

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
города Бузулука «Центр детского творчества «Радуга»**

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» мая 2023 г.
Протокол № 2



Утверждаю
Директор МБУДО «ЦДТ «Радуга»
О.Ю. Гостева
Приказ № 01-07/29
от «29» мая 2023 г.

Программа профильной смены



Возраст детей: 6-18 лет

Срок реализации: одна летняя лагерная смена – 21 день

Автор-составитель:

**Выскребенцева Ольга Николаевна,
старший педагог дополнительного об-
разования высшей квалификационной
категории**

г. Бузулук, 2023

Содержание

Паспорт программы	4
1. Пояснительная записка	7
Актуальность программы	10
Новизна программы	11
Отличительные особенности программы	11
Направленность программы	14
Адресат программы	14
Цель и задачи программы	14
Ожидаемые результаты	15
Принципы реализации программы	18
Технологии воспитательной деятельности	19
Методы реализации программы	20
2. Содержание программы смены	23
Этапы реализации программы	23
Направления деятельности в рамках программы	28
Модель игрового взаимодействия	33
Система детского самоуправления	35
Система мотивации и стимулирования	38
План-сетка смены	40
3. Ресурсное обеспечение программы	48
Кадровое обеспечение программы	48
Информационно-методическое обеспечение	49
Материально-техническое обеспечение программы	50
4. Механизм оценивания эффективности реализации программы	50
5. Факторы риска	52
6. Система обратной связи	53
7. Список использованной литературы	53
8. Приложения	

Приложение 1. Методы реализации программы	57
Приложение 2. Критерии оценки качества реализации программы	60
Приложение 3. Режим дня профильного лагеря «Олимп»	79
Приложение 4. Атрибутика лагеря	80
Приложение 5. Тематические «Огоньки»	87
Приложение 6. Игровые и развлекательные программы	92
Приложение 7. Познавательные программы	157
Приложение 8. Спортивные мероприятия	173
Приложение 9. Беседы	185
Приложение 10. Минутки здоровья	201
Приложение 11. Минутки безопасности	251
Приложение 12. Копилка игр	263

Пояснительная записка

*Лагерь – это место, где каждый ребенок
может состояться как уникальная личность...*

*Лагерь – это большая, умная Игра,
которая помогает детям радоваться жизни,
праздновать жизнь практически ежедневно.*

С.А. Шмаков

Лагерь – это сфера активного отдыха. Детские оздоровительные лагеря являются частью социальной среды, которая дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореализации. Лагерь с дневным пребыванием обучающихся призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей. Летний лагерь является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой – пространством для оздоровления, развития творческого потенциала.

В тоже время летний период – это продолжение образовательного процесса в учреждениях дополнительного образования.

Занятия физкультурой и спортом в летний период прекрасная возможность для одних повысить свой уровень спортивного мастерства и подготовиться к новому спортивному сезону, а для других прекрасная возможность закрепить пройденный учебно-тренировочный материал.

Организованная деятельность детей в каникулярный период является продолжением образовательного процесса, но не традиционными учебно-тренировочными занятиями, а спортивно – игровым методом. Многие считают, что игра – это развлечение, а вот традиционное занятие – это труд. Такой подход не способствует раскрытию потенциальных возможностей ребенка как творческих, так и спортивных, а игра была и будет одним из самых эффективных методов. Спортивно-игровой метод проведения смены (особенно в летний период) позволит сделать интересным и увлекательным даже

самое обычное учебно-тренировочное занятие, главное создать творческую и демократичную обстановку. В программу включены спортивно-игровые мероприятия, которые способствуют сплочению коллектива, разовьют потребность в общении и повысят физических качеств обучающихся.

«В тренировках нет каникул!» – эта формула стала правилом при организации профильного лагеря «Олимп» в МБУДО «ЦДТ «Радуга. Профильный лагерь является формой организации образовательной деятельности в лагере дневного пребывания.

На протяжении нескольких лет педагогический коллектив профильного лагеря применяет и совершенствует игровую педагогическую технологию.

В программе предполагается с помощью сюжетно-ролевой игры «Академия спорта» эффективно реализовать поставленные задачи.

Данная игра – это реальная жизнь в предлагаемых обстоятельствах. В такой игре создается ситуация выбора, ведь ребенок выбирает не только направление своего участия в игре, но и способ достижения цели.

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конституцией Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993, с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020);
- Конвенцией о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (ратифицирована для СССР 15.09.1990);
- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании»;
- Федеральным законом «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 №323-ФЗ;
- Федеральным законом от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 29.12.2010 №436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;

- Федеральным законом от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Указом Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указом Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Планом основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р);
- Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования» (утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 26. 12.2017 №1642);
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» (утвержден президентом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16.)
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Национальным стандартом Российской Федерации ГОСТ Р 52887-2007 «Услуги детям в учреждениях отдыха и оздоровления»;

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р);

- Примерной рабочей программой воспитания для организаций отдыха детей и их оздоровления с учетом дополнений и изменений (подготовлена ФГБОУ «Всероссийский детский центр «Смена» на основе Примерной рабочей программы воспитания для общеобразовательных организаций, разработанной Федеральным государственным бюджетным научным учреждением «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования» и одобрена на методическом совете ФГБОУ «Всероссийский детский центр «Смена», протокол от 7 апреля 2023 г. № 5).

Локальные акты

- Устав МБУДО «ЦДТ «Радуга»;
- Положение о лагере дневного пребывания;
- Инструкции по охране труда;
- Должностные инструкции.

Актуальность программы. В настоящее время в обществе по-настоящему оценена значимость физической культуры и спорта в укреплении здоровья настоящего и будущего поколения нации. Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры.

Физическое воспитание тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием, учит дисциплинировать себя, выраба-

тывает твердый характер, учит четко выполнять нормы и правила спортивной этики, уважать соперника, судей, развивает умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе. Спортивные занятия помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в выбранном виде спорта. Самым ярким примером культивирования здорового тела и духа может служить история Древней Греции. В мифах и легендах про олимпийцев и титанов, мы находим образцы почитания красоты человеческого тела и величия духа. Поэтому не случайно выбрано название профильного лагеря – «Олимп».

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает сочетание тренировочных занятий (под руководством квалифицированного педагога дополнительного образования), различных игровых развлекательных и познавательных программ, направленных на гражданское, нравственное, эстетическое и экологическое воспитание подрастающего поколения. В период проведения смены ребята не только продолжают знакомиться с избранным видом спорта, но и получают много информации по формированию здорового образа жизни и спортивного поведения. Данная программа является *модифицированной*.

В соответствии с Указом Президента Владимира Путина 2023 год в Российской Федерации объявлен Годом педагога и наставника. В содержание программы включены мероприятия в соответствии с объявленным Годом педагога и наставника и календарем памятных дат 2023 года.

Формирование социально-активной личности младшего школьника в рамках данной программы основывается на духовно-нравственных ценностях, значимых для его личностного развития и доступных для понимания: Родина, семья, команда, природа, познание, здоровье.

Отличительные особенности программы. Нами были проанализированы программа профильного спортивно-оздоровительного лагеря дневного пребывания «Спортландия» (Фадеева Н.С., Юргайтис Д.В., Столяров А.Н.),

программа летнего профильного спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием «Спорт – это жизнь» (Александрова Л.Н.), программа летнего спортивного лагеря дневного пребывания «Олимпиец» (Дементьев Е.Н.), программа деятельности лагеря с дневным пребыванием детей «Искорка» «Академия летних каникул» (Попова Т.В., Тимошина А.М., Елисеева Е.В., Хрыкина Т.М.).

Отличием данной программы от уже существующих является:

- деятельность отрядов разновозрастного состава, малых групп сменного состава (обогащение и передача опыта социального взаимодействия, обмен практическими знаниями);
- преемственность с образовательным процессом посредством использования инновационных педагогических технологий (исследовательская деятельность, технология формирования адекватной самооценки, коммуниктивно-диалоговая технология, др.)
- использование элементов геймификации (игры – квесты, путешествия – экскурсии, инсценировки, ролевые игры);
- дополнительное обучение одаренных детей в выбранном виде спорта – настольный теннис.

Основным механизмом реализации лагерной деятельности является сюжетно – ролевая игра «Академия спорта», где в каждый тематический день заложена идея-открытие. Ей подчинены все мероприятия этого дня, создается определенный эмоциональный настрой. Через проведение тематических мероприятий каждому ребенку предоставляется возможность почувствовать себя инициатором и организатором проводимых дел, активным участником жизни лагеря. Дети в сотрудничестве с взрослыми будут совершать разного рода открытия: мир вокруг, мир науки, спорта, познание себя и новых друзей, свои способности и таланты, представление о прошлом, настоящем и будущем своей страны и своей малой родины.

Ребятам будет предоставлена уникальная возможность почувствовать себя в качестве активного спортсмена, игрока, знатока, помощника, изобретателя, исследователя, артиста и т.д.

При составлении программы учитывались возрастные особенности контингента лагеря, пожелания и интересы детей, запросы их законных представителей, положительный и социально-признанный опыт профильного лагеря «Олимп» прошлых лет по организации летнего оздоровительного отдыха детей и подростков, высокий уровень подготовки педагогического коллектива, социокультурные особенности Оренбургской области и города Бузулука.

В программе деятельности профильного лагеря «Олимп» отражены цель и задачи смены, обоснованы способы их достижения, указаны основные принципы, условия и этапы реализации программы, сформулированы планируемые результаты, приведены механизмы контроля и критерии оценки результатов. Тематический план программы включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха, социализации, развития и воспитания детей в условиях лагеря, содержит мероприятия, направленные на обеспечение безопасности жизнедеятельности детей, профилактику здорового образа жизни и детского травматизма, достижения высоких спортивных результатов.

Под девизом *«Лучшие каникул могут быть только хорошо организованные каникулы!»* программа «Академия спорта» будет реализована педагогическим коллективом МБУДО «ЦДТ «Радуга» г. Бузулука в сотрудничестве с различными городскими организациями.

В основе спортивной деятельности лагеря лежит соперничество и стремление к достижению победы в соревнованиях, спортивных играх, эстафетах, конкурсах, турнирах. Победа, достигнутая в честном соперничестве при соблюдении нравственных норм и принципов, формирует и подкрепляет такие нравственные качества, как честь, достоинство, справедливость, ответственность.

Ведущей идеей программы является активизация познавательных интересов в различных направлениях: физкультурно-оздоровительном, гражданско-патриотическом, интеллектуальном, культурологическом, творческом, социально-профилактическом, эколого-краеведческом, духовно-нравственном, что соответствует приоритетным задачам национального проекта «Образование».

Направленность программы – физкультурно-спортивная. Программа направлена на укрепление физического, психического, нравственного здоровья детей, формирование здорового образа жизни, развитие личностных качеств воспитанников.

Адресат программы. Целевой аудиторией программы являются дети – 6-18 лет. Это обучающиеся творческого объединения «Настольный теннис» МБУДО «ЦДТ «Радуга», достигшие в течение учебного года высоких личных результатов. Всего 16 человек. Дети зачисляются в профильный лагерь «Олимп» на основании письменных заявлений родителей.

Цель программы: формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни, интереса к занятиям физической культурой и спортом через включение в физкультурно-спортивную деятельность.

Задачи программы:

- способствовать приобретению конкретных знаний, умений и навыков в избранном виде спорта (настольный теннис), умений и навыков заботы о своем здоровье;
- организовать совместную деятельность, направленную на развитие творческих, интеллектуальных, организаторских способностей, умения работать в команде;
- организовать деятельность, направленную на развитие физических качеств (сила, ловкость, координация, быстрота, выносливость, гибкость), самоконтроля;

- способствовать формированию интереса к избранному виду спорта, дисциплинированности, силы воли;

- способствовать формированию социально-значимых качеств (патриотизм, гражданская позиция, уважительное отношение к истории своей страны и родного края, бережное сохранение традиций своего народа) как главных общечеловеческих ценностей.

Ожидаемые результаты. В ходе реализации данной программы воспитанники:

- приобретут конкретные знания, умения и навыки в избранном виде спорта (настольный теннис), умения и навыки заботы о своем здоровье;

- разовьют лидерские, организаторские и творческие способности, умение работать в команде;

- повысят уровень развития физических качеств (силы, ловкости, гибкости, координации, быстроты, выносливости).

У воспитанников будут сформированы:

- социально-значимые качества (патриотизм, гражданская позиция, уважительное отношение к истории своей страны и родного края, бережное сохранение традиций своего народа) как главные общечеловеческие ценности;

- устойчивый интерес к занятию настольным теннисом;

- дисциплинированность, сила воли, трудолюбие.

Реализация данной программы позволит:

Детям и подросткам:

- развить творческий потенциал и познавательную активность через групповые и индивидуальные формы работы;

- осуществить осознанный выбор социальной роли в рамках предложенной тематической смены;

- быть сопричастным к ярким событиям в стране, почувствовать гордость за свою Родину, свой край и свой народ, проявить уважение к истории страны и родного края, их духовно нравственным традициям;

- осуществление экскурсий, походов, прогулок помогут детям обрести новые знания о родном крае, научат их бережно и с любовью относиться к своей малой Родине;

- приобрести опыт коллективного творчества, толерантного общения, выработки индивидуальных стратегий и тактик эффективного партнерского общения;

- закрепить спортивные достижения и повысить спортивный уровень.

Педагогам:

- выйти на новый уровень сотворчества детей и педагогов;

- приобрести навыки в работе по формированию здорового образа жизни детей, проектирования и конструирования эффективных средств общения с детьми и сотрудниками;

- приобрести новый опыт организации игровой и познавательной деятельности детей, возможность применения этого опыта в основной педагогической деятельности;

- пополнить банк педагогической практики.

Родителям:

- получить высокий уровень удовлетворенности качеством оказания услуги по организации летнего отдыха детей и подростков в лагере;

- обеспечить безопасность жизнедеятельности своих детей в каникулярный период.

Главным результатом реализации программы должно стать оздоровление детей, интересный, насыщенный событиями и впечатлениями летний отдых.

В лагере ребята должны овладеть *коммуникативными умениями* (жить дружно в отряде, ежедневно сотрудничать друг с другом, взаимодействовать с ребятами из других отрядов и с педагогами); *навыками ведения здорового образа жизни* (организации здорового досуга, пользования правилами безопасности жизнедеятельности).

Результатом *профилактической работы* станет приобретение детьми

знаний о здоровом образе жизни, разучивание интересных подвижных игр, устойчивость перед рекламой вредных привычек. Работа различных кружков по интересам, экскурсии в кинотеатр, музей, библиотеку также даст ребятам представление о культурной организации своего досуга, расширит их кругозор, а так же будет способствовать формированию у них толерантности и уважительного отношения к культурным традициям и истории, как своей страны, так и родного города.

Стать обладателем звания «Лучший факультет «Академии спорта» сможет только самый сплоченный отряд, потому что целью жизни в лагере ставиться не только получение ребятами знаний в самых различных областях и спорте, но и умение дружно жить в коллективе. Ожидается, что соревнования между отрядами сплотит ребят внутри отряда, а значит, повысит психологический климат в нем, позволит каждому ребенку почувствовать свою нужность, подарит ощущение себя членом единой команды.

Система личностного роста позволит ребятам полнее раскрываться в коллективе, в спорте, в мероприятиях, в общественно-полезном труде. Предполагается повысить социометрические статусы замкнутых детей, а у лидеров развить их организаторские способности.

Ожидается, что на *экранах настроения* дети будут «раскрашивать» свое настроение только в позитивные, яркие цвета (желтый, оранжевый, голубой). Это послужит верным признаком того, что ребята хорошо и интересно отдыхают в лагере.

Таким образом, предполагается на протяжении смены создать такой психологический климат, чтобы каждый ребенок мог в полной мере отдохнуть, восстановить свои силы, раскрыть творческие способности, которые не смог реализовать в течение учебного года и пообщаться со своими друзьями и взрослыми в более неформальной обстановке. Причем наиболее желательным является такой вариант, при котором будет налажен контакт не только между членами одного отряда, но и между большинством ребят, отдыхающих в лагере.

Программа профильного лагеря «Олимп» опирается на следующие **принципы:**

- *принцип безопасности жизни и здоровья детей, защита их прав и личного достоинства;*
- *принцип гуманистической ориентированности:* определяет ценность, уникальность и внутренний потенциал человеческой личности;
- *принцип педагогической целесообразности:* заключается в необходимости понимания педагогическим коллективом целевых установок программы смены;
- *принцип педагогической поддержки:* заключается во вовлечении педагогического коллектива в широкое движение по созданию устойчивой мотивации у детей к здоровому образу жизни;
- *принцип комплексности:* требует, чтобы каждая смена носила комплексный характер, выражаемый в ее разнонаправленности, разнообразии используемых форм, методов и состава участников;
- *принцип учета индивидуальных особенностей:* предполагает учет физиологических и психологических особенностей детей и др.;
- *принцип целостности педагогического процесса.* Создание единого воспитательно-образовательного пространства, единой системы педагогических требований;
- *принцип коллективности:* создания благоприятного климата как внутри отряда, так и всего лагеря в целом;
- *принцип включения детей в систему самоуправления* жизнедеятельностью детского коллектива, направленный на формирование лидерского опыта и актуализацию активного участия в коллективных делах;
- *принцип контроля результатов:* получения обратной связи (оценка уровня комфортности ребенка во временном коллективе);
- *принцип дифференциации воспитания:* отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей; создание возможности переключения с одного вида

деятельности на другой в рамках смены (дня); взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня; активное участие детей во всех видах деятельности;

– *принцип конфиденциальности* в разрешении личных проблем и конфликтов детей, уважения личного мира каждого ребенка.

Технологии воспитательной деятельности

Выбор педагогических технологий, форм и методов работы обусловлен психологическими и возрастными особенностями детей, целями и задачами данной программы.

В ходе реализации программы используются следующие педагогические технологии и технологии досуговой деятельности:

- Использование в лагере *здоровьесберегающих технологий* предполагает формирование навыков здорового образа жизни, культуры здоровья (например, спортивное мероприятие «Чистый город – здоровые детки»; спортивные часы (например, работа творческих объединений «Настольный теннис», «Белая ладья», «ОФП»).

- *Технология коллективной творческой деятельности* одна из основных в реализации программы. Вся деятельность внутри отряда – коллективная, от принятия решения до реализации задумок. КТД позволяет создать широкое игровое творческое поле, где каждый участник дела находится в ситуации придумывания, сочинительства, фантазии, т.е. создания чего-то нового. В процессе КТД ребята общаются, учатся работать, делить успех и ответственность с другими. Таким образом, идут два процесса одновременно – формирование и сплочение классного коллектива, и формирование личности. Приобретается большой организаторский опыт, каждый может подать идею, предложить новый способ действия. Использование педагогическим коллективом данной технологии способствует решению задачи воспитания общественно-активной личности (например, КТД «Творческая импровизация», ««Я - частичка России», мастер – класс «Скажи «нет» вредным привычкам» (изготовление коллажа), КТД «Страна с огромным сердцем»).

- *Игровые технологии* основаны на активизации и интенсификации деятельности детей.

Игра как вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением, обладает огромным потенциалом для активизации и интенсификации жизнедеятельности в лагере (например, игровой час «Играю я – играют друзья», час веселого общения и хорошего настроения, марафон интересных игр «Раз, два, три, четыре, пять – мы идем играть!»).

- *Технология создания ситуации успеха.* Успех, прежде всего, связан с чувством радости, эмоционального подъема, которые испытывает ребенок в результате выполненной работы. В результате этого состояния формируются новые мотивы к деятельности, меняется уровень самооценки, самоуважения.

- *Технология командообразования* включает в себя серию специально организованных игр, упражнений, конкурсов, направленных на сплочение коллектива, с целью снижения уровня тревожности, формирования благоприятного психологического климата, выработки коллективных ценностей (например, игры «Путаница», «Секретный фарватер», «Геометрическая фигура», «Живой мост» и др.).

- *Шоу-технология* – это совокупность мероприятий по организации детских культурно-досуговых, спортивно-массовых и других подобного рода мероприятий, которые являются неотъемлемой частью деятельности любого лагеря (например, игровая программа «Дружба - это я и ты, или путешествие в страну Дружба»).

Обращение к сюжетно-ролевой игре позволяет разнообразить формы и методы педагогической деятельности по всем направлениям программы:

Методы реализации программы

Основными методами организации деятельности являются:

Методы досуговой педагогики:

- метод игры (например, развивающая творческая игра «Игра в слова»);

- методы состязательности (например: спортивное мероприятие «Чистый город – здоровые детки», турнир по настольному теннису «Ракетка победителя»);

- метод воспитывающих ситуаций, (например: огонек на предупреждение конфликта какого-либо рода «Есть ли похожие люди?», познавательная викторина «Вежливость на каждый день»);

- метод импровизации (например: КТД «Творческая импровизация»).

Методы оздоровления:

– утренняя гимнастика;

– спортивные занятия (например, спортивный час: работа творческого объединения «Общая физическая подготовка», «Настольный теннис»);

– беседы о вредных привычках (например, минутка здоровья «Вредные сестрички – вредные привычки», басня о здоровом образе жизни против курения «Мартышка, Лис и Боря»);

– подвижные игры (например, «Сундучок забытых игр» подвижные игры на свежем воздухе; старые добрые игры «Классики», «Прыгалки»; игры с мячом «Мой веселый звонкий мяч ...»; марафон интересных игр «Раз, два, три, четыре, пять – мы идем играть!»; игровой час «Играю я – играют друзья»; игры со скакалкой «Я прямо, я и боком, с поворотом, и с прыжком, и с разбега, и на месте, и двумя ногами вместе...»);

– беседы по гигиеническому воспитанию и профилактике травматизма и т.д. (например, минутки здоровья «Правила личной гигиены», «Осторожное солнышко», «Вредные сестрички – вредные привычки», «Полезные советы Айболита», «Что такое хорошо и что такое плохо» (профилактика правонарушений), «Стоп COVID-19!». Что надо знать о коронавирусе?, памятка «Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции», басня о здоровом образе жизни против курения «Мартышка, Лис и Боря»).

Методы воспитания:

– убеждение;

– поощрение;

– личный пример (например, экскурсия на ЖД вокзал Бузулука, в 23 ПСЧ 10 пожарно-спасательного отряда ФПС ГПС ГУ МЧС России по Оренбургской области);

– вовлечение каждого в деятельность (например, диалоговая площадка «100 причин любить Россию», литературная минутка «Мы о России будем говорить...» (чтение стихов о родине), КТД ««Я - частичка России» (изготовление коллажа), КТД «Страна с огромным сердцем», краеведческий квест «Пешком в историю родного города», посвященный Дню города, познавательно-игровая программа «Большая перемена» в рамках Года педагога и наставника, товарищеская встреча с СШОР г. Сорочинска).

– конкурсы (например, конкурс рисунков «Улыбнись планета», «Сказки пушкинской поры», творческий конкурс «Мы дарим лету цветы»);

– беседы (например, «Рецепт спортивного настроения», «И это все о них...» – информационный час, «Школы в разных эпохах», «До знака ГТО – лишь шаг»);

– праздники (например, познавательно-игровая программа, посвященная Международному дню защиты детей «Счастье, солнце, дружба – вот что детям нужно!»).

Методы образования:

– словесные методы (объяснение, беседа, рассказ, диалог);

– информационно-репродуктивный;

– объяснительно-репродуктивный. (*Приложение I*).

Основными формами организации деятельности являются: беседа, викторина, дискотека, игра-квест, инструктаж, игра-путешествие, конкурс, линейка, праздник, огонек, развлекательная программа, сбор, соревнования, спортивная программа, турнир, экскурсия, эстафета, КТД.

В программе отражены памятные даты страны и своего края: Год педагога и наставника, 225 лет со Дня рождения А.С. Пушкина, 258 лет городу Бузулуку.

2. Содержание программы смены

Этапы реализации программы смены

1. Подготовительный этап (долагерный).

Деятельностью этого этапа является:

- участие в городских совещаниях, посвященных подготовке к проведению летней оздоровительной кампании;
- знакомство с нормативно-правовой базой, обеспечивающей качественный отдых детей в текущем году;
- проведение совещаний при директоре по подготовке лагеря к летнему сезону;
- издание приказа о проведении летней кампании;
- разработка и утверждение программы организации отдыха и оздоровления детей лагеря дневного пребывания детей;
- отбор кадров для работы в летнем лагере дневного пребывания детей;
- составление необходимой документации для деятельности лагеря;
- организация помещений лагеря согласно нормам и требованиям Сан-Пин;
- обеспечение допуска сотрудников к работе с детьми;
- формирование списка детей, посещающих лагерь, на основании заявлений родителей (законных представителей);
- обеспечение условий реализации программы;
- подготовка материально-технической базы;
- проведение разъяснительной работы с родителями по вопросам организации лагерной смены.

2. Организационный этап смены. Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 3 дня.

Цель: заложить основы для формирования временного детского коллектива и мотивация воспитанников на активное участие в профильной смене.

Задачи:

Организационные:

- 1) выявить уровень организаторских навыков и умений детей;
- 2) определить спортивный, интеллектуальный, творческий потенциал каждого ребенка;
- 3) выявить лидеров в детском коллективе;
- 4) разделить отряд на микрогруппы, определить перспективы деятельности каждой из них;
- 5) определить перспективы деятельности всего детского коллектива (планирование);
- 6) организационно оформить первичный коллектив.

