

**Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное бюджетное государственное образовательное  
учреждение дополнительного образования «Федеральный центр  
детско-юношеского туризма и краеведения»**

Фришман И.И., Данилков А.А., Коваль С.А., Проценко Л.М.

## **КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ РАЗРАБОТКИ И ПРОВЕДЕНИЯ ДЕТСКИХ ЛАГЕРЕЙ В ФОРМАТЕ ОНЛАЙН**

Рекомендации по организации деятельности

**Москва - 2020**

УДК 379.8  
ББК 77.563  
Ф 90

Р е ц е н з е н т ы:

И.И.Новикова,

*доктор медицинских наук, профессор, директор ФБУН «Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека*

С.В. Тетерский,

*доктор педагогических наук, профессор,  
Председатель Правления АНО содействия воспитанию подрастающих поколений  
«Детские и молодежные социальные инициативы» АНО ДИМСИ*

Фонд развития детских лагерей

Н а у ч н ы й р е д а к т о р:

кандидат психологических наук, доцент ФГБОУ ВО «НГПУ»

*А.А.Данилков*

**Фришман И.И., Данилков А.А., Коваль С.А., Проценко Л.М.**

**Ф 90 Концептуальные основы разработки и проведения детских лагерей в формате онлайн:** рекомендации по организации деятельности. ФЦДЮТиК, – Новосибирск: Новосибирский издательский дом, 2020. – 26 с.

ISBN 978-5-6044260-6-7

В рекомендациях представлены концептуальные основы нового формата проведения детских лагерей – онлайн-смен или онлайн-лагерей. Данные рекомендации определяют подходы, принципы и методические основы проведения досугово-развлекательной и познавательной деятельности школьников в условиях удаленного доступа (опосредованного общения). Также определены особенности проведения данных форм работы с детьми, проблемы, риски и возможные угрозы при проведении таких смен или лагерей.

ISBN 978-5-6044260-6-7

УДК 379.8

ББК 77.563

© ФЦДЮТиК, 2020

## ОГЛАВЛЕНИЕ

	Введение	4
1	Определение детского лагеря в формате онлайн	5
2	Цель и принципы разработки и проведения детских лагерей в формате онлайн	5
3	Содержание программы проведения детского лагеря при использовании формата онлайн	7
4	Проблемы и риски онлайн формата детского лагеря	9
5	Механизм реализации онлайн формата организации детского лагеря	12
6	Критерии и показатели эффективности проведения детских лагерей в формате онлайн	14
	Приложение 1. Главные вопросы при выборе детского лагеря в формате онлайн. Советы родителям.	16
	Приложение 2. Мнения экспертов	18
	Приложение 3. Анкета участника онлайн-смены	23

## Введение

Использование онлайн-форматов при разработке и проведении детских лагерей вызывает много вопросов у организаторов, разработчиков программ детских лагерей, родителей, самих детей. С одной стороны новые технологии способствуют распространению социально-значимых знаний, опыта эффективной коммуникации, и преподнесению их в наиболее яркой и понятной для ребенка форме в период каникулярного времени, с другой стороны важно просчитать «отложенные риски» участия несовершеннолетних участников таких лагерей.

Значимо, что в процесс разработки и проведения детских лагерей в формате онлайн вовлекаются не только педагоги, но и специалисты из других сфер деятельности.

*Онлайн-формат* нацелен на развитие социальных навыков детей и подростков при помощи компьютера или другого гаджета, подключенного к интернету в режиме «здесь и сейчас».

Термин «онлайн» указывает на способы взаимодействия, взаимосвязи участников и организаторов детского лагеря.

Во время онлайн-встреч участник смотрит материалы в прямой трансляции, выполняет интерактивные задания, обменивается файлами с организаторами и другими участниками, общается в чатах, проходит квесты и другие творческие испытания.

## **1. Определение детского лагеря в формате онлайн**

Детский лагерь в формате онлайн – интернет-площадка организации отдыха и оздоровления детей, образовательной и других организаций для проведения ограниченного временными рамками дистанционного двустороннего или группового общения и взаимодействия с несовершеннолетними.

Детский лагерь в формате онлайн представляет собой особую форму опосредованного взаимодействия между подготовленным к виртуальному общению взрослым (онлайн-вожатым) и ребенком по выстроенному безопасному маршруту программы детского лагеря и является дополнительной возможностью дистанционной организации свободного времени ребенка с соблюдением действующих норм нахождения за компьютером.

Близкие по смыслу термины – «Лагерная смена в формате онлайн», «Онлайн-смена».

## **2. Цель и принципы разработки и проведения детских лагерей в формате онлайн**

*Цель проведения онлайн-лагеря* – использование возможностей интернет, в частности социальных сетей, для организации программ позитивно-значимого досуга для детей в формате онлайн лагеря.

