом минимизация учебного и досугового видов деятельности в ходе сборов; в некоторых случаях отсутствие свободного времени как такового.

Не уступает своей тяжестью и психологическая нагрузка. Сюда относятся: новое место и новые, незнакомые люди; отсутствие в досягаемости близких и друзей и ограниченное время на дистанционное общение с ними; часто – негласная установка на корпоративные, конкурентные отношения между сверстниками и участниками коллектива; нехватка ресурсов на общение и становление дружеских отношений. И, наконец, осознание себя как спортсмена.

В ходе сборов некоторые ребята проживают период постоянной рефлексии и делают первые шаги к осознанной объективно-субъективной оценке себя и происходящего вокруг. Через поиск ответов на глубокие и по-настоящему сложные вопросы происходит формирование новых представлений о собственных ценностях. Что такое воля к победе? В чем ценность победы и какую цену можно за нее заплатить? Какие перспективы несет победа? Что значит победа лично для самого ребенка, и какие победы, помимо спортивных, он пережил и хотел бы пережить в будущем? Согласитесь, не каждый взрослый задается такими вопросами и не каждый способен ответить на них.

Наравне с этим встает не менее серьезный вопрос о роли и месте тренера в воспитательном процессе, о его отношении к детям и взрослым. Например, иногда педагоги в лагере работают в ситуации, когда руководитель спортивного коллектива не готов принимать участие в том, что не касается его непосредственной деятельности. Кому-то такая расстановка сил и распределение обязанностей покажутся логичными. Другие зададутся вопросом, а как же дух коллективизма и единение команды, необходимость поддерживать свой авторитет Учителя? В худших случаях дистанцирование и отстраненность со стороны тренера, невнимательность вне тренировок к нуждам и интересам его юных воспитанников ставят под сомнение его авторитет в глазах детей. С одной стороны, это способствует сближению ребят с новыми для них людьми из лагеря – благодаря взаимной открытости, отзывчивости взрослых – и, как результат, приводит к быстрой, менее стрессовой социализации. С другой стороны, в ходе сборов у многих ребят меняется или появляется новый взгляд на своего тренера. Почти каждый ребенок проходит через новый уровень восприятия – принятие, переосмысление или отвержение, – авторитета своего спортивного наставника.

Прибавьте к этому разный возраст и гендер воспитанников, специфику каждого отдельного вида спорта и незнакомую тактику работы тренерской команды, и вы получите многогранную педагогическую задачу, которая ложится на плечи воспитателей и вожатых в лагере. Ведь помимо своих непосредственных обязанностей – организации досуга для гостей и поддержания режима, им предстоит работать над специфическими вопросами воспитательного характера.

В ходе своего опыта работы со спортивными коллективами мы сталкивались с разными проблемами. Здесь важно отметить, что по своей сути они не являются уникальными. Но в условиях сборов, где каждая минута жизнедеятельности ребенка строго регламентирована, эти сложности порой гиперболизированы, временами носят даже абсурдный характер. Так, внешний и внутренний стресс приводит к проявлению разного рода неврозов и эмоциональной нестабильности (от управляемой ажитации до гневных истерик и агрессии). Ощущение соперничества и конкуренция порой проявляют себя в самых нездоровых формах, что взаимосвязано с обостряющимся перфекционизмом, максимализмом и активизацией «внутреннего критика». Среди непростых и при этом положительных тенденций в рамках сборов можно отметить формирование у ребенка собственной шкалы ценностей и выявление соответствующих ей интересов (кстати, спорт может не входить в нее), а также стремление к адекватности и объективности в самооценке.

Сегодня принято освещать работу с детьми, оказавшимися в сложной жизненной ситуации или с особыми нуждами, а также с творческими детьми, делая упор на специфику их развития и несколько иную картину восприятия мира. Спортсменов же большинство воспринимает «заведомо» сильными и здоровыми людьми, которые и сами прекрасно могут себя организовать, проявить «ту самую» усидчивость и «ниспосланную» силу воли. Однако в реальности дети-спортсмены также нуждаются в особой психолого-педагогической поддержке, как и другие необычные ребята. Что же конкретно могут сделать для них в рамках сборов воспитатель и вожатый?

Неожиданным образом наш педагогический поиск в подобных ситуациях сводился к довольно традиционным и простым методам и технологиям. Не раз мы убеждались, что так происходит потому, что детям на сборах в первую очередь не хватает ощущения человеческого тепла, эмпатии, живого и неформального общения, уюта и покоя. Исходя из предложенных им вариантов досуга и собственных их интересов, дети более всего стремились к беседам, так называемым «тихим» играм и спокойным видам познавательного и созерцательного досуга. Такие популярные и активные лагерные форматы, как дискотека, командно-спортивная игра, квест или интеллектуальная игра, оставались по популярности на вторых, а то и третьих позициях, т.к. у ребят в большинстве случаев просто не хватало на них сил и должной концентрации внимания.