Методические:

- 1) научить выполнению всех требований режима лагеря и санитарно-гигиенических норм;
- 2) научить соблюдению традиций и правил лагеря;
- 3) научить работе в микрогруппе, в первичном коллективе;
- 4) научить каждого ребенка анализировать свое состояние и настроение (через игровые формы).

Воспитательные:

Формирование взаимоотношений между следующими группами субъектов:

- 1) ребенок-ребенок (девочки-мальчики, мальчики-мальчики, девочки-девочки, лидеры: формальные-неформальные);
- 2) ребенок – коллектив;
- 3) ребенок – взрослый.

Для решения этой цели и задач используются коллективно-творческие дела (КТД), игровые технологии.

Основной деятельностью этого этапа является:

- встреча детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей (*Приложение 2*);
- знакомство с территорией, историей и инфраструктурой лагеря;

- знакомство со всеми участниками смены в форме творческих визиток отрядов;
- формирование отрядов;
- запуск программы «Академия спорта» профильного лагеря «Олимп», знакомство с содержанием программы смены (ввод в игровой сюжет, информирование детей об их возможностях в смене);
- формирование органов самоуправления;
- знакомство с режимом работы и правилами жизнедеятельности лагеря (*Приложение 3,4*);
- оформление отрядного уголка;
- проведение инструктажей по ТБ в лагере;
- проведение организационных мероприятий с детьми, педагогами, родителями;
- оформление модели самоуправления, символики каждого факультета (отряда).

3. Основной этап смены.

Цель: развитие временного детского коллектива, самореализация каждого члена коллектива.

Задачи:

- 1) знакомство с культурными традициями и национальными ценностями российского народа, изучение богатств нашей Родины;
- 2) создание для детей реальных возможностей для успеха в спорте и различных видах деятельности;
- 3) развитие положительных межличностных отношений;
- 4) поддержание благоприятного эмоционально-психологического климата;
- 5) развитие инициативы и самостоятельности у детей, побуждение их к творчеству, стимулирование работы творческих групп;
- 6) формирование основ безопасной жизнедеятельности и норм взаимоотношений внутри коллектива;

7) приобщение детей к здоровому образу жизни.

Основной деятельностью этого этапа является:

- реализация основной идеи смены;
- внедрение системы самоуправления «Совет Мудрейших»;
- сочетание групповых и коллективных форм организации дел;
- регулирование объема и интенсивности общих дел с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, психологических характеристик коллективов;
- участие в коллективной творческой деятельности, подготовка и проведение мероприятий;
- мотивация к значимой деятельности через соревновательный компонент между факультетами (отрядами);
- организация, проведение, рефлексия мероприятий в соответствии с планами работы;
- организация деятельности, направленной на благоустройство лагеря, поддержание чистоты и порядка в помещениях и на территории лагеря.
- проведение познавательных, развлекательных, спортивно-массовых мероприятий.

Каждый день регламентируется план-сеткой.

4. Заключительный этап смены.

Цель: анализ, подведение итогов деятельности участников смены (по всем направлениям программы).

Основной идеей этого этапа является:

- реализация ключевого события – большого совместного праздника, закрепляющего все этапы коллективно-творческого дела;
- поднятие самооценки каждого участника и значимости для него жизни в коллективе с помощью общественного признания его индивидуальных заслуг;
- подготовка детей к завершению смены, усиление контроля за жизнью и здоровьем детей;

- подведение итогов работы органов детского самоуправления;
- подведение итогов работы лагеря, участие каждого в жизни (выдвижение кандидатов на награждение в различных номинациях);
- подготовка и проведение торжественной Церемонии вручения наград;
- анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесенными по деятельности лагеря в будущем;
- отбор материалов, их монтаж в слайд-шоу «Лето. Лагерь «Олимп». 2023»;
- обработка и оформление информационно-методических и аналитических материалов по итогам работы, предоставление их в УО г. Бузулука;
- демонстрация приобретенного опыта (публикация материалов реализации программы на официальном сайте МБУДО «ЦДТ «Радуга», в группе «Профильный лагерь «Олимп» ВКонтакте).

Завершается работа «Академии спорта». Данный этап посвящается творческому отчету в лагере.

5. Аналитический этап (постлагерный).

Цель: рефлексия, этап глубокого анализа проведенной работы и обобщения результатов.

Основной деятельностью этого этапа является:

- рефлексия («Записки на память»); расскажи своим знакомым, что профильный лагерь «Олимп» – это...;
- итоговое анкетирование воспитанников, диагностика физического уровня здоровья детей и подростков, уровня развития социальной активности личности;
- анализ работы педагогического коллектива;
- разработка перспектив развития программы.

Направления деятельности в рамках программы

<i>Направление</i>	<i>Цель</i>	<i>Ключевые формы и методы работы</i>
Спортивно-оздоровительное	Ориентация на приобретение навыков здорового образа жизни, овладение приемами саморегуляции, здоровьесберегающих технологий	Беседа: «До знака ГТО – лишь шаг» Беседы, дискуссии, викторины, просмотр и обсуждение фильмов о здоровом образе жизни Спортивное мероприятие «Чистый город – здоровые детки» Старые добрые игры «Классики», «Прыгалки» (игры на свежем воздухе) Марафон интересных игр «Раз, два, три, четыре, пять – мы идем играть!» Игры с мячом «Мой веселый звонкий мяч ...» Игровой час «Играю я – играют друзья» Игры со скакалкой «Я прямо, я и боком, с поворотом, и с прискоком, и с разбега, и на месте, и двумя ногами вместе...» Товарищеская встреча с СШОР г. Сорочинска Турнир по настольному теннису «РАКЕТКА ПОБЕДИТЕЛЯ»
Гражданско-патриотическое	Формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в российском государстве и субъекту тысячелетней Российской государственности, знание и уважение	Торжественное открытие смены с торжественным церемониалом выноса государственного флага Торжественное открытие дня РДДМ «Движение первых» Краеведческий квест «Пешком в историю родного города», посвященный Дню города Диалоговая площадка «100 причин любить Россию» Литературная минутка «Мы о России будем говорить...» (чтение стихов о ро-

	прав, свобод и обязанностей граждан на Российской Федерации; воспитание патриотизма, любви к своему народу и уважения к другим народам России, формирование общероссийской культурной идентичности	дине) КТД «Я - частичка России» (изготовление коллажа) КТД «Страна с огромным сердцем» Игра-ходилка «Будь в движении» Всероссийский урок Победы «Хранят деревья память о войне...» Митинг «Памяти павших будем достойны...», возложение цветов к памятнику педагогам, погибшим во время Великой Отечественной войны Экскурсия к Вечному огню и Мемориалу Победы и Воинской Славы Торжественное закрытие смены с торжественным церемониалом выноса государственного флага
<i>Культурологическое</i>	Овладение навыками культуры общения; развитие лидерских качеств, творческих способностей, артистизма; приобретение навыков взаимопонимания, взаимоподдержки в условиях детского коллектива, приобретение знаний об организаторской деятельности; максимальное раскрытие детского творческого потенциала, массовое участие детей в развлекательных программах	Познавательная-игровая программа, посвященная Международному дню защиты детей «Счастье, солнце, дружба – вот что детям нужно!» Огонек оргпериода «Знакомьтесь, это мы!» «Церемония открытия «АКАДЕМИИ СПОРТА»» Игра «Дружба – это я и ты, или путешествие в страну Дружбы» КТД «Скажем лагерю – Прощай!!!» Огонек прощания «От друзей секретов нет» Игровой час «Играю я – играют друзья» Развивающая творческая игра «Игра в слова» Творческий конкурс «Мы дарим лету цветы»

<i>Интеллектуальное</i>	Формирование гражданско-нравственной позиции и удовлетворение интереса детей в области естественных наук, расширение кругозора, развитие интеллекта воспитанников и их познавательной деятельности, развитие мышления, памяти, внимания, формирование положительных эмоций от обучения и потребности в непрерывном образовании.	Познавательная игра «У правил дорожного движения нет каникул!» Минутки ПДД Развивающая творческая игра «Игра в слова» Игровая программа «Дружба - это я и ты, или путешествие в страну Дружба» Брейн - ринг «Вежливость на каждый день» Конкурсно-игровая программа «100 затей для 100 друзей!» или «Великая путаница!» Познавательно-игровая программа «Большая перемена» в рамках Года педагога и наставника Интеллектуально-познавательное мероприятие «Живет на всей планете народ весёлый - дети!»
<i>Художественное</i>	Воспитание желания творить, работать, заниматься, развиваться всесторонне; развитие креативности детей и подростков.	Конкурс рисунков на асфальте «Улыбнись планета» Конкурс детского рисунка «Сказки пушкинской поры» Творческий конкурс «Мы дарим лету цветы»
<i>Социально-профилактическое</i>	Это направление включает в себя все мероприятия направленные на профилактику негативных социальных явлений, на снятие психоэмоционального напряжения и профилактику эмоционального истощения, профилактика девиантного поведения.	Инструктажи по ТБ в лагере. Мастер – класс «Скажи « нет» вредным привычкам» (изготовление коллажа) Эвакуация «Действия персонала в случае пожара» (практикум) Огонек на предупреждение конфликтов «Есть ли похожие люди?» Огонек на сближение отряда «Звезды откровений» Минутка безопасности «Что такое хорошо и что такое плохо» (профилактика правонарушений)

		Басня о здоровом образе жизни против курения «Мартышка, Лис и Боря» Минутка здоровья «Стоп COVID-19!». Что надо знать о коронавирусе? Памятка «Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции» Музейное мероприятие «Как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтра» (против наркотиков) (МБУК города Бузулука «Бузулукский краеведческий музей»)
<i>Экологическое</i>	Формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей	Спортивное мероприятие «Чистый город – здоровые детки»
<i>Краеведческое</i>	Создание условий для духовно-ценностной ориентации ребенка в окружающем мире через изучение и сохранение истории, природы и культуры родного края	Краеведческий квест «Пешком в историю родного города», посвященный Дню города Экскурсия на ЖД вокзал Бузулука Музейное мероприятие «Как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтра» (МБУК города Бузулука «Бузулукский краеведческий музей»)
<i>Духовно-нравственное</i>	Воспитание в детях доброты, человечности, милосердия. Развитие чувства ответственности, надежности, честности, заботливости и уважения по отношению к себе, к другим людям и к порученному делу, а также чувства пре-	Экскурсия в Бузулукский Спасо-Преображенский мужской монастырь

	красного.	
<i>Здоровьесберегающее</i>	Формирование представления о самом себе, здоровом образе жизни через применение здоровьесберегающих технологий	Медицинский контроль спортсменов (посещение кабинета здоровья ГБУЗ ОО «Бузулукская больница скорой медицинской помощи» (комплекс №1)) Беседа «До знака ГТО – лишь шаг» Минутки здоровья «От улыбки хмурый день светлей», «Вредные сестрички – вредные привычки», «Витамины – мои друзья», «Как поднять настроение за 300 секунд?», «Твой режим на каникулах», «Быть здоровыми хотим!», «Победитель простуды», «Правила личной гигиены», «Безопасный интернет», «Хорошее настроение», «Минутка здоровья спортсмена», «Осторожное солнышко», «Смех здоровье бережет!», «Жить здоровым, жить активно – это стильно, позитивно!». Басня о здоровом образе жизни против курения «Мартышка, Лис и Боря»

Модель игрового взаимодействия

Реализация цели и задач программы будет осуществляться в ходе сюжетно-ролевой игры «Академия спорта».

«Академия спорта» – это череда творческих дел, веселых затей, спортивных мероприятий, увлекательных событий и интересных праздников, где каждый ребенок сможет найти себе дело по душе. Это захватывающее состязание с самим собой и с другими, где невозможно победить без находчивости и общительности, чувства плеча товарища и доброты, братства и взаимопомощи, культа здоровья, проявления творческих способностей. Это интенсивная педагогическая технология быстрого формирования коллектива, выявления лидеров, психологический тренинг личности через создание ситуации успеха для каждого, выбора деятельности и модели поведения в различных ситуациях с последующей рефлексией и самооценкой.

В период лагерной смены можно позабыть о дневнике, школьных отметках и домашнем задании, и попробовать другой формат получения знаний - «узнавание неизвестного в известном». При помощи нехитрых заданий воспитанники будут «погружены» в нетипичные ситуации, из которых им придется выходить, по максимуму мобилизуя все имеющиеся внутренние ресурсы, открывая в себе новые возможности и способности в спорте и других видах деятельности, используя опыт социальных отношений, осваивая новые социальные роли.

Слово «Академия» в данном случае означает форму организации смены, где в своих правах и обязанностях равны как дети, так и взрослые. Участники программы лагеря «превратятся» в «студентов» «Академии спорта», объединяться в «факультеты» (отряды), педагоги – в «академиков». Все студенты будут разделены на три «факультета»:

- «Молодежка» - дети 6-8 лет;
- «Юниоры» - дети 9-12 лет;
- «Лидеры» - дети 13-17 лет.

Традиции, законы жизнедеятельности придумывают сами дети, внешний облик студентов соответствует установленным правилам творческого

объединения «Настольный теннис». У каждого «факультета» появится своя особенность («изюминка»), которая обязательно отразится в отрядном уголке.

Главным органом самоуправления детских «факультетов» станет «Совет Мудрейших», состоящий из руководителей и организаторов программы. Самоуправление в «Академии» строится через работу разновозрастных групп, основная цель деятельности которых – развитие творческих способностей личности в условиях дружеской, комфортной атмосферы союза детей и взрослых.

Взаимодействие всех участников программы регулируется системой наставничества, где как педагоги оказывают помощь воспитанникам, так и старшие ребята оказывают шефскую помощь младшим.

Основным механизмом реализации лагерной деятельности являются тематические дни, в каждый из которых заложена идея-открытие. Ей подчинены все мероприятия этого дня, создается определенный эмоциональный настрой. Например, девиз: *«Творчество заразительно – распространяйте его!»* заявляет о необходимости проявить творчество и самостоятельность в решении проблемы, заявленной «Академией»; девиз: *«Ни сразу приходят победы, но снова вперед и вперед. Нас юность настойчиво, твердо, к спортивным рекордам зовет»* помогает ребятам сконцентрироваться, поддерживает боевой дух, влияет на настрой спортсмена или команды.

В процессе деятельности воспитанники не только участвуют в спортивных, интеллектуальных состязаниях, досуговых мероприятиях и т.п., но и развивают в себе командный дух, чувство ответственности за свои поступки и за действия команды в целом, также смогут познакомиться с ценностями и идеалами олимпийского движения.

В основе игры лежит карта территории «Академии спорта» с планом работы определенного дня. В карте – 21 день (каждый день смены – тематический день, в котором заложена идея-открытие). Каждый день меняется его название и перекликается с теми мероприятиями, которые запланированы в этот день в лагере.

В течение смены «факультеты» (отряды) проявят себя в спорте и различных видах деятельности, смогут реализовать идеи и желания.

Каждый «факультет» на протяжении всей лагерной смены ведет свой «журнал», в котором пишут заметки о том, как прошел день, отражают накопленные впечатления, эмоции, рассказы о самых значимых моментах жизни в «Академии спорта». Ежедневно подводятся итоги конкурсов и соревнований по содержанию программы смены.

Такой вид рефлексии наглядно покажет степень удовлетворенности детьми от пребывания в лагере, насколько плодотворна деятельность педагогического коллектива лагеря и над чем необходимо, продолжить работу, состояние психологического климата в течение смены.

Система детского самоуправления

Наличие системы детского самоуправления в летнем лагере важно по причине необходимости учета детского мнения. Вся деятельность лагеря направлена на вовлечение детей в интересный, полезный, развивающий отдых. Организация качественного отдыха невозможна без учета мнения самих детей. Мощным и самым важным инструментом выражения мнения детей в программе является наличие органов детского самоуправления. Важно организовать работу этих органов таким образом, чтобы дети были не просто исполнителями «заданий» взрослых, их планов и подготовленных ими мероприятий, а могли в любой момент стать инициаторами, реализовать свои идеи.

Принципы детского самоуправления:

- добровольность;
- включенность в процесс самоуправления всех групп детей;
- приоритет развивающего начала для ребенка;
- повсеместное присутствие (участие ребенка в принятии всех решений, касающихся его, с учетом степени его социализации в коллективе, возрастных и психологических возможностей);
- доверие (предоставление детям большей свободы действий, увеличение зоны их ответственности);

- открытость, честность взрослых в общении с детьми и недопущение использования детей в качестве инструмента достижения собственных целей;
- ориентация на результат.

Для оптимизации процесса детского самоуправления в смене вводится система чередования творческих поручений (далее – ЧТП), основанная на двух простых правилах: «от меньшего к большему» и «от простого к сложному». Система ЧТП строится на разделении отряда на микрогруппы для выполнения творческих заданий и поручений, благодаря которым каждый ребенок сможет проявить свои способности в различных видах деятельности. Согласно игровой модели в начале смены ребята договариваются о том, как назвать отряд, что может быть представлено на эмблеме их отряда, предлагают варианты того, что может быть включено в творческую визитку. Далее в играх на сплочение ребята принимают ответственность за свои решения и за решения команды. Попадая в «Академию спорта», ребята знакомятся с правилами, объединяются в микрогруппы для решения общих задач, которые им предлагают (здесь могут быть представлены как творческие, так и рутинные поручения, которые реализуются на протяжении смены). В завершение смены ребята берут на себя посильные роли в организации общего праздника.

Для решения задач, которые стоят перед ребятами, формируются микрогруппы по 5-6 человек.

Таким образом, детское самоуправление проявляется в деятельности микрогрупп, посильной самостоятельности в принятии решений, выполнении тех или иных поручений и сопровождается взрослыми на протяжении всей смены.

Весь лагерь – *«Академия спорта»*. Воспитанники – *«студенты»* представляют *«факультеты»* (отряды) *«Академии»*. *«Факультеты»* возглавляет *староста* (командир отряда) и *«академики»* (воспитатели).

Главным органом самоуправления в лагере является *«Совет старост»*. Совет собирается для обсуждения всех насущных вопросов, касающихся жизни в *«Академии»*. Староста ежедневно строит и организует отряд на линейку, на от-

рядные и лагерные мероприятия, получает задания для отряда, помогает «Академикам порядка» (воспитателям) и «Академикам креатива» (вожатым) в организации отряда.

В начале смены избираются ответственные за работу каждого из секторов деятельности в отряде:

«Сектор спорта» – (мальчик и девочка) ответственные помощники спорт-организатора, помогающие в организации и проведении спортивных, подвижных игр, эстафет, утренней зарядки и т.д.

«Сектор веселья» – ответственные помощники «Академика креатива» (вожатых), помогают в организации и проведении игр, отрядных выступлений и конкурсов.

«Сектор здоровья» – отслеживают чистоту и порядок на территории «Академии», проверяют наличие головных уборов, чистоту рук перед едой.

Главным органом управления в «Академии спорта» является «Совет Мудрейших», который состоит из «Президента академии» (начальника лагеря), «Академиков порядка» (воспитатели), «Академиков спорта» (педагоги дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности), «Академиков фантазий» (педагоги дополнительного образования художественной направленности), «Академиков креатива» (вожатые).

«Совет Мудрейших» планирует работу последующего дня, оценивает работу предыдущего дня. Может рассматривать конфликты. Собирается ежедневно и сохраняет принцип учета мнения друг друга.

Контроль за самоуправлением в отряде осуществляют «Академики креатива» (вожатые). Направляют и координируют работу вожатых «Академики порядка» (воспитатели), работу воспитателей, педагогов дополнительного образования – Президент академии (начальник лагеря).

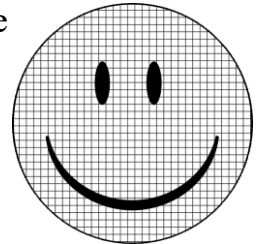
Взаимодействие всех участников программы регулируется системой наставничества, где как педагоги оказывают помощь воспитанникам, так и старшие ребята оказывают шефскую помощь младшим.

Система мотивации и стимулирования

Личные результаты каждого ребенка отражаются в «Зачетках» (картах успеха), принося ощущение собственной состоятельности и успешности.

Опыт педагогической работы убеждает, что такая система оценивания эффективно стимулирует познавательный и творческий потенциал детей, формирует адекватную самооценку, создает предпосылки для личностного роста каждого ребенка.

Каждый «студент» ежедневно отмечает свое настроение на «экране настроения», который оформляется в виде смайлика.



С его помощью можно наблюдать настроение каждого ребенка ежедневно, анализировать причины изменения настроения, а также проследить динамику его изменения в течение лагерной смены.

На отрядном месте нужно повесить красочный плакат со словами *«Этот смайлик совсем пустой! Только все вместе вы сможете его разукрасить! Раскрашивай в один день одну любую клетку в тот цвет, какое у тебя настроение»* и с обозначениями цветов.

Определенному цвету соответствует определенное настроение, например:

желтый – отличное, хочется петь, смеяться, летать;

оранжевый – хорошее, радостное, веселое;

голубой – светлое, спокойное, безмятежное;

белый – равнодушное, безразличное;

зеленый – печальное, грустное;

красный – беспокойное, тревожное, что-то не так, не пойму, что;

черный – ужасное, мрачное.

Появление сине-фиолетово-черных оттенков на экране свидетельствует о наличии проблем в работе вожатого и требует с его стороны срочной помощи детям, выбирающим эти «цвета».

Так же отводится место для стены пожеланий. «Академики креатива» (вожатые) продумывают варианты оформления стены пожеланий своего от-

ряда. Важно, чтобы у каждого участника отряда был свой элемент (человек, листочек, звездочка и т.д.). Каждый студент «факультета» (причем как своего, так и из других отрядов) будет иметь возможность написать обладателю этого элемента что-то хорошее (пожелание, благодарность) или поддержать в случае какой-то неудачи. После окончания смены, каждый участник имеет возможность забрать свой элемент с собой домой на память.

К концу смены среди «факультетов» (отрядов) определяются победители в различных мероприятиях, лучшие спортсмены, имена наиболее активных студентов будут занесены в Книгу Почета «Академии», все участники смены будут награждены грамотами и дипломами. В адрес родителей отличившихся «студентов» направляются письма-благодарности.

И, конечно, главная награда в завершении работы «Академии спорта» – дружба и друзья, приобретенные в течение лагерной смены. «Ленточки дружбы», которые традиционно все участники программы повязывают друг другу на руку – символ единства и сотрудничества детей и взрослых.

Таким образом, игра как педагогическая технология становится фактором социального развития личности, что позволяет эффективно реализовывать поставленные задачи.