Принципы разработки и проведения детских лагерей в формате онлайн:

- принцип здоровьесбережения детей – участников онлайн-лагеря;
- принцип разумного сочетания времени, проведенного ребенком у экрана компьютера или планшета и активности вне зоны онлайн-общения (но в рамках программы лагеря);

- принцип чередования физической и интеллектуальной активности детей-участников;
- принцип учета готовности участника программы к качественному выполнению самостоятельных заданий и демонстрации результатов сверстникам, организаторам и вожатым детского лагеря в формате онлайн;
- принцип компетентности. Разработчики программы должны стремиться и поддерживать высокий уровень компетентности при организации программы онлайн-лагеря, использовать методы, основанные на полученном образовании и опыта;
- принцип ответственности и открытости перед профессиональным сообществом организаторов детского отдыха и разработчиков дистанционных образовательных программ. Организаторы детского лагеря онлайн должны осознавать специфику дистанционного общения участников детского лагеря, возможные социальные последствия своих действий для несовершеннолетних и их семей;
- принцип постоянной обратной связи. Организаторы детского лагеря онлайн должны максимально создать условия для реализации потребности в получении обратной связи каждого ребенка;
- принцип допустимости сленга и символизации общения. Организаторы детского лагеря онлайн должны осознавать, что язык общения в социальных сетях: сленговые обороты пиктограммы (эмодзи) для повышения степени эмоциональных реакций могут нести в себе амбивалентный характер и их использование также должно носить разумный характер;
- принцип взаимодополняемости онлайн и офлайн форматов программ детского лагеря.

### **3. Содержание программы проведения детского лагеря при использовании формата онлайн**

При разработке программы детского лагеря в формате онлайн необходимо учитывать все специфические аспекты, отличающие субкультуру детского лагеря от других социальных институтов детства. Традиционно программы продумываются по определенной тематике и в соответствии с концептуальной идеей авторов. Этот факт создает возможность ощущения целостного восприятия программы, логической связи между ее элементами и поэтапным ее освоением детьми и подростками. Тематика и выбранная авторами направленность дополнительного образования (техническая, естественнонаучная, художественная, физкультурно-спортивная, туристско-краеведческая или социально-педагогическая) позволяет отобрать определенные формы работы и наполнить их соответствующим содержанием, а детям и родителям помогает сориентироваться и сделать свой выбор. Кроме того, принимая во внимание, что программа лагеря в формате онлайн должна отличаться вариативностью от любой учебной программы образовательных организаций, необходимо уделить особое внимание творческому неформальному подходу в формулировании названий, как самой программы, так и онлайн событий, не снижая, тем не менее, уровня воспитательных мероприятий.

Содержание программы при использовании формата онлайн должно сохранять логику развития лагерной смены: иметь организационный период, основной и заключительный. Это необходимо учитывать при составлении содержания каждого дня, не смотря на то, что онлайн общение никогда не сможет заменить живого общения, как между детьми, так и взрослого с детьми. Тем не менее, по опыту проведения смен в формате онлайн, возможно адаптировать и активно использовать в программе игры, присущие субкультуре детского лагеря – на знакомство,

на взаимодействие, на сотрудничество - используя социальные сети и платформы онлайн-коммуникации (Skype , ZOOM и т.д.). Необходимо учитывать ограничения формата онлайн: коммуникативные игры способствуют взаимодействию участников программы, но не решают проблемы командообразования – то, что отличает организационный период любой смены реального оффлайн-лагеря.

Программа включает в себя план проведения каждого дня, содержащий в себе определенный алгоритм: от общей зарядки до «вечернего огонька» (рефлексии). События дня должны быть расписаны по времени и содержать справочную информацию (ссылки) на используемые интернет-ресурсы. В соответствии с возрастными ограничениями времени пребывания ребенка у компьютера, наполнение каждого дня не может превышать 4 – 5 онлайн событий (мероприятий)\*. Необходимо также учитывать перерывы между онлайн общением для активной деятельностью и отдыхом ребенка. Целесообразнее начинать день с рассылки плана на день и первым организационным сбором - общей информацией по распорядку дня. В распорядке дня важно учитывать время проведения каждого события (мероприятия) - как правило, это от 30 до 60 минут в зависимости от выбранной формы активности и возраста ребенка. План дня должен опираться на психо-физиологические особенности возраста детей, объединенных в отряд (рабочую группу и т.п.). Общими ритуалами дня могут быть – бодрое начало дня в виде «веселой зарядки» или «бодрого утра» и плавное завершение дня – например, «сказки на ночь», «песни под гитару», «вечерний огонек», «свечка». Такие совместные действия могут выступать в качестве катализатора важных эмоциональных переживаний и возможно их использовать в качестве ритуала плавного перехода от активной деятельности к вечернему отдыху. Как правило, первая половина дня наполнена творческими и

---

\* Методические рекомендации по рациональной организации занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий разработаны Минпросвещения России в 2020 году, размещены по адресу <https://docs.edu.gov.ru/document/3fc1af630afb644c0bed75ee27f0c020/>