В процессе работы с ребенком-спортсменом беседа особо ярко проявляет свою многомерность с точки зрения метода, формы и средств. Как инструмент психологической разгрузки, гуманного воспитания и обмена опытом, беседа служит источником успокоения и отдохновения, особенно если вы разговариваете с ребенком о том, что его радует, занимает и развлекает вне спорта; проявляете свою заинтересованность его внутренним миром, показываете готовность к обмену знаниями и историями, а также внимательно слушаете. Такого рода беседы часто носят стихийный характер, а их инициатором выступает сам ребенок. Здесь педагогу особенно важно обозначить фактор открытости к собеседнику, способствовать установлению доверительных отношений. Также на этом этапе важно помнить о диагностическом потенциале беседы, который становится фундаментом для дальнейшей работы.

Примечательно, что к вашему общению один на один могут присоединяться и другие дети. В ходе лагерной смены (7-дневной, 21-дневной) из диалога беседа перерастает в симпосион – подобие небольшого кружка от трех до десяти человек, куда входят и взрослые, и дети. В нем рождаются свои правила, традиции и ритуалы, сопровождающие общение. Может появиться внутригрупповой фольклор – прозвища, словечки, фразы и шутки, понятные только его участникам. На этом уровне становится возможным поддерживать коллективный дух группы, поднимать вопросы, касающиеся рефлексии. Педагог общается с ребятами на предмет поиска их профессиональных и личных «болей» и способов их «излечить», создает атмосферу, в которой обсуждение такого рода проблем становится привычкой. Например, в таком формате можно познакомить детей с «Внутренним критиком», научить слышать его «приближение» и обучить простым способам воздействия на его утрированные «выступления».

На протяжении сборов беседа, как форма общения, обязательно носит и управляемый характер. На этом методе выстраиваются краткие вечерние «свечки» (если есть время на их проведение), где обсуждается, как прошел день, есть ли какие-то пожелания или проблемы, ищутся способы их решения. Хороший вожатый при наличии времени умело применяет в работе со спортивным коллективом небольшие тренинги на сплочение, саморефлексию. Например, с младшими в начале смены можно провести Торжественную церемонию прощания со страхами, а в конце сборов обсудить, удалось ли им окончательно победить свои страхи. Старшим предложить рассказать «Кого я вижу перед собой» (тоже что заглянуть в «Зеркало») и присесть на «Черный или белый стул». Беседа на какую-то конкретную тему (образовательную, культурную, социально-политическую и пр.) может стать формообразующей частью чаепития, завершить совместный просмотр фильма или мероприятие. Также нельзя забывать и о большом количестве прецедентов для профилактических и терапевтических бесед, о которых мы говорили выше.

К понятию «тихие» игры в данном случае относятся: настольные игры (например, в виде организованной игротеки, где можно попробовать разные игры); командные игры (различные импровизированные угадайки с заданиями одного или нескольких видов деятельности, с самодельным или готовым реквизитом (UNO, «Свинтус», «Активити», разные вариации «Крокодила») и небольшие интеллектуальные эстафеты, также выстроенные на смене деятельности, но ограниченные помещением игровой и с минимумом физической активности. Такого рода игры по-прежнему доставляют детям много радости и являются источником релаксации и хорошего настроения.

Примечательно, что такой формат оптимально подходит для работы с относительно небольшим коллективом (до 20 человек) и объединяет ребят разного возраста. Если группа делится на смешанные команды, младшие с радостью доверяют лидерство старшим ребятам. На начальном этапе смены такое деление может дать рост первому опыту шефства (иногда – тьютерства, если сборы проходят во время учебного года), которое сохраняется до конца смены. При работе с большими коллектива (от 20 человек и более) оптимально деление на классические отряды по возрастному принципу.

Стоит кратко обозначить, что у детей-спортсменов всегда важно спрашивать, нужен ли им вообще организованный коллективный досуг. Ведь вопрос по-настоящему свободного времени для них крайне актуален. Равносильно полезному навыку ничегонеделания (который сегодня выносится в отдельное понятие в теории досуга), а также привычкам читать, рисовать и даже пробовать что-то сочинять для себя среди юных спортсменов распространено порой абсолютное неумение отдыхать – ни головой, ни телом.

Поставив целью поделиться с вами своим опытом, мы не стремились испугать читателя рассказом о непростом укладе жизни юных спортсменов, об отрицательных сторонах спортивных сборов. Скорее, мы, как и русский философ Григорий Померанц, верим, что «только внутренние победы бесконечно плодотворны: над страхом, над желанием первенствовать, богатеть, мстить. И побеждать. Ибо внешняя победа, до основания изничтожающая то, что нам кажется совершенным злом, тут же становится новым злом, и хороши только те скромные победы, которые восстанавливают естественное равновесие и не дают чему-то одному разрастись за счет остального».

В нашу сверхзадачу входила идея акцентировать внимание неравнодушных людей на тех неочевидных и неожиданных проблемах, с которыми сталкиваются дети, приходящие в мир спорта, где победа иногда ставится превыше всего. Своей дружной командой в «Березняках» мы выбрали другие победы и рады, когда наши дети знают, что они бывают не только спортивными. А еще начинают осознавать, что не обязательно иметь в подтверждение медальку или кубок. Хотя это и приятно.