План-сетка профильного лагеря «Олимп»

<i>Дата</i>	<i>Название мероприятий</i>
01 июня (четверг) День единых действий «День защиты детей»	<i>День Встреч или Добро пожаловать в «Академию спорта»</i> <i>На солнечной планете - хозяева дети</i> Встреча детей Торжественное открытие смены с торжественным церемониалом выноса государственного флага Общий сбор-инструктаж по организации лагерной смены: знакомство с территорией «Академии спорта», с режимом работы лагеря, принятие правил жизнедеятельности и поведения в лагере, инструктажи «Правила техники безопасности в летний период» Огонек орг. периода «Знакомьтесь – это мы!» Беседа «Рецепт спортивного настроения» «На дороге поиска» - выбор актива «Академии спорта» Спортивный час. Работа творческого объединения «Настольный теннис», «Белая ладья» Познавательно-игровая программа, посвященная Международному дню защиты детей «Счастье, солнце, дружба – вот что детям нужно!» Конкурс рисунков на асфальте «Улыбнись планета»
02 июня (пятница) «Веселая пятница» - День забот и развлечений	Минутка здоровья «Хорошее настроение» Спортивный час. Работа творческого объединения «Настольный теннис» Медицинский контроль спортсменов (посещение кабинета здоровья ГБУЗ ОО «Бузулукская больница скорой медицинской помощи» (комплекс №1) измерение роста, взвешивание, а также динамометрию (сила мышц) и спирометрию (объем легких)) Экскурсия (пешая) «Исторические места родного города»

	«Сундучок забытых игр» подвижные игры на свежем воздухе
03 июня (суббота) День Грандиозных планов	<i>О сколько нам открытий чудных готовят просвещения дух и опыт, сын ошибок трудных, и гений, парадоксов друг....</i> Спортивный час. Работа творческого объединения «Общая физическая подготовка», «Белая ладья» Инструктаж: «Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре» Эвакуация «Действия персонала в случае пожара» (практикум) Обсуждение плана работы, подготовка к открытию, выбор девиза, кричалок, лагерной песни, речевки, распределение по отрядам Огонек на сближение отряда «Звезды откровений» Анкетирование детей (входная диагностика) «Что я жду от лагеря?» Церемония открытия «Академии спорта». Посвящение в отдыхающие КТД «Творческая импровизация»
05 июня (понедельник) День экологии	Всемирный день окружающей среды Минутка здоровья «Витамины – мои друзья» Спортивный час. Работа творческого объединения «Белая ладья» Экскурсия на ЖД вокзал Бузулука Спортивное мероприятие «Чистый город – здоровые детки» Игры по интересам
06 июня (вторник) День единых действий «День русского языка»	<i>Пушкинский день России</i> <i>В дорогу за сказками.</i> Минутка здоровья «Правила личной гигиены» Спортивный час. Работа творческого объединения «Общая физическая подготовка»

	Оздоровительное мероприятие «Голубая лагуна» - посещение бассейна Конкурс детского рисунка «Сказки пушкинской поры» Игры с мячом «Мой веселый звонкий мяч ...»
07 июня (среда) День творчества	<i>Творчество заразительно - распространяйте его!</i> Минутка здоровья «От улыбки хмурый день светлей» Спортивный час. Работа творческого объединения «Общая физическая подготовка», «Настольный теннис» Огонек на предупреждение конфликта какого-либо рода «Есть ли похожие люди?» Познавательная экскурсия в Бузулукский Спасо-Преображенский мужской монастырь Творческий конкурс «Мы дарим лету цветы» «Сундучок забытых игр» подвижные игры на свежем воздухе
08 июня (четверг) День родного края	Всемирный день океанов <i>Любят родину не за то, что она велика, а за то, что своя.</i> Минутка здоровья «Твой режим на каникулах» Работа творческого объединения «Настольный теннис», «Белая ладья» Краеведческий квест «Пешком в историю родного города», посвященный Дню города «Сундучок забытых игр» подвижные игры на свежем воздухе
9 июня (пятница) День друзей	Международный день друзей <i>Дружба настоящая сердцем проверяется.</i> Минутка здоровья «Режим питания спортсмена» Спортивный час. Работа творческого объединения «Настольный теннис» Оздоровительное мероприятие «Голубая лагуна» - посещение бассейна Игровая программа «Дружба - это я и ты, или путешествие в страну Дружба»

	Игровой час «Играю я – играют друзья» (игры на свежем воздухе)
10 июня (суббота) День единых действий «День России»	<i>Я люблю тебя, Россия!</i> Минутка здоровья «Безопасный интернет» Спортивный час. Работа творческого объединения «Белая ладья», «Общая физическая подготовка» Диалоговая площадка «100 причин любить Россию» Литературная минутка «Мы о России будем говорить...» (чтение стихов о родине) КТД ««Я - частичка России» (изготовление коллажа) Игры на свежем воздухе
12 июня (понедельник) Родительский день	Мероприятия согласно плана УО, посвященные празднования Дня России
13 июня (вторник) День хорошего настроения	Минутка здоровья «Осторожное солнышко» Спортивный час. Работа творческого объединения «Общая физическая подготовка» Оздоровительное мероприятие «Голубая лагуна» - посещение бассейна Час веселого общения и хорошего настроения Интеллектуально - познавательное мероприятие «Живет на всей планете народ веселый - дети!» Марафон интересных игр «Раз, два, три, четыре, пять – мы идем играть!»
14 июня (среда) День Игры	<i>Распробуй веселье!</i> Минутка здоровья «Быть здоровыми хотим!» Спортивный час. Работа творческого объединения «Настольный теннис», «Общая физическая подготовка» Экскурсия в 23 ПСЧ 10 пожарно-спасательного отряда ФПС ГПС ГУ МЧС России по Оренбургской области Развивающая творческая игра «Игра в слова»

	Старые добрые игры «Классики», «Прыгалки» (игры на свежем воздухе)
15 июня (четверг) День РДМ «Движение первых»	<i>Люби вопросы задавать, учись на них ответ искать!</i> Минутка здоровья «Жить здоровым, жить активно – это стильно, позитивно!» Спортивный час. Работа творческого объединения «Настольный теннис», «Белая ладья» Торжественное открытие. Формирование традиций РДДМ «Движение первых», установка на эффективное участие каждого ребенка в событиях «Дня первых», знакомство с программой ключевых мероприятий дня Игра-ходилка «Будь в движении» КТД «Страна с огромным сердцем» Игры на свежем воздухе
16 июня (пятница) День Вежливости	<i>Если будем вежливы каждый день и час – станет мир счастливее в миллионы раз!</i> Минутка здоровья «Полезные советы Айболита» Спортивный час. Работа творческого объединения «Настольный теннис» Оздоровительное мероприятие «Голубая лагуна» - посещение бассейна Брейн - ринг «Вежливость на каждый день» Игры со скакалкой «Я прямо, я и боком, с поворотом, и с прискоком, и с разбега, и на месте, и двумя ногами вместе...»
17 июня (суббота) День Рекордов	Минутка здоровья «Смех здоровье бережет!» Спортивный час. Работа творческого объединения «Белая ладья», «Общая физическая подготовка» Товарищеская встреча с СШОР г. Сорочинск Конкурсно - игровая программа «100 затей для 100 друзей!» или «Великая путаница!» Игры на свежем воздухе

19 июня (понедельник) День Педагога и наставника	<i>«Творческий учитель – это тот, кто открывает, умудряет и одобряет» (Н. Рерих)</i> Минутка безопасности «Что такое хорошо и что такое плохо» (профилактика правонарушений) Спортивный час. Работа творческого объединения «Белая ладья» «И это все о них...» – информационный час Беседа «Школы в разных эпохах» Познавательно-игровая программа «Большая перемена» в рамках Года педагога и наставника «Сундучок забытых игр» подвижные игры на свежем воздухе
20 июня (вторник) День пешеходных наук	<i>Дорогою безопасности</i> Минутки ПДД Спортивный час. Работа творческого объединения «Общая физическая подготовка» Оздоровительное мероприятие «Голубая лагуна» - посещение бассейна Познавательная игра «У дорожных правил каникул нет» Игры по интересам
21 июня (среда) День Здоровья	<i>Мы - за здоровый образ жизни!</i> Минутка здоровья «Вредные сестрички – вредные привычки» Басня о здоровом образе жизни против курения «Мартышка, Лис и Боря» Спортивный час. Работа творческого объединения «Общая физическая подготовка», «Настольный теннис» Беседа: «До знака ГТО – лишь шаг» Музейное мероприятие «Как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтра» (против наркотиков) (МБУК города Бузулука «Бузулукский краеведческий музей») Мастер – класс «Скажи « нет» вредным привычкам» (изготовление коллажа) Игры на свежем воздухе

22 июня (четверг) День единых действий «День Памяти и скорби»	День всенародной памяти жертв Великой Отечественной войны <i>Помнит мир спасенный...</i> Минутка здоровья «Стоп COVID-19!». Что надо знать о коронавирусе? Памятка «Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции» Спортивный час. Работа творческого объединения «Настольный теннис» Всероссийский урок Победы «Хранят деревья память о войне...» (https://pobeda.fededo.ru/ ,информационная платформа волонтерыпобеды.рф) Митинг «Памяти павших будем достойны...», возложение цветов к памятнику педагогам, погибшим во время Великой Отечественной войны Экскурсия к Вечному огню и Мемориалу Победы и Воинской Славы Игры на свежем воздухе
23 июня (пятница) День Олимпиады	Международный олимпийский день <i>«Ни сразу приходят победы, но снова вперед и вперед. Нас юность настойчиво, твердо, к спортивным рекордам зовет»</i> Минутка здоровья «Как поднять настроение за 300 секунд?» Спортивный час. Работа творческого объединения «Настольный теннис» Оздоровительное мероприятие «Голубая лагуна» - посещение бассейна Торжественное закрытие «Академии спорта» с торжественным церемониалом выноса государственного флага Турнир по настольному теннису «Ракетка победителя» Линейка, посвященная закрытию турнира Церемония награждения выпускников «Академии спорта»

24 июня (суббота) День Закрытия «Академии спорта»	<i>Мы встретимся снова!</i> Спортивный час. Работа творческого объединения «Белая ладья», «Общая физическая подготовка» Трудовой десант «Нас тут не было» Анкетирование «Лагерь «Олимп» - это...» (итоговая диагностика) Огонек прощания «От друзей секретов нет» КТД «Скажем лагерю - Прощай!!!». <i>Торжественная линейка, вынос флага</i> Закрытие смены
--	---

3. Ресурсное обеспечение программы

Кадровое обеспечение программы

Успех этой программы во многом зависит от кадрового обеспечения и уровня подготовки кадров.

Подбор персонала лагеря проводит администрация МБУДО «ЦДТ «Радуга». Педагогический состав лагеря ежегодно повышает уровень квалификации, принимая участие в городских и областных семинарах / вебинарах по организации летнего отдыха детей и подростков. В соответствии со штатным расписанием в реализации программы участвуют:

Начальник лагеря – организует, координирует и контролирует работу сотрудников лагеря; обеспечивает безопасность жизни и здоровья детей и сотрудников лагеря; оформляет необходимые документы на открытие и функционирование лагеря; руководит работой педагогического и вспомогательного персонала.

Воспитатель – обеспечивает реализацию плана работы; обеспечивает и отвечает за безопасность детей во время проведения культмассовых мероприятий; несет материальную ответственность за имущество, выданное на лагерь. Функции воспитателя заключаются в полной организации жизнедеятельности своего отряда: дежурство, труд по самообслуживанию, организация участия в мероприятиях. Воспитатель несет персональную ответственность за жизнь и здоровье каждого ребенка своего отряда.

Вожатый – организует и поддерживает работу отрядов, обеспечивает безопасность детей.

Педагоги дополнительного образования – организуют работу творческих объединений, проводят обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам, отвечают за содержание деятельности своих кружков, результативность работы и привлечение ребят к деятельности, участвуют в подготовке общественных мероприятий.

Обязанности обслуживающего персонала определяются начальником лагеря.

Задача педагогического коллектива заключается в создании условий ребенка для его безопасного времяпрепровождения для развития культуры взаимоотношений, духовного развития личности, формирования способности к собственному выбору и самореализации.

Для организации работы по реализации программы смены:

- проводятся ежедневные планерки воспитателя и вожатых;
- составляются планы работы отрядных вожатых, где отражаются и анализируются события и проблемы дня;
- оказывается методическая и консультативная помощь педагогам;
- сотрудники обеспечиваются методической литературой по проведению мероприятий, соревнований и т. д.;
- проводятся инструктажи с педагогами по охране жизни здоровья; мероприятий по профилактике детского травматизма.

Информационно-методическое обеспечение программы

1. Методические разработки:

- минутки здоровья и безопасности (*Приложение 10, 11*);
- сценарии мероприятий (*Приложение 6, 7, 8*);
- копилка игр (*Приложение 12*).

2. Электронные ресурсы:

Методические рекомендации для вожатых летнего лагеря: <http://angara-deti.ru/articles/12-metodicheskie-rekomendacii-dlja-vozhatyh-letnego-lagerja.html>

Портал «Я Вожатый» <http://xn--80admnw0a7d0a.xn--p1ai/>

Копилка вожатого летнего лагеря:

http://www.razumniki.ru/vogatuy_letniy_lager.html

Материалы для вожатых: <http://ogonek37.ru/index.php/2013-05-28-12-02-35.html>

Книга вожатого: лучшие сценарии для летнего лагеря / авт.-сост. В.И. Руденко. – Ростов н/д: Феникс, 2015. – 216, [1] с. – (Школа развития).
<http://www.phoenixrostov.ru/topics/book/?id=O0070651>

Отдых и оздоровление детей в Курганской области. – http://www.letokurgan.ru/metodicheskaya_kopilka/poleznye_materialy/ .

Материально-техническое обеспечение

Оборудование: помещение для занятий, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям; теннисные столы; шарик для настольного тенниса; ракетки.

Наградная продукция: медали, дипломы победителям конкурсов, почетные грамоты.

4. Механизм оценивания эффективности результатов программы

Организуя разнообразную и по формам, и по содержанию деятельность, педагогический коллектив Лагеря создает условия для того, чтобы как можно больше положительных качеств ребят проявлялось, активизировалось и развивалось.

Для того чтобы программа заработала, нужно создать такие условия, чтобы каждый участник процесса (взрослые и дети) нашел свое место, с удовольствием относился к обязанностям и поручениям, а также с радостью участвовал в предложенных мероприятиях.

Система диагностики результатов программы состоит из мнения педагогов, непосредственно реализующих программу, детей-участников программы и мнения независимых взрослых (родителей).

Критериями оценки качества реализации программы являются (Приложение 2):

- проявление ценностного отношения к Родине и Государственным символам РФ, семье, команде, природе, познанию, здоровью;
- проявление ребенком интереса к предлагаемой деятельности;
- приобретение ребенком знаний и социального опыта;
- уровень достижения заявляемых в программе результатов;
- уровень удовлетворенности подростков от участия в программе;
- уровень положительного эмоционального состояния детей;
- позитивное взаимодействие в команде, коллективе;

- качество организуемой деятельности.

Для оценки программы со стороны детей рекомендуется применять методы игровой диагностики, так как они наиболее соответствуют особенностям развития детей младшего школьного возраста и показывают максимально точный результат – полученные ребенком знания и опыт, их мнение, эмоции, реакцию и отношение к конкретной ситуации.

Способы оценки эффективности реализации программы: наблюдение, анкетирование, тест «Незаконченное предложение», цветовая модель («Экран достижений», «Ленточка дружбы»), отзыв за день (заметка от отряда), творческая мастерская «Ступеньки роста» (психолого-педагогическое сопровождение), рейтинг личностного роста «Карта успеха» (сравнительная оценка различных сторон деятельности личности и ее вклада в дела коллектива), методы игровой диагностики: «Цветик-семицветик» (проявление социально значимых качеств ребенка и его ценностное отношение к Родине и Государственным символам РФ, семье, команде, природе, познанию, здоровью), «Кидаем кубик» (полученные ребенком знания и социальный опыт), «Цветной сундук» (эмоциональное состояние детей), «Золотая коллекция» (уровень взаимодействия в команде, коллективе), блиц-опрос, интервью, творческий отзыв, отзывы детей и родителей, в том числе на официальном сайте МБУДО «ЦДТ «Радуга».

Оценка эффективности программы

Система показателей оценки качества реализации программы

На детском уровне:

- сформированность личностного потенциала участника лагерной смены;

На родительском уровне:

- удовлетворенность жизнедеятельностью временного детского коллектива в условиях детского оздоровительного лагеря;

На уровне администрации лагеря:

- выстроенность модели эффективного взаимодействия активных субъектов образовательно-воспитательного пространства детского оздоровительного лагеря;

На уровне социального заказа учреждениям отдыха и оздоровления детей:

- социально-педагогическое сопровождение летнего отдыха и оздоровления детей.

5. Факторы риска

№ п\п	Факторы риска	Меры профилактики
1.	Неблагоприятные погодные условия	Изменение режима дня по отношению к запланированным видам деятельности. Запасные формы работы, адаптированные для работы в помещении.
2.	Низкая активность детей в процессе реализации программы	Отбор эффективных методов и средств для повышения активности участников программы, стимулирование мотивации. Повышение мотивации к творческой, познавательной и социально-значимой деятельности посредством применения игровых технологий и технологий проектной деятельности.
3.	Усталость педагогического коллектива	Четкое распределение обязанностей, объединение коллективных усилий в сложных ситуациях
4.	Утомляемость детей	Хорошая организация мероприятий, чередование игровой деятельности с творческой, интеллектуальной, спортивной и другой.
5.	Конфликтные ситуации среди детей	- организация отрядных мероприятий с целью сплочения коллектива.

6.	Травматизм	Инструктаж по ТБ. Исключение травмоопасных ситуаций, ответственность и бдительность за здоровье, и жизнь детей.
7.	Несоответствие сюжета смены возрастным особенностям участников смены	Корректировка программы смены. Использование методик, стимулирующих развитие самостоятельности.
8.	Возникновение чрезвычайных ситуаций	Профилактические мероприятия по предупреждению ЧС и охране жизни детей в летний период: правила пожарной безопасности, правила поведения детей на прогулках, правила при проезде в автотранспорте, безопасность детей при проведении спортивных мероприятий, беседы по ПДД, тематические беседы о сохранении и укреплении здоровья.

6. Система обратной связи

«Экран настроения» – позволяет судить об эмоциональном состоянии детей ежедневно. Настроение детей ежедневно диагностируется при помощи смайлика разделенного на квадратики, что позволяет организовать индивидуальную работу с детьми. На красочном плакате расположены обозначения цветов. Определенному цвету соответствует определенное настроение.

7. Список использованной литературы

1. Аракелян Ю.А. «Смена маленького роста»: сборник информационно-методических материалов в помощь воспитателю детского лагеря, работающему с детьми 6-11 лет / Ю.А. Аракелян, А.А. Зарипова, С.И. Кравцова, О.В. Шевердина. ФГБОУ ВДЦ «Орленок», 2015. – 80 с.

2. Багапова Л.Д. «Мгновения отличного настроения»: методический сборник игр и упражнений для отрядного педагога / Л.Д. Багапова, А.А. Сайфина, Н.А. Сакович. ФГБОУ ВДЦ «Орленок», 2020. – 40 с.
3. Беляков Ю.Д. «Методика организации коллективных творческих дел и игр»: методическое пособие. Издание 2-е, переработанное и дополненное. ФГБОУ ВДЦ «Орленок», 2020. – 80 с.
4. Столярова В.В. «Развитие детской активности и инициативы»: методическое пособие. ФГБОУ ВДЦ «Орленок», 2015. – 80 с.
5. Здравствуй, лето красное!: игры и развлечения в летнем лагере / сост. Т.А. Бочарова, Л.А. Шабаршова. – Оренбург: ООДТДМ им. В.П. Поляничко, 2012. – 156 с.
6. Кувватов С.А. Активный отдых детей на свежем воздухе. Ростов н/Д: Феникс, 2012 - 311с.
7. . Кулаченко М.П. по Артамонова Л.Е Летний лагерь. Организация, работа вожатого, сценарии мероприятий. – М.: ВАКО, 2011 – 288 с.
8. Латыпова, Л.А. Создание психологического комфорта в детском оздоровительном лагере: методические рекомендации / Л.А Латыпова. – Оренбург: ОДТДМ, 2011. – 83с.
9. Лето – дело серьезное: сборник методических материалов / сост. Н.В. Соколова, Т.М. Пулова; под ред. М.Н. Крухмалевой; науч. конс. А.И. Щетинская. – Оренбург: ООДТДМ, 2012. – 120 с.
10. Материалы журналов «ПедСовет», «Последний звонок» 2016 – 2019 гг.
11. Матвеева Е.М. Азбука здоровья: профилактика вредных привычек. – М.: глобус, 2012 – 206с.
12. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1 – 4 классы). – М.: ВАКО, 2012 – 288с.
13. Палий Т.П. Роль оздоровительно-образовательного лагеря в социализации современных детей и подростков. / Научный журнал «Фундамен-

тальные исследования»// Современное образование, проблемы и решения – 2017, № 2, с. 72-75 (ссылка <https://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=2564>)

14. Пикалова, Г.Ф. Примерная программа обучения отрядных вожатых детских оздоровительных учреждений / Г.Ф. Пикалова //Внешкольник Оренбуржья. – 2011. №1-2.- С. 20-21.

15. Программный конструктор детского отдыха (Методические рекомендации по разработке и содержанию программ в сфере организации отдыха и оздоровления детей) / Авт.-сост. А.И. Романова, Н.В. Сафин. – Оренбург: Изд-во «Руссервис», 2017. – 38 с.

16. Создание психологического комфорта в детском оздоровительном лагере: методические рекомендации / авт.-сост. Л.А. Латыпова, Т.И. Лучина; науч. конс. А.Д. Насибуллина. – Оренбург: ОДТДМ, 2011. – 84 с.

17. Соколова, Н.В. Внимание каникулы!: сборник программ и материалов по организации каникулярного отдыха детей / Соколова Н.В. – Оренбург: Изд-во «Детство», 2010. – 136с.

18. Соколова, Н.В. Лето, каникулы – путь к успеху: сборник программ и игр для детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря / Н.В. Соколова. – Оренбург: Изд-во «Детство», 2009. – 120с.

19. Соколова, Н.В. Профильная смена как форма поддержки талантливых детей и подростков в условиях ДОЛ / Соколова Н.В. // Внешкольник Оренбуржья. – 2011. №1-2. – С. 5-7.

20. Сысоева М.Е. Организация летнего отдыха детей. – М.: ВЛАДОС, 2011 – 176с.

21. Теоретический и научно-методический журнал «Воспитание школьников», №4/ 2011, №2, 4/ 2014.

22. Чередниченко Н.Г. Как сделать смену яркой и полезной. Журнал «Практика административной работы в школе», №3/2014.

23. Чурина Л. Игры, конкурсы, задания. – М., АСТ; СПб.: Сова, 2012 – 62с.

24. Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. День приятных сюрпризов. – Ярославль: Академия развития; Владимир: ВКТ, 2010 – 224 с.

25. Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. В поисках приключений. - Ярославль: Академия развития. 2010

Интернет ресурсы:

- Библиотека методических материалов. Сайта «ИНФОУРОК»
<https://infourok.ru/biblioteka/dopolnitelnoe-obrazovanie>
- Электронная версия газеты «1 сентября. Начальная школа»
<http://ps.1september.ru>
- Международный образовательный портал МААМ.RU
<https://www.maam.ru>
- Сайт Государственного автономного учреждения по организации отдыха и оздоровления «Метеор». <https://chel-meteor.ru/>
- Ресурс для вожатых детских оздоровительных лагерей «Летний лагерь» www.summercamp.ru .

Методы реализации программы

Методы досуговой педагогики

Метод игры

Игра – самостоятельный и законный для детей, очень важный вид их деятельности, равноправный со всеми иными. Игра может выступать формой неигровой деятельности, элементом неигрового дела. Игра, как сказка, мультфильм, многократно повторяется в жизни ребенка, становясь его воспитательным тренингом. К концу нашего столетия, считает Ш. Амонашвили, целью педагогики станет не «общее развитие» детей, а раскрытие творческого потенциала каждого ребенка. Игра понятна и близка, в ней дети выражают свою интересную, оригинальную сущность.

Игрой легко выверить симпатии и антипатии детей, их выбор, предпочтения в среде сверстников. Игра выявляет знания, интеллектуальные силы. Игры показывают уровень организаторских способностей детей. Игры «проявляют» физические способности: ловкость, силу, выносливость, координацию и т.п.

Метод театрализации

Досуг детей имеет бесконечное множество сюжетов и социальных ролей. Неформальное общение ребят может быть в виде вечеринки: «голубого огонька»; морской кают-компании; русских «посиделок»: «завалинки»; «театральной гостиной»; праздника русской (любой) кухни; пира-бала именинников; дня этикета, «хоровода друзей» и др.

Метод театрализации реализуется через костюмирование, особый словарь общения. Театрализация знакомит детей с разнообразными сюжетами жизни.

Метод состязательности

Состязание – чисто детская привилегия. Состязание – внутренняя «пружина» раскручивания творческих сил, стимулирования к поиску, откры-

тию, побед над собой. Состязание распространяется на все сферы творческой деятельности ребенка, кроме нравственной.

Метод равноправного духовного контакта

Он основан на совместной деятельности дел взрослых «на равных» во всем. Педагоги и дети – равноправные члены клубов, творческих объединений, основанных на демократическом, гуманизированном общении.

Метод воспитывающих ситуаций

То есть вызванных к жизни (специально создаваемых) процедур самореализации, доверия, мнимого недоверия, организованного успеха, саморазвивающего дела и т.п.

Метод импровизации

Импрум (англ.) – самопроверка, улучшение, усовершенствование. Жизнь детей импровизирована. В импровизации заложен механизм имитационного поведения. Дети очень легко поддаются внушению. Пример одного входит в подсознание другого, минуя разнотональность сознания. В результате включается этот древний, пришедший от прародителей механизм. Импровизация – действие, не осознанное и не подготовленное заранее так сказать, экспромт. Импровизация выводит на практическую и творческую предприимчивость. Искусство импровизации – это порождение искусства, соблазна, творческого успеха. Импровизация базируется на синдроме подражания с применением своего авторского начала.

Методы оздоровления:

- утренняя гимнастика;
- влажная уборка, проветривание;
- организация питания воспитанников;
- витаминизация;
- спортивные занятия и соревнования;
- эстафета;
- спортивные праздники;
- подвижные игры;

- экскурсии;
 - посещение бассейна;
 - беседы о вредных привычках;
 - беседы по гигиеническому воспитанию и профилактике травматизма
- и т.д.

Методы воспитания:

- убеждение;
- поощрение;
- личный пример;
- вовлечение каждого в деятельность;
- тематические праздники;
- конкурсы;
- развлекательные программы;
- посещение краеведческого музея города и музейной комнаты ЦДТ «Радуга»;
- беседы;
- экскурсия к Вечному огню и Мемориалу Победы и Воинской Славы;
- самоуправление и т.д.

Методы образования:

- словесные методы (объяснение, беседа, рассказ, диалог);
- информационно-репродуктивный;
- объяснительно-репродуктивный;
- экскурсии;
- игра;
- занятия в объединениях;
- конкурс рисунков на асфальте;
- КТД и т.д.