образовательными мастер-классами – обучению новым знаниям и навыкам по программам дополнительного образования, которые должны отличаться от школьных уроков. Во вторую половину дня возможно включать больше конкурсных заданий (для младших) и проектной исследовательской деятельности для старших

При составлении программы и плана событий каждого дня лагеря в формате онлайн можно использовать следующие формы работы с детьми: квесты и квизы, мастер-классы, научные лаборатории, различные игры, викторины, конкурсы, творческие задания, концерты, онлайн театр, игры-путешествия, проекты. Из опыта реализованных онлайн смен организаторы отмечают в числе положительных результатов – это возможность использования ресурсов интернета для виртуальных путешествий по достопримечательностям различных стран мира.

Заключительный период лагеря в формате онлайн также должен отражать традиции, присущие педагогике детского лагеря. Ребенка необходимо бережно подготовить к завершению регулярного ежедневного онлайн общения, продумать, как это возможно сделать тактично и при этом с ощущением логического завершения программы. Это должно быть финальное событие, подводящее итог и фиксирующее результаты работы на протяжении всей программы. Это могут быть результаты совместной практической деятельности – общий коллаж творческих работ, видеоролики, концерт из выступлений, единое исполнение любимой песни, выпуск видео-журнала и др. Результатом последствия онлайн смены может быть продолжение существования группы в социальных сетях.

#### **4. Проблемы и риски онлайн формата детского лагеря**

Онлайн-формат в настоящее время является одним из инструментов, необходимых несовершеннолетним для расширения

возможностей в период каникулярного отдыха, которые в силу различных обстоятельств им могут быть недоступны.

Однако онлайн-формат — это лишь один из инструментов, и он не сможет в полной мере заменить то, что детский лагерь дает каждому ребенку в период лагерной смены.

Грядущие изменения в сторону цифровизации системы отдыха и оздоровления детей, дополнительного образования неизбежны. Очень важно чтобы детский лагерь сохранил свою самобытность и, не смотря на изменчивость содержания детского лагеря, традиции, на которых система детского отдыха и оздоровления детей основывается и без которых она непредставима, останутся в реальности.

Использование онлайн-формата проведения детских лагерей сопряжено с определенными проблемами, на которые необходимо обратить внимание при реализации программы такого лагеря. Наиболее критичными среди них являются следующие:

1. Онлайн-формат не воспроизводит очень важный для жизни ребенка социальный опыт, который можно получить в детском лагере офлайн:

- участие ребенка в программе детского лагеря — это, прежде всего, живой диалог между взрослыми и детьми, между сверстниками. Именно концепция живого диалога представляет собой основной аспект взаимодействия участников детского лагеря, благодаря которому новый социальный опыт личности приобретает, осмысливается и обновляется;

- научение правилам ведения живого диалога и участия в дискуссии. Навыки ведения корректного спора, риторики, свободного общения, безусловно, подразумевают очный контакт, при котором дискуссионты получают опыт социального познания и эффективного взаимодействия.

2. Онлайн-формат детского лагеря не отражает те традиции и ценности, которые заложены в идею каникулярного времени детства:

- каникулы в детском лагере— это не только получение ребенком новой информации и навыков ее адекватного применения, но это прежде всего особая культура, в рамках которой это знание преобразуется в активные, самостоятельные действия;

- получаемый в лагере новый эмоциональный и социальный опыт требует особой инфраструктуры, символического «места», в котором он будет сохраняться и приумножаться;

- онлайн-проекты в системе отдыха без осмысления организаторами рисков и последствий информатизации дистанционных форм взаимодействия могут задать тенденцию к поверхностному, не развивающему, а развлекательному времяпрепровождению детей.

3. Онлайн-формат детского лагеря не позволяет ребенку-участнику программы качественно и осмысленно осуществлять самостоятельную деятельность, так как программа направляется извне:

- ослабляется общий уровень стрессоустойчивости в отсутствии возможности реагировать на внешние раздражители;

- важная проблема онлайн формата детского лагеря заключается в том, что многие дети, находясь дома, не могут себе позволить закрыться в отдельной комнате на время активности детского лагеря. В домашних условиях онлайн встречи могут быть затруднены по бытовым причинам или по причине отсутствия частного пространства ребенка.