Критерии оценки качества реализации программы

Обследуемые параметры личности	Методики
Проявление социально значимых качеств ребенка и его ценностное отношение к Родине и Государственным символам РФ, семье, команде, природе, познанию, здоровью	- «Цветик-семицветик» (метод игровой диагностики)
Полученные ребенком знания и социальный опыт	- «Кидаем кубик» (метод игровой диагностики)
Уровень достижения заявленных в программе результатов: - интересы, склонности и ожидания детей и подростков, а также их родителей; - познавательная активность, творческий, духовный и интеллектуальный потенциал детей и подростков, лидерские, организаторские способности; - эмоционально-психологический климат в группе; - социальная активность, адаптированность, автономность и нравственная воспитанность;	- анкетирование («Анкета-знакомство», «Анкета для родителей детей, отдыхающих в лагере» в начале смены); - коллективно-творческие дела, наблюдение (в течение смены); - «Сад настроения», «Экран достижений», «Ленточка дружбы», наблюдение (в течение смены); - тесты, опросы, беседы, анкетирование детей, наблюдение (тест «Незаконченное предложение», опросник М. И. Рожкова на выявление уровня социальной ак-

- креативность, стремление к познанию окружающего мира; - характер межличностных отношений. - сравнительная оценка различных сторон деятельности личности и ее вклада в дела коллектива. - эмоциональное состояние детей.	тивности, социальной адаптированности, социальной автономности и нравственной воспитанности в течение смены); - наблюдение в процессе включения в различные виды творческой деятельности (в течение смены); - игры, наблюдение, анкетирование («Анкета для родителей детей, отдыхающих в лагере» в течение смены); - рейтинг личностного роста «Карта успеха» - «Цветной сундук» (метод игровой диагностики)
Уровень взаимодействия в команде, коллективе	- «Золотая коллекция» (метод игровой диагностики)
Уровень удовлетворенности детей своим коллективом	- методика А.Н. Лутошкина «Какой у нас коллектив»
Уровень удовлетворенности детей и подростков, а также родителей от участия в программе	- анкетирование детей и родителей («Анкета «Как мы жили?» в конце смены); - отзыв за день (заметка от отряда); - отзывы детей и родителей, в том числе на официальном сайте «МБУДО «ЦДТ «Радуга»».
Качество организуемой деятельности	посещение дела представителями

	административной группы, методистами и последующий его анализ с педагогом или творческой группой педагогов, самоанализ дела представителями творческой группы, оценка дела детьми- участниками, аналитические планерки, совещания.
--	--

Медицинский контроль спортсменов (медицинская диагностика детей) проводится в начале и в конце смены. Он включает в себя измерение роста, взвешивание, а также динамометрию (сила мышц) и спирометрию (объем легких).

Для мониторинга личностного роста используется рейтинг личностного роста участников смены. Рейтинг личностного роста – это сравнительная оценка различных сторон деятельности личности и ее вклада в дела коллектива.

Рейтинг определяется ежедневно: каждому участнику по итогам дня присваивается медали (за участие и подготовку в мероприятиях) – символов рейтинга.

Таким же образом ведутся командные соревнования.

По результатам деятельности оздоровительного лагеря с дневным пребыванием будет подготовлен аналитический отчет, фотоотчет о результатах реализации программы. Также информация о деятельности лагеря будет в СМИ, на сайте ЦДТ «Радуга», в группе «Профильный лагерь «Олимп» ВКонтакте.

1. Анкета – знакомство

Дорогой друг! Ты пришел в лагерь, который очень рад встрече с тобой и хочет помочь тебе интересно, весело и с пользой для себя провести время.

Что тебя интересует? Что ты ждешь от лагеря? Какие у тебя задумки, осуществить которые ты хотел бы, но пока не знаешь как?

Вот почему мы предлагаем тебе ответить на вопросы анкеты. Твои искренние и полные ответы помогут нам быстрее познакомиться с тобой и позаботиться о тебе, учитывая твои желания, способности, интересы. Для этого надо прочитать сам вопрос, возможные ответы на него и выполнить рекомендации, которые даны в скобках. Итак, приступай!

1. Меня зовут (фамилия, имя) _____

Возраст _____ лет Отряд _____

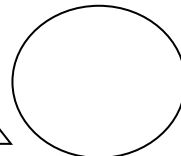
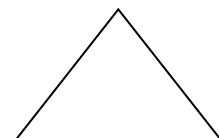
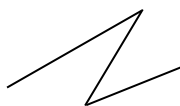
Место проживания (откуда ты приехал) _____

Мне нравится, когда меня называют (указать) _____

Какой Я (написать прилагательные, которые тебя характеризуют) _____

Ты пришел (а) по желанию или по настоянию родителей _____

2. Выбери, пожалуйста, фигуру, которая больше всего соответствует твоему



внутреннему миру:

квадрат

прямоугольник

зигзаг

треугольник

круг

3. Дома в свободное время я увлекаюсь:

а) танцами

д) спортом

з) журналистикой

л)

свой вариант:

б) литературой

е) театром

и) вязанием

в) музыкой

ё) туризмом

й) вышиванием

г) пением

ж) рисованием

к) компьютер

4. Мои ожидания от смены (отметь выбранные варианты).

а) получить новые знания о _____

б) лучше понять и узнать себя;

в) познакомиться с новыми людьми;

з) беспечно провести время;

д) попробовать себя в самостоятельной жизни;

е) что-то ещё (указать) _____

5. Я пришел в этот лагерь, чтобы (продолжи фразу) _____

6. В своих сверстниках я ценю больше всего (отметь наиболее 3 важных для тебя):

а) честность

е) общительность

й) достоинство

б) взаимоуважение

ё) интеллект

к) благородство поступков

в) решительность

ж) внешние данные

л) инициативность

г) взаимопомощь

з) сильный характер

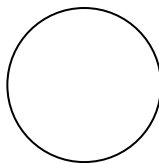
м) целеустремлённость

д) чувство юмора

и) аккуратность

н) ответственность

7. Представь себе, что круг – это твой отряд, поставь крестик в том месте, где ты ощущаешь себя в отряде:



Опросник М. И. Рожкова на выявление уровня социальной активности, социальной адаптированности, социальной автономности и нравственной воспитанности (в середине смены)

Каждое суждение оценивается ребенком в баллах по следующей шкале:

- 4 – всегда;
- 3 – часто;
- 2 – иногда;
- 1 – редко;
- 0 – никогда.

Текст опросника.

1. Стараюсь слушаться во всем своих вожатых.
2. Считаю, что всегда надо отличаться чем-то от других.
3. За что бы я ни взялся – всегда добиваюсь успеха.

4. Умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать добро – главное в жизни.
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. В споре с друзьями я до конца отстаиваю своё мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
12. Мне нравится помогать другим.
13. Я хочу, чтобы со мной все дружили.
14. Если мне не нравятся люди, я с ними не общаюсь.
15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать.
16. Переживаю неприятности других, как свои.
17. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
18. Всегда доказываю свою правоту, даже если никто не согласен со мной.
19. Всегда довожу дело до конца.
20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.

1	5	9	13	17
2	6	10	14	18
3	7	11	15	19
4	8	12	16	20

Среднюю оценку получаем:

Адаптированности – сложив оценки первой строчки, разделив их на пять.

Автономности – сложив оценки второй строчки, разделив их на пять.

Социальной активности – сложив оценки третьей строчки, разделив их на пять.

Уровень воспитанности – сложив оценки четвертой строчки, разделив их на пять.

4 – высокий уровень.

3 – норма.

меньше 3 – низкий.

3. Анкета для родителей детей, отдыхающих в лагере

1. Фамилия, имя ребенка _____
2. Дата рождения _____
3. Бывал ли ребенок ранее в детских лагерях? (ДА/НЕТ)
4. Умеет ли он плавать? Плавает хорошо, держится на воде, плавать не умеет? (нужное подчеркнуть)
5. Чем увлекается Ваш ребенок? Какие секции или кружки посещает? _____

6. Как он себя ощущает в детском коллективе (оцените):
 - «как рыба в воде»,
 - сдержанно,
 - настороженно,
 - замкнут в себе,
 - другое _____
7. Страдает ли ребенок хроническим заболеванием? Каким? _____
8. Имеет ли ребенок противопоказания для занятий спортом?
Если да, то какие? _____
9. Есть ли ограничение при пребывании на солнце? (ДА/НЕТ)
10. Наличие аллергических реакций (ДА/НЕТ). Укажите источник аллергии (продукты, медикаменты и т.д.) _____
11. Дополнительная информация, о которой вы хотели бы нам сообщить: _____

Методика А.Н. Лутошкина «Какой у нас коллектив?»

Цель: определить степень удовлетворенности детей своим коллективом.

Ход проведения.

Детям предлагаются характеристики различных уровней развития коллектива по А.Н. Лутошкину: «Песчаная россыпь», «Мягкая шина», «Мерцающий маяк», «Алый парус», «Горящий факел».

«Песчаная россыпь»

Присмотритесь к песчаной россыпи - сколько песчинок собрано вместе, и в то же время каждая из них сама по себе. Налетит слабый ветерок и отнесет часть песка в сторону, рассыплет по площадке. Дунет ветер посильнее - и не станет россыпи.

Бывает так и в группах людей. Там тоже каждый как песчинка: вроде все вместе, и в то же время каждый отдельно. Нет того, что «сцепляло» бы, соединяло людей. Здесь люди или еще мало знают друг друга, или просто не решаются, а может быть, и не желают пойти навстречу друг другу. Нет общих интересов, общих дел. Отсутствие твердого, авторитетного центра приводит к рыхлости, рассыпчатости группы.

Группа эта существует формально, не принося радости и удовлетворения всем, кто в нее входит.

«Мягкая глина»

Известно, что мягкая глина - материал, который сравнительно легко поддается воздействию, и из него можно лепить различные изделия. В руках хорошего мастера а таким в группе, классе, ученическом коллективе может быть командир или организатор дела - этот материал превращается в искусно изготовленный сосуд, в прекрасное изделие. Но он может остаться простым куском глины, если к нему не приложить усилий. Когда мягкая глина оказывается в руках неспособного человека, она может принять самые неопределенные формы.

В группе, находящейся на этой ступени, заметны первые усилия по сплочению коллектива, хотя они и робки, не все получается у организаторов, нет достаточного опыта совместной работы.

Скрепляющим здесь звеном еще являются нормальная дисциплина и требования старших. Отношения разные - доброжелательные, конфликтные. Ребята по своей инициативе редко приходят на помощь друг другу. Существуют замкнутые приятельские группировки, которые мало общаются друг с другом, нередко ссорятся. Подлинного мастера - хорошего организатора пока нет или ему трудно проявить себя, так как по-настоящему его некому поддерживать.

«Мерцающий маяк»

В штормовом море маяк и опытному, и начинающему мореходу приносит уверенность: курс выбран правильно, «так держать». Заметьте, маяк горит не постоянно, а периодически выбрасывает пучки света, как бы говоря: «Я здесь, я готов прийти на помощь».

Формирующийся коллектив озабочен тем, чтобы каждый шел верным путем. В таком ученическом коллективе преобладает желание трудиться сообща, помогать друг другу, бывать вместе. Но желание - это еще не все. Дружба, товарищеская взаимопомощь требует постоянного горения, а не одиночных, пусть даже частых вспышек. В группе есть на кого опереться. Авторитетны «смотрители» маяка, те, кто не даст погаснуть огню, организаторы, актив.

Группа заметно выделяется среди других групп своей индивидуальностью. Однако ей бывает трудно до конца собрать свою волю, найти во всем общий язык, проявить настойчивость в преодолении трудностей, не всегда хватает сил подчиниться коллективным требованиям у некоторых членов группы. Недостаточно проявляется инициатива, не столь час то вносятся предложения по улучшению дел не только в своем коллективе, но и в том более значительном коллективе, в который он, как часть, входит. Мы видим проявление активности всплесками, да и то не у всех.

«Алый парус»

Алый парус - это символ устремленности вперед, не успокоенности, дружеской верности, преданности своему долгу. Здесь действуют по прин-

ципу «один за всех, и все за одного». Дружеское участие и заинтересованность делами друг друга сочетаются с принципиальностью и взаимной требовательностью. Командный состав парусника - знающие и надежные организаторы, авторитетные товарищи. К ним обращаются за советом, помощью, и они бескорыстно оказывают ее. У большинства членов «экипажа» проявляется чувство гордости за свой коллектив; все переживают горечь, когда их постигают неудачи. Коллектив живо интересуется, как обстоят дела в других коллективах, например, в соседних. Бывает, что приходят на помощь, когда их об этом попросят.

Хотя коллектив и сплочен, но бывают моменты, когда он не готов идти наперекор бурям и ненастьям. Не всегда хватает мужества признать свои ошибки сразу, но постепенно положение может быть исправлено.

«Горящий факел»

Горящий факел - это живое пламя, горючим материалом для которого являются тесная дружба, единая воля, отличное взаимопонимание, деловое сотрудничество, ответственность каждого не только за себя, но и за весь коллектив. Да, здесь хорошо проявляются все качества коллектива, которые мы видели на ступени «Алый парус». Но это не все.

Светить можно и для себя, пробираясь сквозь заросли, поднимаясь на скалы, спускаясь в ущелья, проторяя первые тропы. Но разве можно чувствовать себя счастливым, если рядом кому-то трудно, если позади тебя коллективы, группы, которым нужна твоя помощь и твоя крепкая рука? Настоящий коллектив - тот, где бескорыстно приходят на помощь, делают все, чтобы принести пользу людям, освещая, подобно легендарному Данко, жаром своего сердца дорогу другим.

Дети оценивают уровень развития своего коллектива. На основании ответов педагог может определить по пятибалльной шкале степень их удовлетворенности своим классом, узнать, как оценивают школьники его сплоченность, единство. Вместе с тем удастся выявить тех учащихся, которые недооценивают или переоценивают (по сравнению со средней оцен-

кой) уровень развития коллективистских отношений, довольных и недовольных ими.

Возможен и другой вариант использования этой методики. Дети обсуждают, разбившись на группы, следующие вопросы: на каком этапе развития коллектива находится наше классное сообщество и почему; что нам мешает подняться на более высокий уровень развития; что поможет стать нам более сплоченным коллективом. В этом случае педагог может получить более развернутую информацию о состоянии взаимоотношений в коллективе, удовлетворенности детей своим коллективом, видении школьниками перспектив его развития.

Социометрия

Цель: изучить состояние эмоционально-психологических отношений в детской общности и положение в них каждого ребенка.

Необходимо для проведения. Каждый учащийся должен иметь бланк со следующим текстом:

Ф.И.

Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

Если бы у тебя была возможность пригласить кого-либо из учащихся своего класса к себе на день рождения, то кого ты пригласил(а) бы? (Укажи 3 фамилии этих людей, начиная с самого предпочтительного).

А кого пригласил(а) бы на день рождения в последнюю очередь? (Укажи 3 фамилии этих людей, начиная с самого неприятного).

Кому ты доверяешь свою тайну? (Укажи 3 фамилии этих людей).

Кому никогда не доверишь свою тайну? (Укажи 3 этих людей).

Ход проведения. Исследователь задает поочередно 4 вопроса, которые являются критериями выбора (2 положительных и 2 отрицательных выбора). Каждый из испытуемых, отвечая на них, записывает на бланке ниже предлагаемого вопроса фамилии трех человек, которым он отдает свои выборы. При этом первым указывается тот учащийся, кому испытуемый отдает свои наибольшие симпатии (антипатии - при отрицательных критериях-вопросах),

затем записываются фамилии тех, кому отдается предпочтение во вторую и третью очередь. При ответе на разные вопросы фамилии выбранных учащихся могут повторяться (об этом следует скатать испытуемым). После выполнения задания исследователь и испытуемые должны проверить, названы ли после каждого вопроса фамилии трех человек. Правильное выполнение задания облегчает обработку результатов эксперимента.

Обработка и интерпретация полученных данных. На основании полученных результатов составляется социометрическая матрица.

Она состоит: по вертикали - из списка фамилий учащихся, расположенных в алфавитном порядке и сгруппированных по половому признаку; по горизонтали из номеров, под которыми испытуемые обозначены в списке.

Напротив фамилии каждого испытуемого заносятся данные о сделанных им выборах. Например, если Александров П. отдал свой первый выбор в эксперименте по первому критерию Иванову С., то цифра 1 ставится на пересечении первой строки и второго столбца. Второй выбор Александров отдал Петрову Д., поэтому цифра 2 записывается в квадрате на пересечении первой строки и третьего столбца. Если испытуемые сделали взаимные выборы, то соответствующие цифры этих выборов обводятся кружочками. Внизу матрицы подсчитывается количество выборов, полученных каждым испытуемым (по вертикали сверху вниз), в том числе и взаимных выборов. Таким же образом составляется матрица отрицательных социометрических выборов.

В зависимости от количества полученных социометрических положительных выборов можно классифицировать испытуемых на 5 статусных групп.

Классификация испытуемых по итогам социометрического эксперимента:

Статусная группа	Количество полученных выборов
«Звезды»	В два раза больше, чем среднее число полученных одним испытуемым выборов.
«Предпочитаемые»	В полтора раза больше, чем среднее число полу-

	ченных одним испытуемым выборов
«Принятые»	Равно или несколько больше (меньше) среднего числа полученных одним испытуемым выборов
«Непринятые»	В полтора раза меньше, чем среднее число полученных одним испытуемым выборов
«Отвергнутые»	Равно нулю или в два раза меньше, чем число полученных одним испытуемым выборов

Опросник М. И. Рожкова на выявление уровня социальной активности, социальной адаптированности, социальной автономности и нравственной воспитанности (в конце смены)

Каждое суждение оценивается ребенком в баллах по следующей шкале:

- 4 – всегда;
- 3 – часто;
- 2 – иногда;
- 1 – редко;
- 0 – никогда.

Текст опросника.

1. Стараюсь слушаться во всем своих вожатых.
2. Считаю, что всегда надо отличаться чем-то от других.
3. За что бы я ни взялся – всегда добиваюсь успеха.
4. Умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать добро – главное в жизни.
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. В споре с друзьями я до конца отстаиваю своё мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
12. Мне нравится помогать другим.

13. Я хочу, чтобы со мной все дружили.
14. Если мне не нравятся люди, я с ними не общаюсь.
15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать.
16. Переживаю неприятности других, как свои.
17. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
18. Всегда доказываю свою правоту, даже если никто не согласен с моим мнением.
19. Всегда довожу дело до конца.
20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.
21. В лагере я прислушивался к мнению окружающих.
22. В период пребывания в лагере мои взгляды изменились.
23. В лагере я стал активнее.
24. Обо мне мои товарищи в лагере могли сказать, что я добрый и справедливый.
25. Мне хотелось уехать из лагеря.
26. Мне хотелось, чтобы смена была более долгой.
27. О вожатых я могу сказать: «Они мои друзья».

1	5	9	13	17	21	25
2	6	10	14	18	22	26
3	7	11	15	19	23	27
4	8	12	16	20	24	

При анализе данные изменения по основным показателям сравниваются с ответами на вопросы 21 (адаптивность), 22 (автономность), 23 (активность), 24 (нравственность), 24-й и 25-й вопросы отражают субъективное самочувствие ребёнка в лагере, 27-й – отношение к педагогам.

Среднюю оценку получаем:

Адаптированности – сложив оценки первой строчки, разделив их на пять.

Автономности – сложив оценки второй строчки, разделив их на пять.

Социальной активности – сложив оценки третьей строчки, разделив их на пять.

Уровень воспитанности – сложив оценки четвертой строчки, разделив их на пять.

4 – высокий уровень.

3 – норма

меньше 3 – низкий.

Анкета «Как мы жили?» (вариант 1)

Дорогой друг! Прошла лагерная смена. Чем она запомнилась тебе, как ты чувствовал себя в нашем лагере, что волновало тебя? Это те вопросы, ответив на которые, ты сможешь помочь нам проанализировать нашу работу. А мы постараемся сделать так, что бы приехав в следующий раз, ты чувствовал себя более комфортно.

Фамилия, имя _____ Возраст _____ лет

Место проживания	Отряд
------------------	-------

Ответ, пожалуйста, на следующие вопросы:

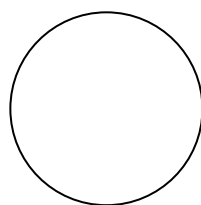
1. Понравилось ли тебе отдыхать в нашем лагере? _____
2. Кем ты чаще всего был в течение смены (выбери одну позицию)?
 - а) организатором
 - б) активным участником
 - в) генератором идей (предлагал (а) новые идеи)
 - г) наблюдателем (на все смотрел со стороны)
3. В чем из предложенного в смене ты смог себя проявить (отметь галочкой)?
 - а) в оформлении отрядного уголка
 - б) в организации и проведении дел в отряде
 - в) в активном участии в общелагерных мероприятиях
 - г) в спорте
 - д) в прикладном творчестве (кружках)
 - е) в сценическом творчестве (выступления на сцене)
 - ё) свой вариант

4. Какие отрядные, общелагерные мероприятия тебе запомнились (понравились) больше всего (перечисли) _____

5. Самым трудным для меня в лагере было _____

6. За время, проведённое в лагере, я стал (научился, изменился) _____

7. Представь себе, круг – это твой отряд, поставь крестик в том месте, где ты ощущаешь себя в отряде:



8. Больше всего за смену мне понравилось (запомнилось) _____

9. Уезжая из лагеря, я хотел (а) бы сказать _____

Методы игровой диагностики

«Цветик-семицветик»

Ребятам предлагается нарисовать цветик-семицветик и написать на нем 7 своих пожеланий (предварительно пронумеровав каждый лепесток). В зависимости от того, что ребенок классифицирует пожелания детей: для себя, для родных и друзей/одноклассников/отряда, для малой Родины, для страны, для всего народа, мира. Анализируя перечень пожеланий, можно личности ребенка.

«Кидаем кубик»

Детям предлагается бросить кубик и рассказать, что он запомнил после того или иного дела, используя то число слов/фраз, какое выпало на кубике.

«Цветной сундук»

Детям выдается большой лист бумаги с изображением сундука и предлагается его раскрасить. Каждый выбирает для раскраски какой-то изображения и цвет в зависимости от самочувствия.

Оранжевый – если они хорошо себя чувствуют, нашли друзей и готовы принимать участие в событиях;

Голубой – если всё хорошо, но есть что-то, что им не совсем нравится;

Фиолетовый – если им скучно и хочется домой.

«Золотая коллекция»

Детям предлагают каждому взять по три разных медали и вручить их:

- тому, кому хочется сказать спасибо за сегодняшний день;
- тому, кто стал твоим другом и поддержит тебя в любой момент.

ИТОГОВАЯ АНКЕТА

Дорогой друг!

Наша смена подходит к концу. Нам очень хочется узнать, как тебе понравилось в лагере.

Напиши свое имя и фамилию _____

Удалось ли тебе подружиться с ребятами из отряда?

Было ли тебе сложно или страшно общаться с ребятами?

Были ли люди (взрослые или дети), которые помогали тебе преодолевать их?

Какое событие из жизни лагеря тебе запомнилось больше всего?

Какое мероприятие из жизни отряда тебе запомнилось больше всего?

Чему ты научился за эту смену?

Что, по твоему мнению, нужно убрать из лагерной жизни?

Оправдались ли твои ожидания в ходе этой смены?

Спасибо за ответы!

Метод анализа «Пять пальцев»

Каждому ребенку предлагается посмотреть на свою ладонь и подумать, глядя на нее. Этот анализ можно сделать в форме личных дневников.

1. Мизинец (М) - «мысль»: какие знания и опыт я сегодня приобрел.
2. Безымянный (Б) - «близка ли цель»: что сегодня я сделал для достижения.

3. Средний (С) - «состояние духа»: каким было мое настроение и от чего оно зависело.

4. Указательный (У) - «услуга»: чем я мог помочь другим людям, чем порадовал их.

5. Большой (Б) - «бодрость тела»: как я физически чувствовал себя, что я сделал для своего здоровья.

«Если бы я был...». Ребятам задается такой вопрос: «Если бы я был волшебником, то в сегодняшнем дне я бы...

☐ исправил...

☐ сделал...

☐ добавил...

«Цвета». Ребятам предлагается ответить на вопрос: «Каким цветом вы бы окрасили сегодняшний день и почему?», после чего ответы коллективно обсуждаются.

Метод коллективного рассказа. Каждый ребенок по очереди произносит предложения на тему «На что похож сегодняшний день?»

**Режим дня
профильного лагеря «Олимп»**

8.30 – 9.00	Сбор детей <i>Солнышко встает – спать спортсменам не дает. Вы пришли? Мы очень рады.</i>
9.00 – 9.10	Зарядка <i>Чтобы день твой был в порядке, ты начни его с зарядки!</i>
9.10 – 9.15	Утренняя линейка <i>Пора – пора на линейку, детвора!</i>
9.13 – 10.00	Завтрак <i>Даже пасмурное утро не испортит завтрак нам, Любим мы молочный супчик, и «спасибо» поварам!</i>
10.00 – 12.00	Оздоровительные мероприятия, игры на свежем воздухе, занятия в кружках <i>Солнце светит ярко-ярко, нам от солнца жарко-жарко! Лето, воздух и вода – наши лучшие друзья!</i>
12.00 – 13.00	Организация и проведение творческих дел, работа по плану отряда <i>Вместе всем нам весело, правда, детвора? Настроенье бодрое, крикнем мы «УРА»!</i>
13.00 – 14.00	Обед <i>Раз, два - три, четыре! Три, четыре - раз, два! Подкрепиться всем нам нужно! На обед идем мы дружно!</i>
14.00 – 14.30	Свободная деятельность по интересам. Уход детей домой <i>Вот и кончилась игра, расставаться нам пора! Дома мы постим чуть-чуть, утром снова в лагерь! В путь!</i>
14.30 – 15.00	Подготовка педагогов к следующему дню

Атрибутика «Академии спорта»

Лагерь украшен символами олимпийского движения: олимпийский флаг, эмблема, гимн.