Механизм реализации программы детского лагеря онлайн должен учитывать угрозы и риски, существующие при организации деятельности в формате онлайн:

- бесконтрольность со стороны родителей, что приводит к посещению нежелательных интернет-ресурсов, возможное вовлечение детей в деструктивные сообщества (терроризм, экстремизм, сексуальное рабство, сообщества самоубийц и т.д.;

- превышение времени использования гаджетов детьми, что является предпосылками приводит к ухудшению их здоровья

(гиподинамия, ожирение, сколиоз, ухудшение зрения, активизация (возбуждение) различных отделов головного мозга и блокировка (торможение) других, а, соответственно, нарушение режима сна и бодрствования);

- формирование интернет и игровой зависимости, что в последствие может приводить к развитию симптомов асоциального поведения (повышенная тревожность, агрессия, возбудимость, социальная отстранённость и дистанцирование, повышенная конфликтность, деструктивное поведение и т.д.);

- развитие устойчивых навыков опосредованного общения (псевдо-общение) и утеря навыков непосредственного общения;

- ухудшение соматического здоровья детей-участников (головные боли, снижение остроты зрения, нарушения сна, снижение иммунитета, нарушения в работе сердечно-сосудистой системы, нарушения в работе эндокринной системы, перепады кровяного давления и проч.).

При разработке программы детского лагеря в формате онлайн необходимо проследить взаимосвязь структурных элементов программы и рисков социализации и воспитания участников.

## **5. Механизм реализации онлайн формата организации детского лагеря**

Разработка и проведение детских лагерей в формате онлайн осуществляется в соответствии с механизмами дистанционного общения с участниками программы смен в формате онлайн:

Рекомендуемая продолжительность смен детского лагеря в формате онлайн: 5-10 дней без учета выходных. Временной промежуток оптимален для участников, родителей, организаторов программы детского лагеря.

Разработчику программы рекомендуется предусмотреть организацию родительского контроля за нахождением ребенка в социальных сетях и оказание при необходимости помощи ребенку при

выполнении заданий организаторов программы, вожатых детского лагеря онлайн. Также важным элементом является вовлечение родителей и близких ребенка в совместную деятельность, эмоциональное взаимодействие, учет потребности в реализации притязания на признание ребенка.

Рекомендуемый временной график использования компьютеров и планшетов участниками программы:

- 7 – 9 лет — не более 1.5 часов в день в первой половине дня.
- 10 –13 лет — не более 2 часов, предпочтительно в первой половине дня
- 14 –17 лет — не более 2,5 часов в день с разбивкой по времени дня (утро, день, вечер).

*Особенности разработки, организации детского лагеря в формате онлайн*

Элементы системы коммуникативного взаимодействия, дистанционного общения участников детского лагеря онлайн	Структурные элементы детского лагеря онлайн	Социализирующие и воспитательные риски
Функциональные элементы, влияющие на формирование ценностно-смыслового и нравственно-этического поведения личности в социуме	Организационный	Инфраструктурные
	Содержательный	Информационные
	Управленческий	Организационно-поведенческие

**6. Критерии и показатели эффективности проведения детских лагерей в формате онлайн**

Для оценки качества и эффективности программ детских лагерей онлайн рекомендуется использовать три критерия связанные с изменениям отношения ребенка – участника программы к себе,

ближайшему социальному окружению, способам социального поведения.

– Мотивационный критерий – предполагает сформированность устойчивой мотивации саморазвития в условиях детского лагеря, потребность в приобретении новых компетенций;

– Деятельностный критерий – предполагает расширение знаний, способов достижений цели саморазвития и осуществление реальных действий, позитивного социального выбора.

– Рефлексивный критерий предполагает осуществление самоконтроля изменений в самом себе, осознание последствий саморазвития;

Программа детского лагеря онлайн будет эффективной если в ходе её реализации будут созданы условия для целенаправленных и последовательных педагогических действий, обеспечивающих включенность участника в события смены детского лагеря онлайн и стимулирующих его саморазвитие на основе рефлексии происходящего. К сожалению, в настоящее время на практике данные положения иногда игнорируются или подменяются «облегченным содержанием» программы.

С учетом вышеперечисленных критериев стало возможным разработать общий чек-лист показателей эффективности и результативности проведения детских лагерей в формате онлайн. Перечисленные параметры необходимо дополнять конкретными примерами тематических программ онлайн-лагерей. Ниже приведены критерии эффективности и результативности программ онлайн-лагерей, построенные на основании проведенного анкетирования детей-участников онлайн лагерей в период апрель-июнь 2020 года.

#### 1. Мотивационный критерий

- удовлетворенность участниками онлайн-смены (онлайн-лагеря) процессом проведения программы - **не менее 90% от общего числа участников;**

- удовлетворенность участниками взаимодействием с онлайн-вожатыми - **не менее 90 % от общего числа участников;**

- на сколько участники удовлетворены результатами программы онлайн-смены (онлайн-лагеря) – **не менее 90 % от общего числа участников;**

- возникновение устойчивого интереса к *содержанию программы онлайн-лагеря / к тематике программы* – **не менее 80% от общего числа участников;**

- возникновение желания узнать по теме программы онлайн-смены *дополнительную информацию (последствие)* - **не менее 70% от общего числа участников;**

- возникновение интереса к *внутриличностному изменению и развитию качеств*, заложенных в основе программы онлайн-смены /онлайн-лагеря – **не менее 60% от общего числа участников.**