Эмблема



Флаг



Название отряда: Чемпионы

Максимум спорта, максимум смеха!

Так мы быстрее добьемся успеха.

Если другой отряд впереди,
Мы ему скажем: Ну, погоди!

Название отряда: Спортсмены

Девиз:

Ни сразу приходят победы,
Но снова вперед и вперед.
Нас юность настойчиво, твердо,
К спортивным рекордам зовет.

Песня «Самый лучший лагерь»

на мотив песни Хавтана «Самый лучший город»

1. Этот лагерь – самый лучший лагерь на Земле,
Он как будто предназначен в дар тебе и мне,
Нарисованная сказка, в ней: и я, и ты,
Разноцветные надежды, яркие мечты.
Этот лагерь на зарядку поутру спешит
И в обед по блюдам бодро ложками стучит.
Если хочешь быть счастливым, приходи, дружок!
И получишь на все лето радости глоток.

Припев:

Я не знаю, где еще такое лето
Мне можно отыскать.
Я, пожалуй, навсегда запомню это
И вернусь сюда опять.

2. Этот лагерь не похожий ни на что вокруг,
Здесь для каждого вожатый – настоящий друг.
Помогает он ребятам дружбу отыскать,
Всем девчонкам и мальчишкам детство удержать.
Помогает быть активным, верить в чудеса,

Отдыхает только если всего лишь полчаса.
Дарит детям каждой смены радость и уют,
Дети здесь живут как в сказке, дружат и поют.

Привет:

Я не знаю, где еще такое лето
Мне можно отыскать.
Я, пожалуй, навсегда запомню это
И вернусь сюда опять.

3. Этот лагерь не похожий ни на что вокруг
Улыбаются детишки и за 5 минут
Помогают всем вожатым верить в чудеса,
Зажигают свечку дружбы, смотрят в небеса.
Этот лагерь самый лучший лагерь на Земле!
Он как будто предназначен в дар тебе и мне,
Тренировки, эстафеты, детская игра –
Не успеешь оглянуться и домой пора.

Привет.

Мы не знаем, где еще на этом свете
Есть такие же места.
Мы, конечно, захотим еще сюда прийти
И остаться навсегда.

Спортивная речевка

Мы идем на стадион,
Отряд наш будет чемпион.
Мускулы сильные (говорят мальчики),
А сами мы красивые (говорят девочки).
Кто задору, солнцу рад?
Эй, спортсмены, стройтесь в ряд!

А команда есть?
Есть!
Капитаны здесь?
Здесь!
Выходи скорее в поле
Поддержать отряд и честь!

Мы спортивные ребята.
Впереди мы всех отрядов.
На зарядку ходим строем,
Отжимаемся по полной.
Силу нашу закаляем
И того же вам желаем.

Начинаем новый день,
Прогоняй скорее лень,
Подымись, глаза протри!
На зарядку, раз-два, три!

Кто ребятам друг всегда?
Солнце. Воздух и вода!
Это где вы почернели?
Мы на солнце загорели!
Наши мускулы сильны,
Мы родной страны сыны.
Что нам нужно для труда?
Солнце, воздух и вода!

Лагерь «Олимп» - это «Академия спорта», которая живет по своим законам. В лагере соблюдаются традиции: открытие и закрытие «Академии»,

награждение и чествование победителей соревнований, занесение наиболее активных студентов в Книгу Почета «Академии».

Устав «Академии спорта»

1. **Правда.** Запомни, правда, нужна не только тебе, но и окружающим тебя людям!

2. **Честь.** Вспоминай о своей физической силе только наедине с собой. Помни о своей духовной силе, долге, благородстве, достоинстве.

3. **Уважение.** Уважай своих коллег, а также гостей «Академии спорта».

4. **Забота.** Прежде чем требовать внимание к себе, прояви его к окружающим. Помни об их интересах, нуждах, потребностях других людей.

5. **Добро.** Будь добр к ближнему, и добро вернется к тебе.

Законы «Академии спорта»

Закон дисциплины. Без разрешения не покидай лагерь. Будь хозяином своего лагеря и помни, что рядом соседи: не надо мешать друг другу. Береги тренера-преподавателя – другой может быть хуже!

Закон чистоты и порядка. Будьте хозяином в лагере, относитесь к нему, как к дому: бережно, по-хозяйски.

Закон территории. На территории лагеря воспрещается:

- предпринимать действия, ведущие к нанесению материального, физического вреда себе и окружающим;
- самостоятельный выход за территорию лагеря;
- нахождение в местах, не предназначенных для посещения отдыхающими нашего лагеря;
- сиденье на карнизах, подоконниках и других опасных для жизни и здоровья местах;
- наносить ущерб имуществу лагеря.

Закон милосердия. Тебе хорошо, но посмотри вокруг – рядом могут быть люди, у которых слезы на глазах. Помоги им. Не забывай о них.

Закон свободы. Можно все, что безопасно для тебя и других людей.
Можно все, что не мешает окружающим.

Закон сюрпризов. Доброе слово и кошке приятно!

Закон правой руки. Если поднята правая рука – все замолкают.

Закон ноль-ноль.

Время дорого у нас: берегите каждый час.

Чтобы не опаздывать, изволь выполнять закон 00.

Закон моторчика. Долой скуку! Будь расторопным и мобильным!

Закон выносливости. Будь вынослив, помогай другим быть таким же.

Закон дружбы. Один за всех и все за одного! За друзей стой горой!

Закон творчества. Творить всегда, творить везде, творить на радость людям!

Закон доброты и толерантности. По этому закону устанавливаются дружеские, уважительные отношения сверстников, старших и младших. Коллектив осуждает грубость, оскорбления и защищает каждого члена летнего лагеря.

Закон точного времени. Помните: время дорого, каждой секунде – особый счет!

Закон песни. Знаешь – поешь, не знаешь – слушаешь. Никогда не мешаешь песне разговорами, озорством.

Заповеди

Даже если трудно, доведи дело до конца.

Один за всех и все за одного.

Дисциплина и порядок – прежде всего.

Каждое дело вместе.

Все делай творчески, а иначе зачем?

Правила «Академии спорта»

1. «Академии спорта» – наш дом, мы хозяева в нем. Чистота, порядок, уют и покой зависят, прежде всего, от тебя.

2. Если тебе хорошо – поделись с товарищем.

3. Время дорого у нас, береги каждый час. Каждое дело должно начинаться и заканчиваться вовремя. Не заставляй себя ждать и беспокоиться напрасно.

4. Каждый в ответе за то, что с ним происходит. Помни, что о тебе заботятся, хотят видеть в твоих поступках только хорошее.

5. Игра – это «зеркало» жизни. Не забывай про свое отражение, смотри в «зеркало» чаще.

6. Помни, ты в ответе за тех, кого «приручил».

7. Сначала подумай, потом действуй. Не стесняйся спросить совета.

8. Поспешишь – весь отряд насмешишь.

9. На соревнованиях борись честно.

В целях стимулирования к позитивной творческой деятельности и соблюдения законов «Академии» в лагере действует система поощрений и взысканий. За особые успехи отряд получает олимпийский флажок. Лагерь имеет свои законы, за нарушение которых отряд получает штрафной флажок черного цвета. Он уничтожает 2 олимпийских флажка. В конце смены посчитывается количество флажков. Команда, набравшая наибольшее количество олимпийских флажков за вычетом черных флажков, побеждает.

Тематические «Огоньки»

Огонек орг. периода «Знакомьтесь, это мы!»

Цель: знакомство детей и вожатых друг с другом, формирование у детей потребности в общении, в рефлексии совместной деятельности; организация процесса самопознания.

На первом огоньке познакомить ребят с правилами и законами огонька.

Данная форма огонька предполагает со стороны ведущих разговор об особенностях лагеря, легенды, песни. Как вариант вступительного слова ведущего огонька – легенда, в ходе рассказа которой звучат традиции огонька....

Вопросы огонька: Кто мы? Что мы хотели бы получить от смены в лагере? Наш отряд – это...? Разговор можно вести в рамках легенды, рассказываемой ведущим, в конце огонька легенду можно завершить, или перенести ее завершение на прощальный огонек. При подготовке к огоньку можно использовать методику «Письмо в конец смены»: ребята запечатывают письма в конверт на первом огоньке отряда, а на прощальном огоньке происходит анализ данных писем. В письмах ребята ставят свои цели на смену в лагере, описывают свои ожидания, опасения и т.д.

«Есть ли похожие люди?»

Цель: Разрешение или предупреждение конфликта какого-либо рода.

Инвентарь: Листы бумаги.

Описание: Вожатый задает вопрос: «Есть ли похожие люди?» Вопрос обсуждается при соблюдении всех законов «огонька». Затем вожатый каждому выдает по листу бумаги:

- Ребята, сейчас я попрошу вас проделать над листочком некоторые операции. Главное условие: все нужно делать в идеальной тишине и с закры-

тыми глазами. Согните лист пополам, затем оторвите правый верхний угол (проделать эту операцию четыре раза).

После этого дети открывают глаза, разворачивают листочки и смотрят, что получилось.

- Люди могут походить в чем-то друг на друга, могут быть кардинально разными, могут чем-то отличаться. Даже близнецы, внешне похожие друг на друга как две капли воды, всегда имеют разный характер, чаще противоположный. Значит, нет абсолютно одинаковых людей, каждый человек индивидуален, неповторим. И каждый человек, каким бы он ни был, заслуживает доброго отношения, понимания, уважения, любви. Чувствуете ли вы такое отношение от каждого в отряде? А как сами относитесь к другим?

(Вопросы для размышления.)

«Звезды откровений»

Цель: Сближение отряда.

Инвентарь: Вырезанные из желтого картона звезды с вопросами.

Описание: Вожатый заранее вырезает звезды и пишет на обратной стороне незаконченные фразы или дети на самом «огоньке» пишут на звездах волнующие их вопросы. Звезды раскладываются вокруг свечи вопросом вниз. Каждый по очереди берет любую звезду и должен продолжить фразу или ответить на вопрос как можно подробнее.

Примеры фраз:

- Больше всего в людях я ценю...
- Для полного счастья мне не хватает...
- Мое заветное желание...
- Самая волнующая меня проблема сейчас – это...
- Самый счастливый момент моей жизни...
- Больше всего в людях я не люблю...
- Больше всего я боюсь...

«Огонек» – отличный способ создать атмосферу в отряде. Для детей это возможность высказаться серьезно и откровенно, познать себя и окружающий мир. Для вожакого это возможность не только проанализировать состояние отряда, но и сказать теплые и волшебные слова, на которые не хватило времени днем.

Огонек прощания «От друзей секретов нет»

Участники дела: отряд.

Краткое описание дела: итоговый огонек – это возможность подвести итоги смены, итоги развития и изменения каждого человека в отряде.

Оборудование и материалы: свечи или живой огонь, талисман, места для сидения, гитара или колонка с фонограммами, иные предметы, создающие атмосферу огонька.

Особенности организации дела:

Итоговый огонек должен стать для ребенка значимым событием, поэтому его важно подготовить качественно. Для создания атмосферы помещение, где будет проводиться огонек, должно быть украшено – это могут быть стяги, фонарики, развешенные фотографии со смены, на которых есть все ребята; важно учесть и музыкальное сопровождение – плавная и красивая музыка (фонограмма) или гитара.

Относительно содержания огонька педагогу важно понимать, что он желает увидеть по итогам смены и к какому результату и выводам ему необходимо привести детей.

Если педагогу важно увидеть то, что стало для ребенка важным и ценным, то огонек можно провести следующим образом: педагог заранее распечатывает в нескольких экземплярах логотипы всех тематических дней и изображения ценностей, которые были заложены в программу смены, и раскладывает их в центре круга. Ребятам во время огонька предлагается выбрать то изображение, которое ему кажется самым значимым и пояснить свой выбор. При этом свой рассказ он может начать так: «Если бы я написал книгу о

смене, то моя книга была бы о ...», «Я выбрал рисунок с ребятами потому что, ...» и т.д.

Если педагогу важно увидеть то, как изменился ребенок, и каким он стал, то он может провести огонек следующим образом: педагог заранее готовит небольшую коробочку, где подготовлены начала фраз, которые ребятам необходимо продолжить. Фразы могут начинаться так: «Мне кажется, что до смены я был ..., а сейчас стал ...», «На смене у меня лучше началось получаться ...», «На смене я научился ...» и т.д.

Если педагогу важно увидеть то, какой эмоции получили дети от смены, и какое событие для них стало самым значимым, то для проведения огонька он может воспользоваться таким способом: ребятам предлагается нарисовать прямо на огоньке небольшие рисунки о том, какой была их смена и какие события им больше всего запомнились. После этого ребята показывают свои рисунки всему отряду и рассказывают о том, что они изобразили на этом рисунке.

Чтобы ребята не уставали друг друга слушать, можно исполнить с ними песню, стоя в кругу или поменять свое местоположения, пройтись и посмотреть вывешенные фотографии – это даст возможность ребятам немного переключиться и быть готовыми дальше воспринимать других ребят.

Завершить огонек можно «Клубком благодарностей». Отряд встает в круг, и педагог, передавая клубок (наматывает при этом часть ниточки на палец или на руку) предлагает сказать кому-то из отряда слова благодарности или комплимент, причем сделать это нужно так, чтобы у каждого человека в руках побывал такой клубочек, и каждый ребенок смог получить свою благодарность. После того, как клубок прошел весь круг, педагог разрезает ниточки и предлагает соседу справа (как они стоят по кругу) повязать эту ниточку у ребят на запястье. Пока сосед завязывает эту ниточку на три узелка, ребёнок, которому ее завязывают, загадывает по одному желанию на каждый узелок. И после того, как у всех ребят повязаны ниточки, педагог может сказать о том, что «...эта ниточка – как символ нашей дружбы и единой коман-

ды. Все желания, которые загаданы в нашем дружном круге, имеют свойство сбываться. И если вдруг ниточка развязалась и потерялась, то это значит, что наше желание уже сбылось или сбудется совсем скоро».

И по традиции огонек завершается песней «Разговоры еле слышны» и вечерней речевкой. Дополнительно педагог может сделать каждому ребенку небольшой сюрприз (это может быть фотография или оригами с пожеланиями).

Дополнительные материалы:

Сборник «Сто незадаанных вопросов» (текстовый документ):
https://vk.com/doc40967630_498114022?hash=06feddabbae4a66ed9&dl=5952c4fb8bbf81526e

Песня «Разговоры еле слышны», С. Иванов-Гончарук (фонограмма):
https://disk.yandex.ru/d/4ig2VT4lZjRS_w

Игровые и развлекательные программы

Сценарий «Церемония открытия «АКАДЕМИИ СПОРТА»»

Под спортивный марш, отряды проходят по залу и выстраиваются на отведенное место.

ЗВУЧАТ ФАНФАРЫ.

Ведущий: Внимание! Отрядам подготовиться к сдаче рапорта.

Командиру 1-й команды сдать рапорт Министру спорта.

(Командиры сдают рапорт, отряды произносят девиз, исполняют отрядную песню).

Текст рапорта: «Министр спорта, _____! Отряд (название) на торжественную линейку посвященную открытию «Академии спорта» построен, наш девиз, наша песня Староста факультета Ф. И., рапорт сдан.

Министр: Рапорт принят.

Звучит музыка, ребята в спортивных костюмах, танцуют танец – 5 ребят с кольцами, 6 с мячами, 6 с пампушками. Звучит песня «Солнечный круг», появляется Солнце, к Солнцу подходят по очереди ребята с кольцами, лучики, на кольцах прикреплены слова: «Дружба, взаимопомощь, дисциплина, спорт, веселье».

Лучик 1.

Что нам всем для счастья нужно?

Вместе жить, конечно, ДРУЖНО! (1-е кольцо эмблемы «Дружба»)

Лучик 2.

Лагерь летний открываем,

От души вас приглашаем:

Петь, играть, смеяться,

И спортом заниматься! (2-е кольцо эмблемы «Спорт»)

Лучик 3:

Коль проблемы невзначай –

Друга тут же выручай.

И еще внимание: ВЗАИМОПРИНИМАНИЕ (3-е кольцо «Взаимопомощь»)

Лучик 4:

Чтобы лагерь не покинуть,

Соблюдайте ДИСЦИПЛИНУ! (4-е кольцо «Дисциплина»)

Лучик 5:

Наступает снова лето,

Все мы солнышком согреты,

Дарит нам тепло оно,

ВЕСЕЛИМСЯ, решено. (На кольцо крепится «Веселье»)

Солнце:

- Дорогие ребята, разрешите вас сердечно поприветствовать! Я рада торжественно представить вам эмблему нашего лагеря. В нашем лагере «Дружба, спорт, взаимопомощь, дисциплина, веселье» должны быть всегда на первом месте. Призываю вас запомнить эти важные и полезные слова и неукоснительно соблюдать эти правила поведения в «Академии спорта».

Спортсмен 1:

Солнце шлет привет нам с небосклона.

Песни мы задорные поем,

В лагере спортивные знамена

В крепнущих руках своих несем.

(Вокальная группа исполняет песню «До чего же хорошо кругом», в руках у них разноцветные флажки.)

До чего же хорошо кругом

1. До чего же хорошо кругом!

Под деревьями густыми – светлый дом

И дорожка золотая,

Ярким солнцем залитая,

По которой мы идем, мы идем, мы идем.

До чего же хорошо кругом!

2. До чего же хорошо кругом!

Над рекой с крутым зеленым бережком

До обеда загораем, ловим рыбу и ныряем

Прямо в воду кувырком, кувырком, кувырком!

До чего же хорошо кругом!

3. До чего же хорошо кругом!

Земляника покраснела под кустом.

Так и просится в корзинки

И манит сойти с тропинки:

Скрыться в ельнике густом, под кустом, под кустом!

До чего же хорошо кругом!

4. До чего же хорошо кругом!

Мы с гимнастикою дружим и с мячом.

Здесь на воздухе на чистом

Каждый станет футболистом,

Прыгуном и бегуном. Бегуном, бегуном!

До чего же хорошо кругом!

5. До чего же хорошо кругом!

Мы друзей веселых в лагере найдем.

Мы подружмся за лето,

Много песен будет спето

Тихим летним вечерком, вечерком, вечерком.

До чего же хорошо кругом!

(Далее каждое стихотворение сопровождается музыкальной пантомимой. Выходят акробаты.)

Акробаты выступают,

Акробаты ввысь взлетают!

Раз-два-три – живая вышка!

Выше всех меньшей мальчишка,
А внизу, как старший брат,
Самый сильный акробат.

Мальчик с ракеткой:
Белый маленький мячик
Бью я легкой ракеткой –
Он, как солнечный зайчик,
Пролетает над сеткой.
Прогоню я мячик,
Снова бью по мячу,
Быстрый солнечный зайчик
Приручить я хочу.

Мальчик с эспандером:
Эти длинные пружины
Не лентяйки – молодчины,
Просят каждого они:
«Нас пошире, растяни». (Упражнение с эспандером)
Мальчик:
Целям нет, наверно, счета,
Хоть считай их целый день:
Цель - кольцо, и цель - ворота.
И, конечно же, мишень.
А еще есть цель другая:
Быть умней, прямей, добрей,
Мы, друг другу помогая,
К цели той придем верней.
Если ты все дни недели
Отрицаешь лени власть,

То достичь сумеешь цели

И сумеешь в цель попасть.

Вам, спортсмены, мы советуем

Не сбиться с верного пути:

В «Академию» просторную и светлую,

В «Академию» спортивную идти! (*Звучит торжественная музыка*)

Ведущий:

Вижу все уже готовы состязания начать,

Но настал момент волнительный

Лагерь «Олимп» нужно открывать

Приготовиться командам Гимн всем вместе исполнять.

Капитанам флаг и Олимпийский огонь зажигать.

Все исполняют гимн. Капитан 1 команды поднимает флаг, а капитан 2 команды зажигает Олимпийский огонь.

Ведущий: Слово для приветствия предоставляется Министру спорта (начальнику лагеря)_____. (Приветствует и поздравляет всех «студентов»)

Звучит греческая музыка. Выходит Зевс (бог неба).

Зевс. Чтоб нам Олимпийские игры с достоинством встретить сегодня,

Лучших из лучших позвали померяться силами в спорте.

Что вас ожидает теперь, о, народы великой планеты:

Успехи в турнирах, а может быть даже большие победы?

И в честном бою боги Греции судьями станут для нас:

Зевс представляет членов жюри.

Артемида (богиня охоты, плодородия, покровительница всего живого на Земле) – Ф.И.О.

Ника (богиня победы) – Ф.И.О.

Но перед тем как приступить к Олимпийским играм, необходимо произнести клятву спортсмена. Все спортсмены повторяйте за мной, правую руку приложив к сердцу.

Текст клятвы спортсменов:

«Обещаю, что я будем участвовать во всех спортивных играх, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся, в истинно спортивном духе, во славу спорта и во имя чести своей команды. Клянусь! Клянусь! Клянусь!».

Судьи, я прошу и вас произнести клятву, повторяйте за мной.

Текст Олимпийской клятвы судей:

«Обещаю, что я будем выполнять наши обязанности на этих Олимпийских играх с полной беспристрастностью, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся, в истинно спортивном духе. Клянусь! Клянусь! Клянусь!»

Зевс. Что ж, время терять нам нельзя. Идемте же к старту, друзья!

Команды выстраиваются у стартовой линии. При выполнении задания Зевс, Артемида, Ника выступают в качестве судей. Все соревнования проходят в форме эстафеты, в которой вся команда преодолевает дистанцию.

Задание 1. Два человека, зажав между ногами гимнастическую палку, должны пробежать от старта до определенной отметки и обратно. Затем, то же самое выполняет вся команда, разбившись по парам.

Задание 2. На полу нарисовать мелом или прочертить на земле (выполнение задания на траве невозможно) две волнистые линии, то сходящиеся друг к другу, то расходящиеся. Задача каждого участника заключается в том, чтобы пройти всю дистанцию, передвигая ноги по этим линиям.

Задание 3. Каждому участнику предлагается преодолеть дистанцию с завязанными глазами. *(Команда может словами направлять своего участника).*

Задание 4. Участники разбиваются на пары, берутся в парах за руки и преодолевают дистанцию на одной ноге.

Задание 5. Участникам необходимо пробежать дистанцию, крутя на руке обруч.

Задание 6. Каждому участнику необходимо прокатить обруч по земле с помощью гимнастической палки, не помогая рукой.

Задание 7. Каждый участник преодолевает дистанцию, перекладывая по земле два обруча. Необходимо встать в первый обруч, второй положить перед собой, перейти в него, переложить первый обруч и т. д.

Задание 8. «Поточный прыжок»

Каждая команда становится в колонну по одному. Первый участник выполняет прыжок в длину с места. Второй прыгает с того места, где остановился предыдущий и т. д. Выигрывает та команда, в которой последний участник оказался впереди.

Задание 9. «Большая эстафета»

- Прыжки на одной ноге по скамейке, держа в руках мяч;
- Кувырок на мате без мяча (мяч лежит в стороне);
- Бросок мяча в обруч;
- Ведение мяча рукой до кегли, обегание кегли, возвращение на место, передача мяча следующему участнику и т. д. Выигрывает команда, выполнившая задание первой. За каждую ошибку с команды снимается 1 балл.

(После прохождения заданий, все команды занимают свои места)

Мальчик:

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен.

Проживешь ты до ста лет –

Это наш простой совет.

Зевс: Вот свершилось открытие Олимпа

И нам поводить итоги пора.

Все вы сражались в честной борьбе

Сладости вас ожидают, которые силы прибавят

(Всех угощают сладостями)

Посвящение в отдыхающие

Быть настоящим отдыхающим не так-то просто! Некоторые думают: вот лег на песок, вытянул ножки, взял в руку бутылочку кока-колы и ты уже

на отдыхе. Это не так! Звание отдыхающего нужно заслужить! Вам сегодня предстоит пройти несколько нетрудных испытаний, и только тогда наша лагерная смена будет считаться открытой.

Настоящие отдыхающие должны быть очень подвижными, иначе они рискуют нигде не побывать и ничего не увидеть. Кроме того, обязателен творческий подход к отдыху, чтобы было о чем вспомнить долгими осенними и зимними вечерами.

Отрядам, дети в которых стоят в шеренгу, предлагается перестроиться в квадрат, ромб, букву «Ж», птичий косяк. Определяется отряд, быстрее справляющийся с заданиями.

Настоящие отдыхающие не должны бояться солнца, но тем не менее соблюдать меры предосторожности на пляже. Сейчас вы должны как можно быстрее надеть головные уборы на всех членов команды.

Отряды получают газеты и мастерят из них головные уборы. Определяется отряд, быстрее справившийся с заданием.

Настоящие отдыхающие не должны бояться воды. Каждый отряд получает по бутылке и должен за 1 минуту при помощи рук ее наполнить.

Для проведения эстафеты нужны пластиковые бутылки по числу отрядов и ведра с водой. Определяется отряд, набравший большее количество воды.

Настоящие отдыхающие ценят каждое мгновение отдыха и все, кроме купания и загораения, стараются делать быстро. Например, строиться всем отрядом на... веревке.