## 2. Деятельностный критерий

- возникновение желания *действовать и развиваться в позитивном общении со сверстниками* – **не менее 90% от общего числа участников;**

- возникновение желания *действовать и развиваться в общении с интересными людьми* – **не менее 80% от общего числа участников;**

- возникновения желания *развивать в себе качества позитивного выбора безопасного развивающего общения и взаимодействия* – **не менее 70% от общего числа участников.**

## 3. Рефлексивный критерий

- возникновение и развитие *рефлексии собственных мыслей и поступков* – **не менее 70% от общего числа участников**

**Главные вопросы при выборе детского лагеря в формате онлайн. Советы родителям.**

В многообразии форматов и названий программ детских лагерей родителям, детям легко потеряться и зачастую сложно выбрать качественную программу детского лагеря не наносящую вред здоровью, социальному благополучию и развитию ребенка в период школьных каникул.

При выборе программы для ребенка рекомендуем родителям получить ответы от организаторов детского лагеря в формате онлайн, прежде чем записывать ребенка в детский лагерь.

Рекомендуемый перечень вопросов:

*Есть ли бесплатные пробные занятия, мастер-классы или ознакомительные фрагменты уже проведенных программ детского лагеря в формате онлайн?*

Демо-версии занятий, мастер-классов и т.д. помогут ознакомиться с содержанием программы, уровнем подачи материала специалистами смены (программы) и решить, подходит ли ребенку (в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями) Онлайн-формат детского лагеря.

*Какие требования программа предъявляет к участникам?*

Если в программе прописаны требования к уровню подготовки или навыкам участника — это означает, что она разработана для конкретной целевой детской аудитории и имеющегося определенного социального опыта, что повышает степень достоверности содержания программы детского лагеря в формате онлайн.

*Нужно ли будет участнику самостоятельно выполнять какие-либо задания (творческие, трудовые, интеллектуальные, спортивные, проектные)?*

Наличие практических заданий — является плюсом при использовании формата онлайн. Баланс самостоятельности при выполнении задания участником и демонстрация полученных результатов повышает вероятность качественного освоения новых социальных навыков и способов взаимодействия не только в формате онлайн, но и офлайн.

*К кому можно обратиться в случае технических проблем (доступ к материалам программы, организаторам, вожатым)? Кто и как быстро их сможет решить?*

В идеале, у участника смены детского лагеря в формате онлайн должен быть свой виртуальный кабинет. Там происходит все общение, демонстрация выполненных заданий, обсуждение планов дня с вожатыми и администраторами социальных сетей. При отсутствии личного кабинета участника, организаторы детского лагеря онлайн должны указывать контактные номера, адреса почты и/или ссылки на профили в социальных сетях администраторов и кураторов для связи.

*Каким образом участникам смены детского лагеря онлайн можно связаться с администраторами событий смены, вожатыми для консультации и как часто это можно делать?*

Наличие и частота общения с организаторами детского лагеря значительно влияет на качество реализации программы детского лагеря. Чем проще участнику проконсультироваться и уточнить правильность выполнения заданий, тем выше качество онлайн-формата детского лагеря

### Мнения экспертов:

*Андрей Анатольевич Данилков*

*Кандидат психологических наук, доцент Новосибирского государственного педагогического университета, Председатель Правления Фонда развития детских лагерей*

### **Риски и угрозы при проведении онлайн смен**

По исследованиям ведущих психиатров, психологов, психотерапевтов на сегодня существует серьезная угроза обществу при систематическом использовании детьми различных гаджетов – происходит формирование дегуманизированной интернет-аддиктивной личности, в основе которой заложена аутодеструкция и тревога. Данные паттерны развиваются на основе сформированной у детей и подростков зависимости:

- интернет-аддикция;
- гаджето-зависимость;
- компьютерная аддикция;
- игровая зависимость (компьютерные и сетевые игры).

Это новые виды зависимости – все они связаны с цифровизацией и действуют по схеме наркотической зависимости. Среди специалистов данные зависимости получили своё название – цифровая наркомания.

По сути, человек попадает в замкнутый невротический круг, спираль, каждый виток которой приводит к ещё более высокой степени зависимости и ещё большей тревоге. Природа данного явления – в химических реакциях нашего организма и коры головного мозга – выработке гормона дофамина – гормона удовольствия. При каждом витке потребность в нём всё больше и больше... Новые оповещения стимулируют выработку будоражащих мозг человека гормонов, снижение их концентрации в крови толкает детей вновь и вновь заглянуть в экран планшета или компьютера.

При проведении онлайн-смен эта тенденция является серьезной угрозой для детей-участников таких смен. Формирующийся мозг рано или поздно повернет на путь деструктивного недоразвития своих функций. У ребенка младшего школьного возраста, младших подростков

ещё нет сформированной и закреплённой волевой регуляции и вместе с информацией от своих онлайн-вожатых, они «по пути» могут зайти на сайты, которые им в силу возраста посещать ещё не нужно. Поэтому в сеансах общения с рамках смены должны принимать участие взрослые – родители детей-участников, что создает дополнительные трудности в организации деятельности смен.