На земле укладывается веревка, отряд старается быстро выстроиться на ней. Затем веревка складывается вдвое, отряд вновь старается уместиться на ней. Определяется отряд, который был самым организованным и быстрым.

Настоящие отдыхающие должны не бояться трудностей и при необходимости, для организации своего отдыха, уметь вывернуться наизнанку. Вставайте друг за другом, беритесь за руки, ноги на ширине плеч. Последний

в колонне, не размыкая рук, проползает между ног всех стоящих, двигаясь вперед. За ним двигаются все остальные.

Определяется отряд, который быстрее вывернулся наизнанку.

Вы прошли все наши испытания, и теперь нам осталось произнести «Клятву отдыхающего». Поднимаем вверх правые руки и повторяем за мной:

Клянусь в том, что я буду очень стараться

Вовсю отдыхать, загорать и купаться.

Клянусь!

Я постараюсь воспитанным быть

И в лагере нашем не пить, не курить.

Клянусь!

Клянусь я вожатым во всем помогать

И дать им возможность чуть-чуть отдыхать.

Клянусь!

А если нарушу я клятву свою,

Тогда я передний свой зуб отдаю,

«Пепси» и «Колу» вожатым куплю,

Любимый свой плеер им подарю.

Клянусь!

Я отдыхающим буду примерным

И клятве своей останусь я верным!

Клянусь!

Конкурсно - игровая программа

«100 затей для 100 друзей!» или «Великая путаница!»

Цель: сплочение детского коллектива при выполнении разных заданий, развитие интеллекта, проявление смекалки и творчества, укрепление дружбы между детьми.

Звучит Новогодняя музыка.

Ведущий: Здравствуйте дорогие друзья. Вот и наступил этот долгожданный момент: бьют куранты, искрится шампанское. С Новым годом, страна! Что-то не то? Какой Новый год? Какое шампанское? Извините, пожалуйста, можно заново начать?

Ведущий: Здравствуйте, дорогие друзья. Вот и наступил этот долгожданный момент: грохочет салют, стройные ряды воинов шагают на параде. С Днем Победы, страна! Да это вообще не то! Знала же - не надо шпоры писать, все равно перепутаю. Хотя, если подумать, то сегодня можно было ожидать подобного, ведь скоро, уже буквально на днях, наступит самый интересный, и самый веселый праздник в году - День смеха! Или что, я опять не права???

Ведущий: Нет, нет, нет. Сегодня будет весело, сегодня у нас будет праздник и, мы рады новой встрече с Вами и приветствуем всех детей нашего лагеря на нашем празднике «Сто затей для ста друзей или Великая путаница». Друзья, хочу Вас предупредить сразу. Как известно, этот день смеха знаменит веселыми обманами и розыгрышами, беззаботными шутками и смехом. А у нас летний лагерь! И наконец, мы ощущаем тепло, наступило наше северное лето!!!

И сегодня мы постарались подготовить так, чтобы к концу праздника в зале не осталось ни одного хмурого лица. Надеемся, веселые конкурсы, задания, шутки, розыгрыши, сюрпризы помогут в решении всех проблем.

Итак, мы начинаем нашу концертно-развлекательную программу «Сто затей для ста друзей» или «Великая путаница!!!!»

Ведущий: Ребята, с каким праздником в самом начале своей речи я вас поздравила? *(с Новым годом)*.

Вот вам и первое задание. Поделиться на 2 команды, получить задание.

Время на подготовку 5 минут.

ТЕАТР – ЭКСПРОМТ «Курочка – Ряба»

(текст читает взрослый, а выбранные актеры произносят только свои слова и выполняют на свое усмотрение любые смешные действия)

Действующие лица:

Дед – «Старость – не радость»

Бабка – «Молодость – не жизнь!»

Куточка Ряба – «Кудах –тах-тах!»

Яйцо (первое, второе, третье)– «А я с сюрпризом!»

Мышка – «Ну, ничего без меня сделать не могут!»

Текст

Жили, были ДЕД и БАБА. И была у них КУТОЧКА РЯБА. Снесла КУТОЧКА ЯИЧКО – не простое, а золотое ЯИЧКО. ДЕД бил-бил, не разбил. БАБА била-била, не разбила. А МЫШКА бежала, хвостиком махнула. ЯИЧКО ВОЗМУЩЕННО покатилося, упало и разбилось. ДЕД (рыдая, говорит свою реплику) плачет, БАБА (рыдая, говорит свою реплику) плачет, а КУТОЧКА кудахчет. «Не плачь, ДЕД, не плачь, БАБА, я снесу вам другое ЯИЧКО (реплика обиженно). Не золотое, а простое». И с той поры стала КУТОЧКА РЯБА каждый день по ЯИЧКУ (выбегает еще одно яйцо и говорит реплику: И я с сюрпризом!) нести. А то и по два (выбегает второе яйцо: И я - тоже!), а то и по три (выбегает еще одно: Да мы тут все с сюрпризами!). Вот только золотых среди них уже не было.

Все артисты выходят на поклон.

Конкурс «Русская охота»

Мишень – картинки животных, формат А4., лук – бумажные комочки. Задача участников выбить животных. Победит тот, кто выбьет всех животных.

Конкурс капитанов «Перетягивание карандаша»

По одному участнику из команды берутся за противоположные концы карандаша и пытаются вытянуть его из рук противника. Руки участников намазаны чем-нибудь жирным.

Рекламная пауза. Игра «Ипподром»

Ведущий: Ребята, а знаете ли вы, что в России День смеха ввел Петр I. Петру казалось, что по утрам, да и не только по утрам, многие из его совре-

менников выглядят какими-то угрюмыми, не умеющими между собой складно разговаривать, шутить, не обижаться на шутки. День смеха, решил Петр I, – самое подходящее лекарство от этой неумелости. И вот в этот первый праздник юмора все начали смеяться.

Что-то вы сегодня все такие унылые, наверное, на Вас среда действует. Предлагаю поиграть. Вы не против? Наша игра называется ипподром.

Игра «Ипподром»:

Покажите мне ваши руки. Вижу. А теперь покажите ваши коленки. У всех есть две коленки и две руки? Тогда вперед! Будем сейчас участвовать в скачках на ипподроме. Повторяйте за мной.

Лошади вышли на старт *(хлоп-хлоп-хлоп вразной по коленям)*.

Остановились на старте. Помялись *(тихонько хлопаем)*.

На старт, внимание, марш! Гонка началась *(хлопаем быстро по коленям)*.

Барьер *(поднимаем руки, словно зависли над барьером и говорим «Он!»)*.

Двойной барьер *(то же самое, но два раза подряд)*.

Каменная дорога *(стучим кулаками по груди)*.

По болоту *(хлопаем в ладоши при скрещенных пальцах)*.

Песочек *(трем ладонь о ладонь)*.

Трибуна девочек *(девочки визжат)*.

Трибуна мальчиков *(мальчики кричат)*.

Финишная прямая *(очень быстро)*.

Ураааа! Похлопаем себе, дорогие друзья!

Конкурс «Буквояд»

Командам надо написать как можно больше слов, начинающихся на одинаковую букву – М, Л, Д.

Конкурс «Вопросики»

Все команды получают карточки с вопросами, которые на всех карточках одинаковые. Оценивается быстрота и правильность ответов.

Варианты вопросов:

- Надпись на конверте, которая указывает, кому послать письмо. (*Адрес.*)

- Фрукты и ягоды, сваренные в сахарном сиропе. (*Варенье.*)

- Что стоит между днем и ночью? (*И.*)

Конкурс «Перевертыши»

Командам необходимо отгадать пословицы-перевертыши:

- Кошка — враг обезьяне. (*Собака — друг человека.*)

- Масло никому не ноги. (*Хлеб всему голова.*)

Рекламная пауза. Юмористические загадки

Интересно, почему первое апреля не выходной? Самый веселый день, а тут учись, работай. Вы не знаете случайно? Хотя, если посмотреть с другой стороны, ведь тогда бы не было столько розыгрышей: «вызова Ваньки к директору», «отмены уроков», и многого другого.

Кстати, о розыгрышах. У нас для Вас припасены юмористические загадки. Кто-нибудь приз хочет получить? Тогда будьте внимательными и быстрыми.

Юмористические загадки

1. На груше выросло пять яблок, а на елке — только два. Сколько всего яблок выросло? (*Ни одного. На этих деревьях яблоки не растут.*)

2. Что произойдет с белым платком, если его опустить в Красное море? (*Он станет мокрым*)

3. Сколько орехов в пустом стакане? (*Нисколько. Стакан пуст*)

4. Из какой посуды невозможно ничего съесть? (*Из пустой*)

5. Утка весит два килограмма. Сколько будет весить утка, если она станет на одну ногу? (*Два килограмма*)

6. Сколько концов у одной палки? А у половины палки? (*Два конца*)

7. У моего отца есть дочь, но она мне не сестра. Кто это? (*Это я сама*)

8. Что тяжелее — килограмм ваты или килограмм гвоздей? (*Вес одинаковый*)

9. Шла Маша в город, а навстречу ей три старушки, у каждой по два мешка, в каждом мешке по кошке. Сколько всего человек шло в город?
(Один. Это Маша)

10. Мише 2 года, а Люде 1 год. Какая разница в возрасте у них будет через 2 года? (Один год)

11. Бублик разрезали на три части. Сколько сделали разрезов? (Три разреза)

12. У бабушки Маши внучка Даша, кот Дымок, собака Пушок. Сколько у бабушки внуков? (Одна внучка Даша)

13. Мальчик ссыпал вместе 3 кучки песка, а потом высыпал туда еще две. Сколько стало кучек песка? (Одна большая куча)

14. Что есть у слонов и больше ни у каких животных? (Слонята)

Конкурс «Жила-была одна скрепка»

В коробку набираются разные канцелярские принадлежности: скрепка, мелок, карандаш, магнитики, колпачок от ручки, резинка, журнал, книга... Задача придумать как можно интереснее рассказ или сказку с данными канцелярскими предметами.

Конкурс «Свари суп»

Ведущий: Ну, что, ребята, устали? Всем следует подкрепиться: «сварить» борщ.

Игра «Свари суп»:

Члены команд по очереди добегают до столиков с названиями продуктов, выбирают одну, которая годится для приготовления борща, бегут обратно, кладут в тарелку, передают ход другому. (Набор слов на столике: картофель, сметана, яйцо вареное, яйцо сырое, свекла, капуста, огурец, приправа, перловка, горох, лук, чеснок, мясо, соль, сахарный песок, колбаса, рис, морковь). ПРАВИЛЬНО: свекла, картофель, капуста, мясо, сметана, лук, морковь, соль, приправа + можно яйцо вареное.

Конкурс «Теремок»

Дети произвольно вытягивают карточки с картинками или названиями предметов, мебели, музыкальных инструментов, животных или растений. Далее один ребенок заселяется в теремок и проходит действие, как в сказке

- «Тук, тук, кто в теремочке живет?»

- «Я топор. А ты кто?»

- «Я бабочка. Можно к тебе зайти? Потому что мы оба...»

Далее «бабочка», должна назвать качество, которое их объединяет. Например, они оба полезные. Если ребенок справляется с заданием, то, «бабочка» заселяется в теремок. И далее к теремку приходит другой ребенок с новой карточкой.

Ведущий: Вот и завершается наша концертно-развлекательная программа «Сто затей для ста друзей» или «Великая путаница!»

Ребята, а ведь настоящее сокровище – это ваша дружба, сплоченность и отвага, которые помогли вам преодолеть все преграды. Наступило время подвести итоги. И в награду вы получаете памятные призы.

Мы желаем вам оставаться такими же дружными, смелыми и находчивыми.

Доброй шуткой

Начинайте день, друзья!

Шуткой мудрой, шуткой чуткой,

Без которой жить нельзя!

Смех полезней человеку,

Чем хороший препарат.

Кто смеется, тот в аптеку

Ходит реже, говорят.

Шутка ценится не даром,

А хорошая - вдвойне.

Больше, больше с каждым годом

Смеха, шуток в каждом дне.

На этом наша концертно-игровая программа окончена. До новых встреч, друзья!

Марафона интересных игр

«Раз, два, три, четыре, пять – мы идем играть!»

Краткое описание дела: марафон интересных игр направлен на знакомство детей с национальными играми и забавами России/региона Российской Федерации, где игры проводят сами ребята друг для друга.

Оборудование и материалы: музыкальное оборудование (ноутбук, колонки, микрофон, фонограммы), медали и сладкие призы победителям, материалы для проведения выбранных игр.

Место проведения: стадион.

Особенности организации дела:

Марафон интересных игр лучше всего начать с общего сбора участников смены. На нем ведущие еще раз обозначают ребятам, что сегодня в течение дня они будут знакомиться с национальными играми, и этот марафон не станет исключением.

Особенность проведения марафона заключается в том, что отряды участвуют в нескольких идущих подряд национальных играх, представленных разными отрядами. От каждого отряда заранее выбирается группа ребят вместе с одним педагогом, которые удостоиваются возможности представлять свою игру для других отрядов, подготовленную во время отрядного дела – коллективно-творческой игры «КЛАССики».

Каким образом это будет выглядеть: условно на большой площадке все отряды встают по периметру в свои отрядные круги. Далее в центр круга выходит та группа, которая будет представлять отряд и проводить игру с другими ребятами. По команде эти группы переходят в соседние отряды, которые идут по направлению часовой стрелки и после определённого сигнала ребята представляются и начинают проводить игру для этого отряда, в чьём

кругу они находятся. Проходит определённое время, звучит второй сигнал, и группа переходит к следующему отряду, идущему по направлению часовой стрелки. Снова звучит сигнал, и ребята повторяют те же самые действия уже с другим отрядом. Так происходит ровно столько раз, сколько отрядов находится в лагере. Если количество отрядов достаточно большое, то лагерь условно делится пополам. В качестве фразы для перехода может стать совместная кричалка «Раз, два, три, четыре, пять – мы идем играть!»

Дополнительно в рамках проведения марафона отрядам предлагается отметить самые интересные игры и самых ярких ведущих. Каждый отряд перед началом проведения марафона получает комплект небольших медалей (ровно по количеству отрядов). Если ребятам понравилась игра и ее проведение – отряд может отметить ведущих медалями. По итогам марафона можно сосчитать количество медалей и наградить ребят сладкими призами.



Дополнительные материалы:

Перечень национальных и народных игр и забав (текстовый документ):

<https://disk.yandex.ru/i/YU-y3IEtSIxVug>

Творческий конкурс «Мы дарим лету цветы»

Цели:

- Уточнить и закрепить представление детей о живописи.
- Развивать навык рисования.
- Воспитывать умение работать в коллективе.
- Активизировать творческие способности детей.

Оборудование:

Несколько комплектов наборов цветных мелков.

- Ребята история живописи очень обширна и длительна. Ученые-археологи и антропологи находят сделанные на стенах пещер изображения медведей, мамонтов, оленей, бизонов выполненных даже для сегодняшних дней невероятно качественно и красиво. Эти наскальные рисунки выполнены древними людьми.

- А сейчас мы с вами проведем один небольшой конкурс. Рассказывают такую историю – однажды один итальянский живописец, тогда еще малоизвестный скульптор и архитектор, отправился устраиваться на работу – строить дворец папы Римского, но желающих устроиться на работу было очень много и папский чиновник спросил – «а что вы можете делать такого, чего не смогут другие претенденты?» Тогда архитектор подошел и на листе бумаги от руки нарисовал большой идеально-ровный круг. Удивленный чиновник сразу же предложил молодому таланту работу.

Ну а сейчас мы с вами проведем маленький тест, давайте каждый из нас нарисует от руки обыкновенный круг, а жюри выберет трех самых талантливых ребят.

(жюри выбирается заранее из взрослых или представителей разных отрядов)

- Молодцы! Это сколько же у нас будущих великих художников, архитекторов и скульпторов.

Дорогие ребята – лето это лучшее время на свете, когда ярко светит солнце и цветут цветы. Вот только как бывает плохо, когда солнце заходит за тучи. Чтобы лето наше было солнечным по настоящему, мы с вами сегодня попытаемся изобразить лето таким, каким оно должно быть - с цветами, с ярким солнышком, с пляжем, морем, в общем, так как мы хотим видеть настоящее лето, но только на асфальте мелом.

Но первоначально вам всем и каждому дается персональное задание – «цветник». Посмотрите, видите, под номером каждого отряда изображены горшочки – они пустые, ваша задача вырастить в них цветы с помощью мела

и своих рук. На все рисунки вам отводится – 15 минут. А после того как отряды завершат работу над своим цветником – жюри оценит ваши рисунки. Пять ребят нарисовавших самые красивые цветки будут награждены подарками. Победит тот отряд, который нарисует самый красивый цветник.

- Как замечательно, какие же вы умницы – сразу потянуло настоящим летом, столько цветов у вас на рисунках! А сейчас жюри оценит лучший отрядный цветник и выберет в этом букете самые красивые цветы.

Проводится опрос на знание жанров живописи:

- Скажите ребята если на картине изображены цветы, ваза на окне или на столе, фрукты как называется такая картина – правильно натюрморт! А если на картине нарисован мужчина, женщина или девушка? Правильно – портрет. А если у нас изображено поле, лес, дом вдалеке как называется такая картина? Правильно это пейзаж!

- И так еще одно задание для наших художников – изобразить лето как вы хотите его увидеть именно вы, возможно вы хотите провести его на море, на песчаном пляже, под крики чаек и лучами ласкового солнышка. А может вам гораздо интереснее горы, тенистые леса. А может предел мечтания это красивый домик рядом с озером на цветочной поляне. Вот это вы и должны изобразить на все вам – 20 минут, рисуете вы всем отрядом, вот здесь и скажется ваша командная работа, команда, завершившая первой, получает в виде бонуса один дополнительный бал на голосовании.

- Как быстро вы все сделали! А теперь давайте позволим жюри оценить ваши работы.

Жюри подводит итоги и распределяет места. Награждение победителей.

Познавательная игра «У дорожных правил каникул нет»

Цель: Пропагандировать знания правил дорожного движения среди детей младшего и среднего школьного возраста.

Задачи:

•образовательные:

- организовать деятельность школьников по изучению правил дорожного движения, прав и обязанностей всех участников дорожного движения,
- выработать навыки поведения на улице, дороге, перекрестках.

•развивающие:

- развивать умения учащихся анализировать, объективно оценивать происходящие события, ситуации.

•воспитательные:

- воспитывать ответственное отношение к выполнению правил дорожного движения, безопасного поведения на дороге.

Ожидаемый результат:

- снижение детского дорожно-транспортного травматизма;
- привитие культуры поведения на дорогах.

Наглядные пособия: маршрутные листы со станциями, рисунки, фотографии с дорожными знаками, видами транспорта

Ход мероприятия

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Я приветствую всех собравшихся на нашем мероприятии. Уверена, что здесь собрались только знатоки Правил дорожного движения. Мы поздравляем вас с наступлением летних каникул, желаем вам хорошо отдохнуть. Но, у дорожных правил каникул не бывает. Поэтому мы должны проверить ваши знания по ПДД, чтобы быть уверенными в том, что вы всегда соблюдаете правила и выявить лучших знатоков.

И так, правила нашей игры. Каждая команда (отряд) должна пройти 6 станций в соответствии со своим маршрутным листом. На каждой станции команда выполняет задания и зарабатывает баллы, которые судья на станции заносит в маршрутный лист. На одной станции команда работает не более 5 минут. Команда, которая наберет наибольшее количество баллов по итогам нашей игры, будет объявлена победителем. Отряды соревнуются между собой. Внимательно послушайте, где расположены станции:

1. «Дорожные знаки» - кабинет №;

2. «Светофор» - кабинет №;
3. «Художественная» - кабинет №;
4. «Найди ошибку» - кабинет №;
5. «Загадочная» - кабинет №;
6. «Разгадай ребусы» - кабинет №;

Если у вас нет вопросов, я прошу капитанов команд получить маршрутные листы.

Станция 1: «Дорожные знаки»

На улицах и дорогах нельзя обойтись без Дорожных Знаков. Дорожные Знаки – это правила, как в русском языке есть же правила, которые помогают написать слова. В математике – формулы, по которым решаются задачи и примеры. На дорогах тоже есть свои правила.

- Ребята, какие дорожные знаки вы знаете?

Задание: Вам надо собрать дорожные знаки, которые разрезаны на части (как пазлы).

За каждый правильно собранный знак команда получает – 1 балл.

Станция 2: «Светофор»

Задание: Я зачитаю стихотворение М. Пляцковского «Светофор», а вам необходимо посчитать, сколько букв «Р» в нем упоминается.

Стоп, машина!

Стоп, мотор!

Тормози скорей, шофер!

Красный глаз глядит в упор –

Это строгий светофор.

Вид он грозный напускает,

Дальше ехать не пускает...

Обождal шофер немножко,

Снова выглянул в окошко.

Светофор на этот раз

Показал зеленый глаз,

Подмигнул и говорит:

«Ехать можно, путь открыт!» (14)

Станция 3: «Художественная»

Задание: Командам предлагается раскрасить знаки.

За каждый правильно раскрашенный знак команда получает – 1 балл.

(знаки – см. приложение №2)

Станция 4: «Найди ошибку»

Задание: Я предлагаю вам прочитать памятку о безопасности на дорогах, но она содержит несколько ошибок (судья не называет количество ошибок). Ваша задача: найти и назвать мне ошибки (*см. приложение №1*).

Станция 5: «Загадочная»

Задание: Судья станции читает загадки, команда должна как можно больше отгадать загадок за 5 минут.

За каждую загадку команда получает 1 балл, максимальное количество – 36 баллов.

1. Тихо ехать нас обяжет,

Поворот вблизи покажет

И напомним, что и как

Вам в пути... (*Дорожный знак*)

2. Под этим знаком, как ни странно,

Все ждут чего-то постоянно.

Кто-то сидя, кто-то стоя...

Что за место здесь такое? (*Место остановки автобуса*)

3. Ну, а если пешеходу

Тротуар не по пути?

Если нужно пешеходу

Мостовую перейти?

Сразу ищет пешеход

Знак дорожный ...? (*Переход*)

4. Грозно мчат автомобили,

Как железная река!
Чтоб тебя не раздавили,
Словно хрупкого жучка, –
Под дорогой, словно грот,
Есть... *(Подземный переход)*

5. Как зовутся те дорожки,
По которым ходят ножки.
Различать учись их точно,
Не лети как на пожар.
Пешеходные дорожки –
Это только ...? *(Тротуар)*

6. Вот трехглазый молодец.
До чего же он хитрец!
Кто откуда ни поедет,
Подмигнет и тем, и этим.
Знает, как уладить спор,
Разноцветный... *(Светофор)*

7. Какой свет нам говорит:
«Проходите – путь открыт» *(Зеленый)*

8. Какой свет нам говорит:
«Вы постойте – путь закрыт!» *(Красный)*

9. Командуя жезлом, он всех направляет,
И всем перекрёстком один управляет.
Он словно волшебник, машин дрессировщик,
А имя ему — ... *(Регулировщик)*

10. Тем прибором выявляют
Тех, кто скорость превышает.
Говорит локатор строгий:
- Нарушитель на дороге! *(Радар)*

11. У него суровый норов –

Длинный, толстый, словно боров,
Он залег у перехода,
Защищая пешехода. *(Лежачий полицейский)*

12. Переезд есть впереди –
Тормози и подожди:
Он опущен – ход сбавляй,
А поднимут – проезжай. *(Шлагбаум)*

13. Эту ленту не возьмешь
И в косичку не вплетишь.
На земле она лежит,
Транспорт вдоль по ней бежит. *(Дорога)*

14. Никогда я не сплю,
На дорогу смотрю.
Подскажу, когда стоять,
Когда движение начинать. *(Светофор)*

15. Тут машина не пойдет.
Главный здесь – пешеход.
Что друг другу не мешать,
Нужно справа путь держать. *(Тротуар)*

16. Что за транспорт такой
Что везет тебя домой.
Он бежит туда-сюда,
Упираясь в провода. *(Троллейбус)*

17. Под ногами у Сережки
Полосатая дорожка.
Смело он по ней идет,
А за ним и весь народ. *(Зебра)*

18. На обочинах стоят,
Молча с нами говорят.
Всем готовы помогать.

Главное – их понимать. *(Дорожные знаки)*

19. Две дороги долго шли

И друг к дружке подошли.

Ссориться не стали,

Пересеклись и дальше побежали.

Что это за место,

Всем нам интересно. *(Перекресток)*

20. Наш автобус ехал-ехал,

И к площадочке подъехал.

А на ней народ скучает,

Молча транспорт ожидает. *(Остановка)*

21. Двух колес ему хватает,

И мотор не подкачает.

Нужно только завести –

И счастливого пути! *(Мотоцикл)*

22. Это что за магазин?

Продается в нем бензин.

Вот машина подъезжает,

Полный бак им заливает.

Завелась и побежала.

Чтоб другая подъезжала. *(Заправочная станция)*

23. У строителей в почете

Этот умный грузовик.

Он почти всегда в работе,

Отдыхать он не привык.