Что может быть последствием частого использования гаджетов или обращения к компьютеру с целью участия в онлайн сменах? Данные угрозы логично разделить на две группы: воздействующие на личность ребенка и влияющие на его физическое здоровье. *В первой группе угроз:*

- личностные изменения: уход от реальности, дистанцирование от близких, разрыв дружеских отношений, агрессия, нервозность, снижение критичности мышления и т.д.;

- деформация межличностной сферы: разрыв внутрисемейных, межпоколенных и внутрипоколенных связей;

- деформация личности: искажение представлений о себе и своих способностях, представление себя в сети как другого человека (в том числе другого пола);

- деструктивное поведение: отказ от обучения в школе, вовлечение в секты, деструктивные организации, суицидальное поведение;

- снижение способности к саморегуляции и самоконтролю, начинает «страдать» дисциплина;

- гаджеты повышают риск развития слабоумия. Высокая скорость и постоянная смена медиа-контента в электронных гаджетах приводят к негативным изменениям в головном мозге и психике детей. Если взаимодействие ребенка с гаджетами находится в рекомендуемых рамках, то мозг и психика успевают восстанавливаться и необратимые изменения не наступают. Если же общение с электронными устройствами превышает допустимые нормы, то происходит постепенная деградация всех познавательных процессов, общее снижение познавательной деятельности. Это сопровождается затруднением в усвоении новой информации, новых практических навыков. Далее наступает частичная утрата усвоенных ранее знаний, умений и практических навыков. И, в конце концов, наступает так называемая «цифровая деменция» — слабоумие, вызванное чрезмерным и беспорядочным общением с электронными устройствами.

Таким образом, уход в виртуальный мир онлайн-смен может замедлить и затруднить не только социализацию детей. Ребенок, который много времени проводит, общаясь с электронными

устройствами, как правило, кроме проблем со здоровьем имеет проблемы с общением в реальном мире, снижает показатели умственного развития. Коммуникативные навыки, необходимые для реальной жизни, в виртуальном общении получить невозможно. Чрезмерное увлечение гаджетами «отрывает» ребенка от реалий повседневной жизни и делает его более уязвимым. Таким детям бывает сложно адаптироваться в обществе сверстников, поскольку они не знают, как строить общение в реальной жизни. Не получая удовлетворения от реального общения, ребенок возвращается в мир виртуальный.

Получается своего рода замкнутый круг, из которого все труднее и труднее «вырваться». В будущем таким детям будет труднее приспособиться ко взрослой жизни и добиться в ней успеха.

*Вторая группа угроз:*

- ухудшением соматического здоровья: быстрая утомляемость, дистрофия/ожирение, нарушение сна, частые простудные и вирусные заболевания, гиподинамия;

- дети, часто взаимодействующие с гаджетами, гораздо чаще страдают повышенной возбудимостью, у них снижаются интеллектуальные способности, падает их обучаемость и, соответственно, успеваемость;

- гиподинамия, задержка физического развития. Недостаток физической активности отрицательно сказывается на всех психических процессах и может повлечь за собой задержку психического развития;

- ожирение, лишний вес. Дети, которые часто пользуются мобильными устройствами, гораздо чаще страдают от лишнего веса. Причиной этого служит как недостаток физической активности, так и привычка к «попутному» поглощению пищи. При этом мозг, занятый гаджетом, пропускает сигналы о насыщении и пища продолжает поглощаться. Чрезмерное количество пищи является для организма большим стрессом, поэтому ожирением дело, к сожалению, не заканчивается. Частенько у таких детей развивается диабет, повышается риск ранних инсультов и инфарктов.

- недосыпание и ухудшение качества сна. По данным медицинских и психологических исследований более 75 % детей страдают от недосыпания, тратя время, предназначенное для сна, на общение с гаджетами. Кроме того, использование электронных устройств в вечернее время, а особенно — перед сном, приводит нервную систему ребенка в возбужденное состояние, которое мешает нормальному

засыпанию и отрицательно влияет на качество сна в целом. По степени вредности для здоровья недосыпание можно сравнить с недоеданием. И одно, и другое приводит к истощению организма. А истощение чревато разными заболеваниями;

- воздействие вредного электромагнитного излучения опасно, прежде всего, для детей. Детский организм, находящийся в состоянии роста и развития, наиболее чувствителен ко всем негативным факторам. А электромагнитные излучения, как доказано исследованиями, приравниваются к классу канцерогенов и имеют довольно высокую степень опасности.