Привезет и сам разгрузит

Щебень, гравий и песок,

А потом спешит обратно

Как бы не был путь далек. *(Самосвал)*

24. Рядышком с шоссе лежит,

По ней транспорт не бежит.
Ну а если вдруг беда,
То съезжают все сюда. *(Обочина)*

25. Мы едем в такси и маршрутке
В автобусе и электричке. *(Пассажиры)*

26. За рулем я сижу,
На дорогу гляжу. *(Водитель)*

27. Там, где сложный перекресток,
Он – машин руководитель.
Там, где он, легко и просто,
Он для всех – путеводитель.
Кто это? *(Регулировщик)*

28. Железные звери
Рычат и гудят.
Глаза, как у кошек,
Ночами – горят. *(Машины)*

29. Его работа – пять колес,
Другого не дано:
Под ним четыре колеса,
В руках – еще одно. *(Шофер)*

30. Полосатая указка,
Словно палочка из сказки. *(Жезл)*

31. Впереди и сзади,
И по бокам – окошки.
Что за странный домик
На округлых ножках? *(Автомобиль)*

32. Ночь темна. Уж солнца нет.
Чтобы ночь пришла без бед,
Нужен людям маячок –
Одноногий светлячок. *(Фонарь)*

33. Что за чудо – синий дом
Ребятишек много в нем
Носит обувь из резины
И питается бензином. (*Автобус*)

34. Долго ехали, устали,
И желудки заурчали,
Это нам они признались,
Что давно проголодались.
Не прошло пяти минут
Знак висит – обедай тут. (*Знак «Пункт питания»*)

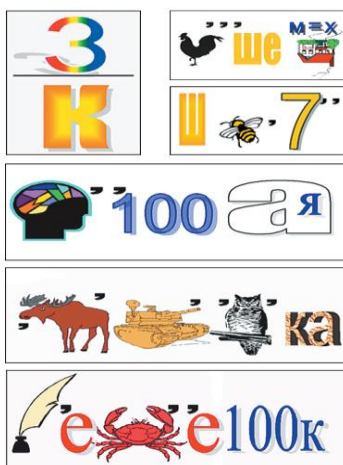
35. Это очень важный знак,
Он висит не просто так.
Будь внимательней, шофер!
Рядом садик, школьный двор. (*Знак «осторожно дети»*)

36. Тормози водитель. Стой!
Знак – запрет перед тобой.
Самый строгий этот знак,
Чтоб не въехал ты впросак.
Должен знак ты соблюдать,
«Под кирпич» не заезжать. (*Знак «Въезд запрещен»*)

Станция 6: «Реши ребусы»

Командам предлагается решить ребусы, которые выдаются им на листочках.





Ответы на ребусы: метро, разворот, такси, автобус, переход, газон, знак, пешеход, шоссе, мостовая, остановка, перекресток.

Приложение №1

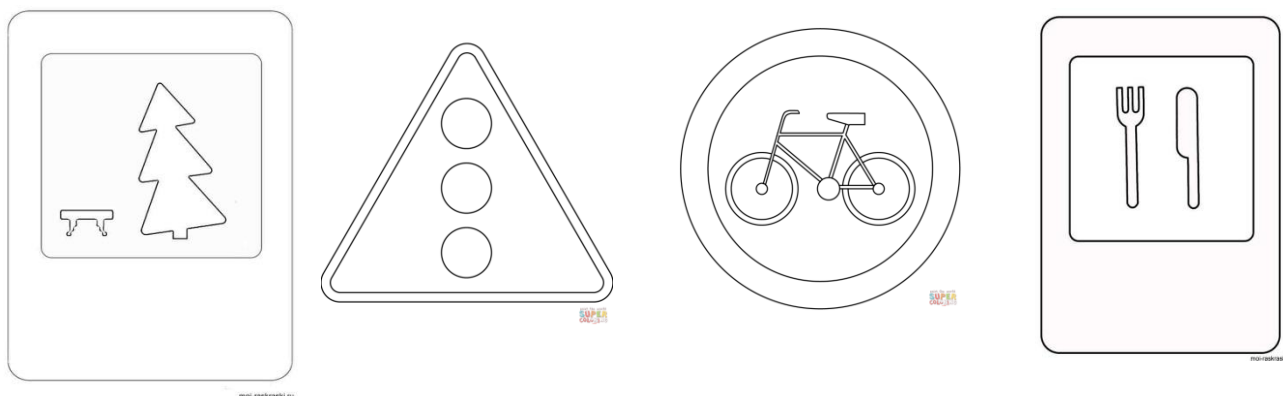
Ваша задача: найти и назвать ошибки.

Памятка для учащихся

- Ребята, будьте дисциплинированы на улице!
- Там, где нет тротуаров, ходите только по обочине, придерживаясь правой стороны дороги!
- Переходите улицу в местах, где имеются линии или указатели перехода, а где их нет – в местах, где дорога хорошо просматривается в обе стороны.
- Переходя улицу, посмотрите налево, а дойдя до середины – налево!
- На улицах и дорогах, где движение регулируется, переходите проезжую часть только при желтом сигнале светофора или разрешающем жесте регулировщика.
- Перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом!
- Езда на велосипедах по улицам и дорогам разрешается детям не моложе 12 лет. Соблюдайте правила пользования общественным городским транспортом.

➤ Соблюдайте Правила дорожного движения сами и помогайте в этом своим родным и близким!

Приложение №2



«Дружба - это я и ты, или путешествие в страну Дружба»

Цель: способствовать развитию дружеских взаимоотношений между детьми, сплочению коллектива.

Задачи:

Обучающие: формировать у детей умение дружить и ценить дружбу.

Развивающие: развивать коммуникативные и творческие навыки.

Воспитательные: воспитывать дружеские отношения и чувство товарищества.

Оборудование: компьютер.

Материалы: руль, платок (2 шт.), обручи, 2 книги, 2 искусственных цветка, вырезанные из бумаги лепестки цветка.

Ход мероприятия:

Ведущий: Здравствуйте дорогие друзья!

Давайте сегодня, улыбнемся друг другу,

Улыбки подарим друзьям!

К общению готовы? Тогда - за работу!

Удачи желаю я Вам!

Сегодня наши улыбки должны светиться, как солнце. Эмблемой нашей встречи будет это красивое, доброе солнышко. Прошу выйти в круг. Стоя, приветствуем друг друга.

Здравствуй друг! *(Правая рука вперед)*

Как дела? *(Правая рука на плечо соседу)*

Где ты был? *(Правая рука за ухо соседа)*

Я скучал! *(Обнять себя)*

Ты пришел? *(Руки в стороны)*

Хорошо? *(Обняться)*

За горами, за морями

Есть волшебная страна.

В ней много разных испытаний,

И чудес она полна.

- Что же это за волшебная страна? Как она называется? Вы отгадаете, ребята, услышав это стихотворение.

«Про дружбу»

Дружит с солнцем ветерок,

А роса с травой.

Дружит с бабочкой цветок,

Дружим мы с тобою.

Все с друзьями пополам

Поделить мы рады.

Только ссориться друзьям

Никогда не надо!

Ведущий: О чем же это стихотворение, ребята? Как называется страна, по которой мы отправимся в путешествие? *(Ответы детей)*. Да, это страна под названием Дружба. И сегодня мы будем говорить о дружбе и взаимопомощи. Главное правило этой страны – быть добрыми, внимательными друг к другу, быть готовыми прийти друг другу на помощь.

Итак, отправляемся в наше путешествие!

(Звучит музыка «Мы едем, едем, едем в далекие края»)

Дети идут по залу, впереди с рулем - ведущий.

Ведущий: Первая станция – «Разминка»

Словесная игра «Это я, это я, это все мои друзья»

Внимательно послушайте вопрос, и если согласны, что это относится к вам, то отвечайте: «Это я, это я, это все мои друзья». Если же не согласны, то молчите.

- Кто ватагою веселой каждый день шагает в Дом творчества?
- Кто из вас своим трудом украшает свой дом?
- Кто из вас хранит в порядке ручки, книжки и тетрадки?
- Кто из вас, скажите братцы, забывает умываться?
- Кто из вас приходит в свой отряд с опозданием на час?
- Кто, играя в футбол, забивает в окна гол?
- Кто из вас не смотрит хмуро, любит спорт и физкультуру?
- Кто из вас, скажите вслух, на занятиях ловит мух?

Ведущий: Молодцы, вы настоящие друзья! Наше путешествие продолжается, и мы прибываем на **вторую станцию «Быстроты и ловкости».**

Игра «Перестрой-ка»

(Под музыку к к/ф «Усатый нянь»)

Приглашаются 2 команды по 6 человек. Каждой команде необходимо выполнить задания под музыку. Как только зазвучит музыка, участники выполняют следующие задания:

- постройся по росту: от высокого до низкого;
- постройся по цвету волос: от светловолосого до темноволосого;
- построиться: сначала девочки – потом мальчики;
- построиться: высокий – низкий, высокий – низкий.

Ведущий: С этим заданием вы справились быстро, а главное дружно. Чтобы было веселей, мы отправляемся на третью станцию «Танцевальную».

(Общий танец)

Ведущий: Многие из вас очень любят смотреть мультфильмы. Назовите самые любимые (ответы детей). Мы прибыли на **четвертую станцию «Мультипликационную»**.

Игра «Настоящие друзья»

Вспомните героев мультфильмов, которых можно считать настоящими друзьями и назовите их.

Крокодил Гена и... Чебурашка.

Смешной мишка Вини Пух и ... Пятачок.

Малыш и ... Карлсон.

Непоседливый Буратино и ... Мальвина.

Хитрая лиса Алиса и ... кот Базилио.

Смешные бурундучки: Чип и ... Дейл.

Винтик и ... Шпунтик.

Ведущий: Давайте еще раз убедимся, как важно использовать «волшебные слова» и отправимся на **пятую станцию «Вежливости»**.

Игра «Будьте добры»

(Под минусовку песни «Kosa – Kosa»)

Участники делятся на 2 команды. По сигналу (звучит музыка) – 1ый участник завязывает платок на шее и говорит: «Будьте добры», хлопает в ладоши 3 раза. Затем передает платок следующему участнику. Чья команда справилась с заданием быстрее – считается победителем.

Ведущий: Молодцы! А теперь всех настоящих друзей и подруг приглашаю на **шестую станцию «Ловкости и взаимовыручки»**.

Игра «Неразлучные друзья»

(Под песенку «Барбарики»)

Участники делятся на 2 команды по 5 человек. 1ый участник бежит к обручу. Становится в него и бежит к команде, «сажает» в него следующего участника и так пока не перевезет всю команду. Победителем считается та команда, которая быстрее справилась с заданием.

Ведущий: Настало время настоящим друзьям и подругам проявить свои актерские способности на **седьмой станции «Театральной»**.

Игра «Школа актерского мастерства»

Участнику игры необходимо изобразить походку человека, которого я назову (произносятся шепотом игрокам). А остальным надо отгадать, кто это и назвать.

- военный,
- человек, которому жмут ботинки,
- человек, который объелся пирожными,
- модель, вышедшая на подиум,
- ученик, получивший двойку,
- канатоходец в цирке,
- человек, который ударил ногой коробку с кирпичом,
- человек, которому, то холодно- то жарко.

Ведущий: Молодцы, настоящие артисты! Ну а наше путешествие продолжается. **Станция восьмая «Джентельменская»**.

Игра «Настоящий джентльмен»

(Под минусовку песни «Дольче Габана»).

Участники делятся на команды: «Джентльмены» и «Леди». «Джентльмены» и «Леди» встают друг напротив друга. Задание: мальчик «Джентльмен» переносит на голове книгу, не придерживая ее руками, а в руке цветок. Подарив все это девочке, возвращается к своей команде.

Ведущий: Конечно, все бывает у нас: и ссоры и драки. И если ты за что-то обиделся на своего друга или подругу, постарайся поскорее забыть и простить ему обиду. Какими качествами должен обладать настоящий друг? Давайте с вами соберем волшебный цветок – «Цветок Дружбы».

(Дети называют качества настоящих друзей и прикрепляют лепестки к цветку)

Ведущий: Вот и подошло наше путешествие по стране Дружба.

Так давайте, давайте дружить.

Пусть не раз нам слова эти вспомнятся.
Если дружбой всегда дорожить.
То любое желание исполниться!
Хороших и верных друзей всем вам! До новых встреч!

Игровой час «Играю я – играют друзья»

Оборудование и материалы: реквизит для игр (описан в конкретных играх).

Место проведения: ровная площадка на улице при хорошей погоде/просторное помещение при плохой погоде.

Особенности подготовки и проведения дела: при подготовке к проведению игрового часа педагогу важно учитывать сформированность детского коллектива. В случае если дети внутри коллектива еще мало друг друга знают и не могут назвать имена, то начать игровой час лучше всего с игр на знакомство, или игр, помогающих закрепить знание имен. Если ребята знают друг друга достаточно хорошо, то представленные ниже примеры хорошо подойдут для такого коллектива.

Помимо отдельных игр есть примеры игровых программ. Они отличаются от игр тем, что являются комплексными и включают в себя разноплановые варианты игр и заданий, связанные между собой одной сюжетной линией.

Игровая программа для детей является интересной, поскольку ребята становятся ее персонажами и проживают все игровые действия.

При организации игрового часа также важно планировать обязательную смену подвижных и спокойных видов деятельности и время проведения (от 30 до 45 минут).

Представленная ниже подборка включает игры разных авторов (из интернет-источников и печатных изданий), а игровые программы составлены на основе известных игр, но с авторским игровым сюжетом.

Игра «Место под Солнцем».

Цель игры: создание благоприятного эмоционального фона в отряде.

Условия проведения: ровная просторная площадка.

Описание игры: Все ребята встают в круг, в центр выходит ведущий. Он объявляет: «Поменяйтесь местами те, кто ...», и называет любой признак (например, кто сегодня проснулся с хорошим настроением, кто ждал начала лагеря, у кого карие глаза и т.д.). После этого названные ребята быстро меняются местами. Ведущий в этот момент старается успеть занять чье-нибудь место. Кому не достаётся места в кругу, тот выходит в центр и становится ведущим. Игра продолжается по тому же алгоритму. Следует обратить внимание ребят на безопасность перемещений в кругу.

Игра «Атомы-молекулы».

Цель игры: взаимодействие ребят друг с другом и создание благоприятного эмоционального фона в отряде.

Условия проведения: ровная просторная площадка.

Описание игры: Все ребята встают в круг, и ведущий (педагог) объясняет им правила: «Представьте, что все мы с вами атомы, которые могут свободно перемещаться, пока играет музыка. Как только музыка прекращает играть, атомам нужно объединиться в молекулы. Но по какому признаку – я буду сообщать в нужный момент». Далее ребята начинают игру. Признаки могут быть следующие: по количеству человек (по 2, по 4, по 5, по 10 и т.д.) в «молекуле», по цветному элементу в одежде, по времени года рождения, по любимому домашнему животному и т.д. Возможно, понадобится объяснить младшим школьникам, что такое атомы и молекулы.

Игра «Гномики-домики».

Цель игры: создание благоприятного эмоционального фона в отряде.

Условия проведения: ровная просторная площадка.

Описание игры: Ребята объединяются в тройки: два человека образуют домик, взявшись за руки и подняв их над головой; третий человек становится гномиком, который «живет» в домике. Всем ребятам нужно запомнить следующее:

- когда ведущий говорит: «Гномики», то все жильцы выбегают из своих домиков и ищут себе новый, ведущий тоже старается занять чей-то домик.

Кто не успел найти себе укрытие – становится ведущим;

- когда ведущий говорит: «Домики», то всем домикам нужно оставить своих жильцов и найти новых. Кто остаётся без крыши над головой, тот становится ведущим;

- когда ведущий говорит: «Гномики-Домики», то абсолютно все разбегаются и строят новые домики с новыми жильцами. Кто остается один – становится новым ведущим.

Игра «Муха».

Цель игры: создание благоприятного эмоционального фона в отряде и закрепление имен.

Условия проведения: ровная просторная площадка.

Описание игры: Все ребята встают в круг, а ведущий – в центр круга.

Он становится «мухой». Когда игра начинается, ведущий приближается к кому-либо из участников; и пока «муха» не успела до него «долететь», надо успеть сказать: «муха летит на ...» и назвать имя любого человека из круга.

Соответственно, «муха» меняет свое направление и теперь движется в сторону того человека, которого назвали. Он, в свою очередь также должен сказать фразу: «муха летит на ...» и назвать имя следующего человека из круга. Если «муха», то есть ведущий, успевает задеть человека, до того, как он назвал чье-нибудь имя, то «задетый» становится ведущим – новой «мухой». Играть можно, пока не надоест.

Игра «Пиф-паф».

Цель игры: создание благоприятного эмоционального фона в отряде и закрепление имен.

Условия проведения: ровная просторная площадка.

Описание игры: Все ребята встают в круг, ведущий встает в центр круга. Когда он показывает на человека и называет его имя, тот должен при-

сесть, а его соседи справа и слева должны назвать имена друг друга. Кто с этим справляется быстрее, продолжает игру, а кто медленнее, тот присаживается. Человек, который был между ними назван ведущим, снова встает и продолжает игру. Выигрывает тот, кто смог остаться в игре до конца.

Игра «Я дрозд, ты дрозд».

Цель игры: создание благоприятного эмоционального фона в отряде и взаимодействие ребят друг с другом.

Условия проведения: ровная просторная площадка.

Описание игры: Каждый ребенок находит себе пару и после этого все пары встают в два круга – один из пары во внешний круг, другой из пары во внутренний круг, друг напротив друга. Далее ведущий произносит слова и показывает движения, а задача ребят за ним повторять:

- «Я – дрозд и ты – дрозд» (показывает сначала на себя, потом на того, кто перед ним);

- «У меня нос и у тебя нос» (показывает на свой нос, потом на нос того, кто перед ним);

- «У меня щёчки аленькие и у тебя щечки аленькие» (показывает на свои щеки, потом на щеки того, кто перед ним);

- «Мы с тобой два друга – любим мы друг друга» (обнимают друг друга).

Далее внешний круг делает шаг вправо, встает напротив другого человека и повторяется то же самое. Желательно, чтобы круги совершили полный оборот. Можно менять скорость произношения фраз, тембр голоса и т.д.

Игра «Необычный город».

Цель игры: создание благоприятного эмоционального фона в отряде и взаимодействие ребят друг с другом.

Условия проведения: ровная просторная площадка.

Описание игры: Ведущий (педагог) рассказывает ребятам, стоящим в кругу интересную историю про необычный город – какие там дома, какие улицы, какие машины, какие домашние животные (фантазирует). Далее гово-

рит, что в этом необычном городе живут необычные люди, которые ходят вот так (показывает движение и предлагает ребятам повторять), здороваются друг с другом вот так (показывает движение и предлагает ребятам повторять), а кто-то здоровается вот так (показывает новый способ и предлагает ребятам повторять), а когда они приходят друг к другу в гости, то радуются вот так (показывает движение и предлагает ребятам повторять).

Как вы думаете, в каком городе живут такие люди? (варианты ребят) Вы правы! (при любом варианте ответа – ответ ведущего положительный, потому что это фантазии). История может быть длиннее – все зависит от фантазии ведущего.

Интеллектуально - познавательное мероприятие

«Живет на всей планете народ веселый - дети!»

Цель: формировать представление о празднике «День защиты детей, создавая радостную праздничную атмосферу.

Задачи:

- расширять знания о празднике – Дне защиты детей;
- развивать внимание, творческие способности, логическое мышление, умение действовать по команде;
- стимулировать совместную музыкально-игровую деятельность;- способствовать формированию чувства собственного достоинства, осознания своих прав;
- формировать партнерские взаимоотношения и взаимопонимания между всеми участниками мероприятия;
- максимальное вовлечение детей в музыкальную творческую деятельность;
- формировать желание проявлять творческую инициативу, предоставив для этого равные возможности всем детям;
- формировать нравственно - эстетический вкус, зрительное и слуховое внимание, творческое воображение, чувство ритма, любознательности;

- закреплять знания в стихах и рассказах знания о празднике 1 июня, о правах ребенка, обогащать словарный запас, активизировать речь детей;
- развивать артистические способности, воображение, эстетический вкус, мелкую моторику, ловкость, внимание.

Оборудование для проведения мероприятия: дополни фразу «Дети - это.....», воздушные шары, нарезка фонограмм для конкурса «Песенное поурри», «Танцевальный батл», заготовки флага, клей – карандаш, 2 стола или 4 стула, карточки для конкурса «Буриме», ручки, листочки, планшеты, картон, набор цифр 1,2,3 (в четырёх экземплярах), погремушки и музыка к конкурсу «Весёлая погремушка», 8 листов ватмана (А-4), 8 бейджиков, фло-мастеры или маркеры, текст песни для общего исполнения.

Выход ведущих под музыку

Ведущий: Добрый день, девчонки и мальчишки, педагоги и вожатые!

Ведущий: Добрый день всем, у кого сто веснушек на носу и у кого нет ни одной.

Ведущий: Добрый день всем, кто с косичками, торчащими в разные стороны, и всем, кто с кудрявыми чубчиками и симпатичными челками.

Ведущий: Нарядные, веселые, счастливые. Нас можно поздравить - пришла пора каникул, а каникулы - это здорово!

Ведущий:, при встрече, мне помнится,

Сначала надо познакомиться!

Ведущий:

И теперь ваша помощь, ребята, нужна:

Назовите-ка хором ваши имена! Фантазеры природные...

Также бывают ленивые,

Несмелые и ранимые...

Ведущий: Дети бывают пытливыми...

И всегда очень красивые!

Дети бывают разные,

Но все они, в общем, прекрасные!

Ведущий: Все участники лагерной смены – творческие и активные, смелые и креативные, спортивные и любознательные и....

Ведущий: Мы в этом несколько не сомневаемся. Только ты так будешь о них до самого утра говорить. Я предлагаю на них посмотреть и приглашаю 1 отряд с визитной карточкой.

ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА 1 ОТРЯДА.

Ведущий Сегодня Международный день защиты детей. А почему вдруг люди решили защищать детей? От кого или чего?

Ведущий: В 1949 году в Париже на женском конгрессе возник вопрос о защите всех обездоленных детей, и уже в 1950 году 1 июня впервые был проведен праздник. Многие страны подхватили эту традицию, и с тех пор Международный день защиты детей отмечают в странах Европы, Азии и не только.

Ведущий: А как же его отмечают в других странах?

Ведущий: Пока 2 отряд готовится к выступлению, я вам расскажу.

Ведущий: Страны мира по-разному празднуют этот день и обязательно 1 июня, как в России.

Например, в Японии – это три праздника. 3 марта – Праздник девочек. В этот день родители девочек устраивают дома выставку детских кукол в кимоно. Это и есть подарок родителей своим принцессам.

5 мая – Праздник мальчиков, когда перед входом в дом семьи, у которой есть мальчик, вешается флаг с изображением карпа, который означает возможность получения ученой степени. Если в семье несколько мальчиков, то на дверях дома размещают зелено-синие флаги.

15 ноября – День детей «Семь-пять-три». По японским обычаям считается, что три, пять и семь лет – самые счастливые возрасты детей.

Ведущий: А теперь слово 2 отряду.

ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА 2 ОТРЯДА.

Ведущий: Скажите, пожалуйста, в каком документе отражены права ребенка?

Ведущий Конвенция о правах ребенка - это международный договор, который утверждает признание ребенка до достижения им 18 лет, как полноценной личности, у которой есть права. Конвенция признает за ребенком весь комплекс социально-экономических, гражданских, культурных прав человека и направлена на защиту его интересов. В документе - 54 статьи.

Ведущий: В 1948 году Генеральной Ассамблеей ООН была принята Всеобщая декларация прав человека. В 1989 году принята Конвенция о правах ребенка.

Участниками Конвенции о правах ребёнка являются Святой Престол и все страны-члены ООН, кроме США, Южного Судана и Сомали.

Ведущий: Мы разные! Но мы при этом равные!

Мы все имеем равные права смеяться и грустить!

Мы все для счастья рождены, и так тому и быть!

Ведь каждый из нас индивидуальность.

И в этом, конечно, и есть уникальность!

Ведущий: Это сейчас продемонстрирует наш дружный 3 отряд.

ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА 3 ОТЯДА.

Ведущий: Испания проводит самый торжественный День детей, 5 января.

По городу едут колонны с парадными машинами, которые останавливаются у здания городской администрации. Любой ребёнок может сесть на колени короля в этот день и получить особенный подарок. Но он должен пообещать хорошее поведение на весь следующий год. Почему у нас нет такой традиции?

Ведущий: Исламские страны празднуют веселый «праздник конфет».

Африканские страны проводят детский карнавал длиною в месяц.

Жители Африки очень любят петь и танцевать, что является возможным именно во время карнавала.

Ведущий: **Конкурс «Песенное поурри».** Я уверена, что наши участники лагерной смены могут петь и танцевать не только во время карнавала.

Вы должны вспомнить детские песни и все вместе, отрядом их пропеть (2-4 сточки, начинает 1 отряд).

Ведущий: **Конкурс «Танцевальный батл»**. А сейчас под музыку, сидя на своих местах, исполнить общий отрядный танец. (Для каждого отряда своя музыка, начинает 4 отряд)

Ведущий: ... Скажи, пожалуйста, в какой стране на улицах персонажи из мультфильмов угощают желающих сладкой ватой.

Ведущий: Честно признаюсь, не знаю.

Ведущий: Пока 4 отряд будет готовиться к своему выступлению, я отвечаю на этот вопрос.

Именно в Польше персонажи из мультфильмов угощают желающих сладкой ватой в день защиты детей и устраивают сказочные представления.