Таким образом, организаторы онлайн смен должны понимать всю серьезность вышеперечисленных угроз и осознавать ответственность, лежащую на их плечах. Время, проведенное детьми перед экранами гаджетов или мониторов, должно быть строго дозировано. Сидение без движения должно чередоваться с физической активностью. Направленность и содержание занятий рекомендуется разнообразить: изо, музыка, чтение, двигательная активность, рукоделие, сочинительство, конкурсы, викторины и т.д..

### ***Фришман Ирина Игоревна***

*Доктор педагогических наук, профессор, главный научный сотрудник Института изучения детства, семьи, воспитания РАО, зампредседателя Международного союза пионерских организаций – Федерации детских организаций, автор-разработчик специализированных и тематических смен в летних лагерях*

### **Летний отдых онлайн: эрзац не заменит оригинал**

Летний отдых онлайн в сложившейся эпидемиологической ситуации может стать одним из способов объединения детей через Сеть. Но если расценивать это с точки зрения воспитания и педагогики, мы понимаем, что это совершенно неэффективно.

Во-первых, онлайн-воспитания не существует. Для воспитания необходимо взаимодействие и общая радость от совместного результата.

Во-вторых, меня как родителя и как специалиста, давно занимающегося темой летнего отдыха, смущает, что мы не знаем качества предлагаемых детям программ.

В-третьих, проблема здоровья. Если ребенок несколько часов сидит за компьютером, о каком отдыхе и оздоровлении можно говорить?

Я не сторонник запрета гаджетов для детей, но должно быть чувство меры. Такой отдых возможен в нынешней экстремальной ситуации, но к нему нужно относиться очень аккуратно. Если ребенок войдет в интернет, есть опасение, что он из него не выйдет, и мы ему будем уже неинтересны. Но есть другая сторона проблемы: если ребенка не увлечет таким «лагерем», он будет искать и найдет себе «хорошую компанию».

В то же время виртуальные лагеря могут оказаться недоступными для малообеспеченных семей, семей мигрантов и других социально неблагополучных категорий.

Кострома, Новосибирск, Самарская область, «Артек» еще в марте провели очень качественные досуговые программы для детей. Но мы прекрасно понимаем, что между реальным и виртуальным «Артеком» большая разница. Такие формы можно расценивать как дополнительные, поддерживающие, а не как основные. Например, последний звонок онлайн никак не вдохновляет. Точно так же летний отдых не может нас вдохновить. Есть эрзац, а есть оригинал. И оригинал – это наши традиции по организации интересного, разнообразного отдыха, которых нет ни в какой другой стране мира. Ответить однозначно, хорош или плох виртуальный отдых, мы не сможем до тех пор, пока не выработаем критериев и не сформулируем наши ожидания.

Мы хотим развлечь детей, предложив им «пятую образовательную четверть» через разные виды виртуальной активности, или же мы хотим предложить и семье, и ребенку позитивную социальную общественную сеть?

В лагере ребенок становится самостоятельным, и это самый важный результат. К сожалению, в удаленном формате такое качество не формируется. Надеюсь, детям скоро представится возможность провести летние каникулы в кругу друзей, на природе и получить реальные впечатления.

**Анкета участника онлайн-смены**

*Дорогой друг!*

*Для нас важно твое мнение об участии и результатах онлайн-смены (онлайн-лагеря). Предлагаем ответить на несколько вопросов. Каждый ответ содержит пять вариантов (по степени выраженности). Выбери только один из вариантов на каждый вопрос.*

*Большое спасибо за искренние ответы!*

*Ты помогаешь нам стать лучше!*

1. Оцени по 5-ти балльной системе, на сколько тебе понравилась *организация проведения онлайн-смены*: распорядок каждого дня, удобность расположение онлайн-событий, чередование активного участия и перерывов на отдых и т.д.

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ПОНРАВИЛ ОСЬ	НЕ ПОНРАВИЛ ОСЬ	ЧТО-ТО ПОНРАВИЛ ОСЬ, А ЧТО-ТО НЕ ОЧЕНЬ	ПОНРАВИЛ ОСЬ	ОЧЕНЬ ПОНРАВИЛ ОСЬ

2. Оцени по 5-ти балльной системе *работу онлайн-вожатых*

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ПОНРАВИЛ ОСЬ	НЕ ПОНРАВИЛ ОСЬ	ЧТО-ТО ПОНРАВИЛ ОСЬ, А ЧТО-ТО НЕ ОЧЕНЬ	ПОНРАВИЛ ОСЬ	ОЧЕНЬ ПОНРАВИЛ ОСЬ

3. Насколько ты доволен *результатами (итогами) программы онлайн-лагеря*. Оцени по 5-ти балльной системе

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ПОНРАВИЛ ОСЬ	НЕ ПОНРАВИЛ ОСЬ	ЧТО-ТО ПОНРАВИЛ ОСЬ, А ЧТО-ТО НЕ ОЧЕНЬ	ПОНРАВИЛ ОСЬ	ОЧЕНЬ ПОНРАВИЛ ОСЬ

4. Оцени по 5-ти балльной системе, насколько тебе была интересна *тематика программы онлайн-лагеря*

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ПОНРАВИЛ ОСЬ	НЕ ПОНРАВИЛ ОСЬ	ЧТО-ТО ПОНРАВИЛ ОСЬ, А ЧТО-ТО НЕ ОЧЕНЬ	ПОНРАВИЛ ОСЬ	ОЧЕНЬ ПОНРАВИЛ ОСЬ

5. Оцени *твое желание самостоятельно в дальнейшем изучать темы онлайн-событий и мероприятий программы онлайн-лагеря*

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ИНТЕРЕСНО ЭТИМ ЗАНИМАТЬСЯ	НЕТ ЖЕЛАНИЯ	МОЖЕТ БЫТЬ, НО ТОЧНО НЕ УВЕРЕН(А)	ИНТЕРЕСНО ИЗУЧИТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО	ОЧЕНЬ ХОЧУ ИЗУЧАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО И ДАЛЬШЕ

6. Оцени, насколько тебе стало *интересно развивать в себе качества* в тематике программы онлайн-лагеря

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ИНТЕРЕСНО ЭТИМ ЗАНИМАТЬСЯ	НЕТ ЖЕЛАНИЯ	МОЖЕТ БЫТЬ, НО ТОЧНО НЕ УВЕРЕН(А)	ИНТЕРЕСНО РАЗВИВАТЬ В СЕБЕ КАЧЕСТВА	ОЧЕНЬ ХОЧУ РАЗВИВАТЬСЯ И ДАЛЬШЕ

7. Оцени, насколько у тебя возникло *желание развиваться в позитивном общении со сверстниками*

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ИНТЕРЕСНО ЭТИМ ЗАНИМАТЬСЯ	НЕТ ЖЕЛАНИЯ	МОЖЕТ БЫТЬ, НО ТОЧНО НЕ УВЕРЕН(А)	ИНТЕРЕСНО РАЗВИВАТЬСЯ В ОБЩЕНИИ СО СВЕРСТНИКАМИ	ОЧЕНЬ ХОЧУ РАЗВИВАТЬСЯ И ДАЛЬШЕ

--	--	--	--	--

8. Оцени, насколько у тебя возникло *желание развиваться в общении с интересными людьми*, представляющими тематику программы онлайн-лагеря и содержание онлайн-событий

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ИНТЕРЕСНО ЭТИМ ЗАНИМАТЬСЯ	НЕТ ЖЕЛАН-ИЯ	МОЖЕТ БЫТЬ, НО ТОЧНО НЕ УВЕРЕН(А)	ИНТЕРЕСНО РАЗВИВАТЬСЯ В ОБЩЕНИИ	ОЧЕНЬ ХОЧУ РАЗВИВАТЬСЯ И ДАЛЬШЕ

9. Оцени по 5-ти балльной системе, насколько тебе было бы интересно развивать в себе качества *позитивного выбора безопасного развивающего общения и взаимодействия*

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ИНТЕРЕСНО ЭТИМ ЗАНИМАТЬСЯ	НЕТ ЖЕЛА-НИЯ	МОЖЕТ БЫТЬ, НО ТОЧНО НЕ УВЕРЕН(А)	ИНТЕРЕСНО РАЗВИВАТЬСЯ И ДЕЛАТЬ ВЫБОР	ОЧЕНЬ ИНТЕРЕСНО

10. Насколько ты хотел(а) бы развивать способности анализировать собственные мысли и поступки

1	2	3	4	5
СОВСЕМ НЕ ИНТЕРЕСНО ЭТИМ ЗАНИМАТЬСЯ	НЕТ ЖЕЛАН-ИЯ	МОЖЕТ БЫТЬ, НО ТОЧНО НЕ УВЕРЕН(А)	ИНТЕРЕСНО РАЗВИВАТЬСЯ И АНАЛИЗИРОВАТЬ МЫСЛИ И ПОСТУПКИ	ОЧЕНЬ ИНТЕРЕСНО

У ч е б н о е   и з д а н и е

Фришман Ирина Игоревна  
Данилков Андрей Анатольевич  
Коваль Светлана Анатольевна  
Проценко Леонид Михайлович

**Концептуальные основы разработки и проведения  
детских лагерей в формате онлайн**

*Рекомендации по организации деятельности*

В авторской редакции

Компьютерный набор: *Н.П.Ликоренко*

Верстка:

---

Подписано в печать 26.06.20 Формат 60 x 84/16 усл. печ. л.  
Печать ..... Заказ ..... Тираж 500 шт.  
Новосибирский издательский дом  
г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104  
Телефон: (383) 363-09-28, 299-29-80. E-mail: kneti@yandex.ru  
г. Москва, Никитский бульвар, 7  
Телефон: +7-913-917-2980. E-mail: knjigosibirsk@yandex.ru

---