Ведущий: А в Республике Корея, если оденешься в корейский национальный костюм – получишь подарок. Там отмечают праздник 5 мая, и родители дарят подарки, которые дети больше всего хотели.

В Колумбии 4 июля во всех учебных заведениях дети наряжаются в костюмы, как клоуны, надевают маски и в таком виде гуляют по улицам города. 4 отряд – ваша визитная карточка

ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА 4 ОТРЯДА.

Ведущий: **Конкурс «Составь флаг»**. Существует символ Международного дня защиты детей – флаг, который признан более, чем в 30 различных странах. Я попрошу выйти с каждого отряда по 4 человека. Вам необходимо из заготовок представить флаг Международного дня Ведущий Давайте послушаем поздравления, которые вы придумали.

Слово 4 отряду, 3 отряду, 2 отряду, 1 отряду.

Ведущий: Каждому известно, что в определённом возрасте ребёнок может запросто свести взрослого своими бесконечными вопросами. Подсчитано, что четырехлетний малыш задает слово «почему» около 900 раз за сутки. Они уже способны распознавать и произносить к этому возрасту около 12 тысяч слов, так что спрашивают детки много и часто.

Ведущий: Мы вышли из этого возраста, но всё равно задаём много вопросов: друзьям, родителям, учителям.

Ведущий: Или просто говорим «Окей, Google». Мне тоже очень хочется задать вопросы нашим девчонкам и мальчишкам. Вы поднимаете цифру, соответствующую правильному ответу.

1. Как в России до XVIII века называлась игрушка?

1) Шутиха 2) Потеха 3) Забавка.

2. Какую игрушку было принято дарить мальчику из царской семьи на первый день рождения?

1) Куклу-оберег 2) Деревянную лошадку 3) Матрешку.

3. В какой стране в начале XX века открылся первый музей игрушек?

1) В России 2) В Германии 3) Во Франции.

4. В каком году был открыт первый в России музей игрушки?

1) В 1901 2) В 1918 3) В 1931.

5. Игрушка, из какой страны послужила прототипом русской матрёшки?

1) Япония 2) Африка 3) Мексика.

6. Из чего состояли детали первого в мире конструктора?

1) Из смеси глины и воды 2) Из алюминия 3) Из смеси кварцевого песка, мела и льняного масла.

7. Чем наполняли первые в истории мячи?

1) Вода 2) Хлопок 3) Перья.

8) Глиняные игрушки разных форм, раскрашенные яркими красками и не имеющие аналогов в мире, это.....?

1) Тульские 2) Каргопольские 3) Дымковские.

Ведущий: Ты знаешь, игрушка самой древней игрушке на планете много лет - эксперты полагают, что она была создана примерно за тысячу лет до нашей эры. Это маленькая колесница из глины, которую не так давно обнаружили в одном из захоронений археологи. Удивительно, она находится в

прекрасном состоянии - а тщательность проработки деталей просто поражает.

Ведущий: А я слышала, что самой древней игрушкой, была кукла, найденная на территории Чехии. Её возраст – 30-35 тысяч лет. Кукла сделана из кости мамонта, а ее ножки и ручки, приделанные к телу, свободно двигаются!

Ведущий: Мне кажется что, сколько ученых, столько и мнений. Но спорить, что самая первая игрушка ребенка – это погремушка, наверное, бессмысленно. Я приглашаю на конкурс от каждого отряда.

Конкурс «Веселая погремушка»

Вам необходимо с помощью погремушки проиграть ритм мелодии, которая будет сейчас звучать.

Ведущий Удивительно, но факт: по детскому рисунку можно определить, кто это рисовал – мальчик или девочка. Психологические различия между полами накладывают отпечаток на восприятие и художественное отражение действительности.

Ведущий: У девочек лучше работает полушарие мозга, ответственное за образное мышление, воображение, эмоции. Поэтому они уделяют особое внимание мелочам, тщательной прорисовке живых персонажей. Для мальчиков более характерны технические детали и схематическое изображение людей.

Ведущий: «Конкурс художников»

- Сейчас мы это увидим на практике. Я приглашаю 8 человек *(На спину игрокам крепят по листу бумаги, вручают маркеры или фломастеры).*

Ведущий: Постройтесь, пожалуйста, в затылок друг другу, образуя круг. Танцуя, под музыку вы должны на спине соседа нарисовать домик, солнце и цветы. Конечно, вы можете дополнить летний пейзаж своими деталями.

Выход ведущих под музыку

Ведущий: Дети – это самое ценное, что у нас есть, поэтому необходимо заботиться о них и делать их жизнь как можно лучше. Ведь детская улыбка и счастливые глаза малышей – наверное, самое большое богатство в мире. А праздник 1 июня – День защиты детей – еще раз напоминает нам о том, что веселое и счастливое детство должно быть у каждого ребенка!

Ведущий: Дети – маленькие частички большого счастья, чудо, которое наполняет жизнь каждого взрослого неподдельной радостью и теплотой

Ведущий: Будьте всегда успешны!

Пусть жизнь проходит неспешно,

И пусть всегда в ваших душах

Мир детства не будет нарушен!

Ведущий: «Мы разные, но мы дети одной планеты». Очень хочется, чтобы эти слова для нас стали девизом. Положите правую руку на плечо человека справа - это значит, что у вас есть друг, на которого можно опереться.левой рукой обнимите человека слева – это значит, что вы готовы поддерживать друга.

Ведущий: **Конкурс «Буриме»**

В это время отряд готовит поздравление с праздником Дня защиты детей всем участникам лагерной смены, используя слова (*каждому отряду свой набор слов*):

Поздравление – угощение, страна – одна.

Креативно – активно, дружно – нужно.

Друзья – семья, отмечать – приглашать.

Лагерь – прекрасен, день детей – день затей.

Ведущий: Давайте нашу встречу закончим песней «Мы такие разные».

Брейн - ринг «Вежливость на каждый день»

Цели:

Формировать у младших школьников ценностные ориентации и развить умение учащихся вести себя в соответствии с нравственными нормами, правилами этикета.

Задачи:

Закрепить знания и навыки учащихся культурного поведения в обществе;

Объяснить необходимость соблюдения нравственных правил общения, способствующих созданию атмосферы доверия и облегчающие общение;

Развить потребность употреблять в речи вежливые слова;

Ход мероприятия:

- Здравствуйте дорогие друзья. Сегодня, мы проведем наше мероприятие, тему которого вы мне скажете после стихотворения.

(воспитанник читает стих)

Вежливым должен быть каждый ребенок,

Вежливость знает даже котенок.

Ты, не должен грубить старикам

И не давать дорогу щенкам.

После приема пищи в обед,

Должен сказать ты «спасибо» в ответ,

Если ты сделал что-то плохое,

Надо сказать «извините». Открою

Я вам секрет: «до свиданья», «привет» –

Эти слова помогут нам с вами,

И миг исчезнут все наши страдания!

Это стихотворение может стать своеобразным эпиграфом нашего мероприятия.

Наше мероприятие будет проходить в необычной форме, а в форме брейн - ринга. Мы сейчас поделимся на две команды. Выберем капитанов и придумаем названия нашим командам.

Я задаю вопрос и даю время для обсуждения в команде, после этого кто первый поднял руку, та команда отвечает. За каждый правильный ответ вам насчитывается 2 балла.

Если ответ оказался неверным, то вторая команда может спокойно дожидаться окончания времени на рассуждение и правильно ответить на вопрос. Когда ни одна команда не дала правильный ответ, ведущий озвучивает верный ответ, и осуществляется переход к следующему вопросу.

В конце соревнования идет подсчет баллов, определение победителя игры и вручение поощрительных призов.

Актуализация имеющихся знаний.

Для этого предлагается участникам команд пройти тест.

Вопросы теста «Вежлив ли ты?»

Отвечай на вопросы одним словом «да», или «иногда», или «нет».

1. Здравоваешься ли ты с соседями по дому?
2. Благодарить ли ты родителей за завтрак?
3. Извиняешься ли ты, если опаздываешь на урок иходишь в класс после воспитателя?
4. Ты извиняешься перед сверстником, которого случайно толкнул(а)?
5. Папа (мама) помог решить тебе трудную задачу, благодарить ли ты его(ее)?
5. Папа (мама) помог решить тебе по дому, благодарить ли ты его(ее)?
6. Говоришь ли ты спокойно, не повышая голоса, даже если споришь?
7. Поздравляешь ли ты своих родных с праздниками, не забываешь ли о них?
8. Когда ты ложишься спать, желаешь ли всем спокойной ночи?

Подсчитай очки: за ответ «Да» – 2 балла; за ответ «Иногда» – 1 балл; за ответ «Нет» – 0 баллов.

Если ты набрал(а):

- от 12 до 16 баллов: с тобой пока все в порядке. Так держать!
- от 8 до 11 баллов: ты не всегда вежлив(а). Будь внимательнее!
- меньше 8 баллов: тебе еще надо учиться вежливости! Не жалея на это сил и времени!

Человек – постоянно находится в обществе и не живёт изолированно от других людей. Он встречается в кругу семьи с родственниками, отмечает праздники с близкими людьми, приглашает в гости друзей и ходит к ним.

Вежливость – одно из важнейших качеств воспитанного человека. До XVI века слово «вежа» означало «знаток», – тот, кто знает правила приличия, формы выражения доброго отношения к людям.

Попробуем определить, какие вы «знатоки» правил вежливости. Для этого предлагаю игру

Тур 1. «Вежливо – невежливо».

Я буду называть ситуацию, а вы должны сказать: вежливыми или нет были действия в ней

- 1) Здороваться при встрече.
- 2) Толкнуть и не извиниться.
- 3) Помочь поднять упавшую вещь.
- 4) Не встать, обращаясь к учителю.
- 5) Взять билет в автобусе.
- 6) Не уступить место в транспорте.
- 7) Сидеть в шапке за столом.
- 8) Резать - уродовать стволы деревьев.
- 9) Ломать ветки деревьев и кустов.
- 10) После отдыха в лесу оставить после себя свалку.
- 11) Поздравить родных с праздником.

Тур 2. Правильно ли это?

1. В общественном транспорте причёсываться?
2. Ходить в театр в спортивном костюме?
3. Ходить по улице в домашних тапочках?
4. Задеть кого-либо, наступить на ногу.
5. Входить в общественный транспорт в грязной пачкающей одежде.
6. Стричь ногти, где попало?

Тур 3. «Словарь вежливых слов». Объясните значение слов

Вежливый – соблюдающий правила приличия;
Учтивый – почтительно-вежливый в обращении с людьми;
Корректный – тактичный, вежливый, учтивый;
Уважительный – проявляющий уважение к собеседнику;
Предупредительный – скромный, обязательный, вежливый;
Любезный – обходительный, предупредительный, учтивый;
Галантный – изысканно вежливый, любезный.

Тур 4. «Дополните рифму»

- Растает даже ледяная глыба от слова теплого ... (спасибо).
- Зазеленеет старый пенёк, когда услышит ... (добрый день).
- Если больше есть не в силах, скажем маме мы ... (спасибо).
- Когда нас бранят за шалости, говорим ... (простите, пожалуйста).
- И во Франции, и в Дании на прощанье говорят ... (до свидания).

Тур 5. Знаменательные даты

- Знаете ли вы, что за дата 21 ноября?

21 ноября – международный день приветствий! Да, да, приветствий.

Идея этого праздника принадлежит двум американским юношам, братьям Маккормики, предложившим в 1973 году проводить день дружбы и взаимопонимания между народами всех стран мира.

Еще одна замечательная дата. 11 января – Всемирный день «спасибо». Самая «вежливая» дата в году! Слово «спасибо» известно в русском языке с XVI века. Оно произошло от слов «Спаси бог» – этой фразой на Руси выражали благодарность. Теперь «спасибо» – новое слово, которое обозначает «Я вас благодарю и желаю всех благ».

17 февраля – День спонтанного проявления доброты (Random Acts of Kindness Day) – одна из недавних инициатив международных благотворительных организаций. В России этот праздник практически вообще не известен. Предполагается, что в этот день людям следует стараться быть не просто добрыми, что подразумевается само собой, а добрыми беспрдельно и бескорыстно.

Воспитанный человек не может быть злым, ведь воспитанность тогда настоящая, когда она искренняя, естественная. Значит воспитанность всегда рядом с добротой, доброжелательным отношением друг к другу, к окружающей среде.

Мы узнаем человека не только, по словам, но и по жестам, по выражению его лица. Оказывается, при разговоре люди придают словам лишь 7% значимости, интонации – 38%, а мимике и жестам – 55%. Один неправильный жест может полностью изменить смысл произнесенных слов.

Тур 6. Собери пословицу (пословицу заранее делим на части)

«В чужом доме не будь приметлив, а будь приветлив»,

«Потчевать потчуй, а неволить не неволь»,

«К обедне ходят по звону, а к обеду по зову»,

«Где рады, там не учащай, а где не рады, век не бывай»,

«В гости ходить – надо и к себе водить»,

«Умей в гости звать, умей и встречать»,

«Приехал – не здоровался, уехал – не простился», - говорили о невежливом госте.

«У него гостят четыре угла, он сам себе рад» - обсуждали негостеприимного человека.

В жизни вежливого человека есть слова, которые называются «волшебными». С помощью этих слов можно даже грустному или обиженному человеку вернуть хорошее настроение.

Тур 7. «Стоп - красный свет»

Вы знаете, что, когда горит красный свет светофора, идти опасно. Вот и по отношению к людям надо помнить о таком сигнале. Я буду рассказывать вам маленькие эпизоды, как только вы заметите неэтичное, невежливое поведение - поднимите красную сигнальную карточку, если одобряете - поднимите зеленую карточку.

1. Два мальчика о чем-то увлеченно спорили в автобусе и так громко, что все стали на них оглядываться. (Красная.)

2. На перемене у двери буфета два мальчика, обогнав девочку и отстранив ее, первыми вбежали в буфет. (Красная.)

3. Две девочки в столовой «хлюпают» носами, болтают за столом во время еды. (Красная.)

4. Мальчишки нашего двора отнимают мороженое у малышей, дергают за хвост собак и кошек, бросают камни в птиц. (Красная.)

5. По утрам убираем свою постель. (Зеленая.)

6. После игры убираем в положенное место игрушки, книжки, цветные карандаши. (Зеленая.)

7. Взрослые возьмут все-все домашние дела на себя, а мальчишкам и девочкам будет весело жить-поживать на белом свете. (Красная.)

8. Если я за что-либо обиделся на своего друга, постараюсь поскорей забыть и простить ему свою обиду. (Зеленая.)

Тур 8. «Правила этикета?»

1. Кто здоровается первым, если встретились младший и старший? (младший)

2. Ты идешь с товарищем по улице. Он поздоровался с незнакомым тебе человеком, приостановился. Надо ли поздороваться тебе с незнакомым? (да)

3. Вы вошли в автобус с задней площадки и увидели, что у передней двери стоят ваши друзья. Надо ли поздороваться с ними, а если надо, как это сделать? (да, можно просто кивнуть, но не кричать через весь автобус)

4. С вами, наверное, такое бывает: встречаете вы человека часто, например, в парке, через который ходите в школу. Но не знакомы с ним. Полагается ли в таких случаях здороваться? (да) .

5. Кто подает первым руку – старший младшему или младший старшему, мужчина женщине или наоборот? (первым подает руку старший младшему, женщина – мужчине, начальник – подчиненному)

6. Когда юноша идет с девушкой по узкой дорожке, ему следует пропустить ее вперед, но если дорога незнакома, а идти страшно, то юноша или девушка должен идти первым?

7. Если вы позвонили по телефону кому-то, то вы первым должны поздороваться и сразу назвать себя. Для чего? (чтобы собеседник не ломал голову, с кем он разговаривает).

Французы говорят: «Первым здоровается тот, кто вежливее». Следуйте этому правилу – и никогда не ошибетесь.

Вежливость – это умение деликатно, предупредительно относиться к людям, умение вести себя в любой ситуации согласно определенным нравственным нормам. Это сумма поступков, определяющих внутреннюю культуру, отражающих духовное содержание человека. Надо уметь добрыми глазами увидеть радость или беду другого, добрым сердцем откликнуться на нее, добрым делом помочь.

Вежливость ребенка проявляется в его умении правильно себя вести, соблюдать правила поведения, в его внешнем облике, речи, отношении к вещам, характере общения с окружающими. Поэтому каждому ребенку нужно знать правила вежливости и уметь пользоваться ими.

Рефлексия: Правила вежливости знакомы всем нам. Они несложны, и каждый человек может и должен их выполнять. Давайте после нашего занятия сформулируем некоторые из них:

В вежливости проявляется отношение к другим людям;

Вежливый человек всегда здоровается и прощается;

Вежливый человек не отвечает грубостью на грубость;

Вежливый человек приветлив и внимателен к другим;

Вежливый человек не причиняет никому неприятностей и обид.

Это тот, кто хочет и умеет считаться с другими.

Это тот, кому собственная вежливость не только привычна и легка, но и приятна.

Это тот, кто в равной степени вежлив и со старшими и с младшими (годами и по положению).

Это тот, кто всегда один и тот же – дома, в школе, в институте, на работе, в магазине и в автобусе.

И в завершении нашего мероприятия хочу вам напомнить слова Д.С. Лихачева «Вежливый человек – это воспитанный человек».

Час веселого общения и хорошего настроения

Цели и задачи: организация культурного досуга детей в каникулярное время; воспитание чувства юмора; развитие познавательной и двигательной активности детей.

Ход занятия

- Здравствуйте, ребята! Сегодня на занятии мы не будем скучать. Сегодня у нас «Час веселого общения и хорошего настроения».

- Скажите, пожалуйста, а когда у человека бывает хорошее настроение? (Отвечают.)

- Думаю, вы со мной согласитесь, что в основном хорошее настроение зависит от нас самих. Как вы себе поднимаете настроение? (Отвечают.)

- Можно послушать смешные истории, потанцевать, пошутить над кем-то, но все-таки лучшее лекарство от скуки, конечно же, - игра. И мы с вами сегодня будем играть, чтобы настроение у нас было отличное.

Игра «Хулиганы сидят дома»

Давайте сейчас мы поиграем и даже немного «похулиганим». Согласны? Выполняйте мои указания.

- Похлопаем в ладоши, дружно и вместе! (Хлопают в ладоши.). Очень хорошо!

- А теперь давайте потопаем ногами! (Топают все ногами.)

- А теперь давайте соединим все вместе, будем хлопать, и топать одновременно. (Дети хлопают и топают.) Молодцы!

- А теперь проверим нашу силу голоса, дружно все вместе покричим, повизжим. (Дети кричат и визжат) Отлично!

- Ну и для закрепления и поднятия нашего настроения соединим все наши эмоции вместе, будем топать, хлопать и кричать одновременно!

- Ну как, у вас настроение поднялось! (Дети отвечают.)

Игра «Размышляйка»

- А сейчас давайте поразмышляем и ответим на шуточные вопросы:

Назовите имя легендарной русской женщины, которая впервые поднялась в воздух на летательном аппарате? (Баба Яга)

Что легче килограмм пуха или килограмм железа? (Одинаково)

Сколько нужно варить крутое яйцо? (Нисколько, оно уже сварено)

Какой рукой нужно мешать чай? (Никакой, ложкой)

На какое дерево садится ворона после дождя? (На мокрое)

У какого коня нет ног? (У шахматного)

За чем во рту язык? (За зубами)

Несла бабка на базар 100 яиц, а дно (одно) упало. Сколько осталось яиц в корзине? (Ни одного.)

Какой месяц короче всех? (Май – три буквы)

Может ли страус назвать себя птицей? (Нет, так как он не умеет говорить)

Сколько горошин может войти в один стакан? (Ни одной – все надо положить)

В каком месяце бывает 28 дней? (В каждом)

- А сейчас поиграем в *игру «И я!»*

- Я читаю стихотворение. Когда делаю, паузу, вы говорите: «И я!». Только важно следить за смыслом, и тогда будет весело.

Пошла я однажды в лес...

И увидел на елке белку...

Сидит она на ветке и грызет орешки...

Я хлопнула в ладоши...

А белка прыгнула на другое дерево...

Я дальше пошла...

Смотрю, на сосне сидит дятел...

Головой о дерево стучит...

Я как свистну...

Дятел испугался и улетел с дерева...

А я дальше пошла...

Вдруг вижу на земле уж...

Я испугалась и остановилась...

А уж поднял голову...

Да как зашипит...

Я аж, со страху убежала...

Игра «Слепой художник»

- Ребята, вы умеете рисовать? А с закрытыми глазами? Давайте проверим. Возьмите листок и нарисуйте с закрытыми глазами (только честно) портрет улыбающегося человека. (Рисуют.)

- Ну что? Получилось? Нравится? Молодцы!

«Танцевальная разминка»

- Мы с вами засиделись, пора размяться и потанцевать. Я включу веселую танцевальную разминку, а вы потанцуете вместе с мультяшными героями. (Танцуют.)

- Молодцы! А теперь поиграем в *игру «Кто вы?»*

Возьмите листочки и ручки и напишите под порядковыми номерами в одном столбике 5 названий домашних животных, зверей и птиц. (Пишут.)

- А теперь я буду задавать вопросы, а вы на них отвечаете по порядку следования слов.

Кто вы дома?

Кто вы в школе?

Что о вас думают другие?

Кто вы с друзьями?

Кто вы на самом деле?

- А сейчас мы поиграем в *игру «Сочиняем вместе»*. Нам нужно сочинить «Сказку о черепахе». Каждый из вас должен назвать одно интересное слово – имя прилагательное. Я запишу и прочитаю вам получившуюся сказку.

(Дети называют слова, педагог вставляет их в текст и читает.)

Сказка о черепахе

Жил-был старик с старухой у самого моря. Однажды вышел он на берег, забросил свой невод и поймал черепаху. И сказала ему черепаха голосом:

– Отпусти меня в море, к моим черепашатам, а за это я выполню три твоих желания. Задумался старик, и ответил:

– Хочу, чтобы моя старуха стала и! Хочу, чтобы моя избушка стала дворцом! А еще хочу, чтобы я сам стал!

– Будет исполнено, старче! – молвила черепаха и исчезла.

Пришел старик домой, а там уже стоит дворец, на крыльце сидит старуха. Посмотрел на нее старик и побежал к зеркалу. А в нем – не он, а кто-то ужасно! Так прожил старик с старухой сто лет во дворце у самого моря.

- Понравилась сказка? (Отвечают.)

- Давайте поиграем в подвижную *игру «Коснись цвета»*. Вам нужно как можно быстрее найти в комнате или на себе тот цвет, который я назову, и прикоснуться к нему. Начинаем играть!

- Зеленый, черный, белый, синий, красный... и т. д.

- Наш «Час веселого общения и хорошего настроения» подошел к концу. Спасибо за внимание! Отдыхайте, смейтесь, шутите и веселитесь каждый день!

Творческие игры и конкурсы познавательного характера

1. Развивающая творческая игра «Игра в слова»

Игра подойдет детям, начиная с младшего школьного возраста. Детей выстраивают в кружок. Их руки должны соприкоснуться так, чтобы правая ладонь одного ребенка лежала сверху левой ладони другого.

Игра начинается со считалочки, после которой ведущий называет ту область действительности, из которой и следует назвать слово:

Мы найдем слова везде: и на небе, и в воде,

На полу, на потолке, на носу и на руке.

Вы не слышали такого? Не беда, играем в слово...

Ведущий: Ищем слова на ...небе!

Тут дети по кругу, в быстром темпе, должны назвать что-либо, встречающееся на небе: птица, самолет, облако, солнце. Называя слово, человек хлопает ладонью по ладони своего соседа.

Если кто-то из детей растерялся и не назвал слово или назвал, но неправильно, то он выбывает из игры. При этом ведущий снова начинает чтение считалочки, и тема меняется.

2. Творческая игра «Чудо-юдо-рыба-кит»

Объявите детям, что сейчас они будут рисовать зверя, но зверя не простого, а фантазийного. Для этого разбейте ребят на команды по три человека и выдайте каждой группе лист бумаги, сложенный втрое по принципу гармошки.

Первый участник каждой команды должен нарисовать голову любого животного – его нельзя никому называть. Ведущий должен следить еще и за тем, чтобы остальные члены команды не видели, что рисует первый игрок. Для чего можно построить на столе перегородки из книг. Завернув часть листа с нарисованной головой животного внутрь, листок передают второму игроку. Тот рисует туловище любого зверя; третьему нужно завершить рисунок «ногами», т. е. лапами, ластами, копытами, когтями и т.д.

Как только рисование закончится, предложите командам развернуть листки и посмотреть на своего чудо-юдо-животного. Обязательно предоставьте эти шедевры на обозрение остальным командам, а потом предложите сообща придумать названия для полученных «монстриков». За лучшее имя полагается вручить сладкий приз.

Хорошим завершением игры станет выставка созданных рисунков.

3. Игра «Ни бе..., ни ме...»

Многим, наверное, приходилось слышать, что про тех, кто не отвечает на поставленный вопрос говорят, что он: «ни бе, ни ме». Суть этой творческой игры в том, что надо сказать свои «бе» и «ме», а соперники должны угадать, что вы имели в виду.

Итак, ребята делятся на равные команды и получают карточку с названием сказки, отрывок из которой они должны рассказать, используя только первые слога. Например. Сказка «Репка» будет выглядеть так: «По де ре. Вы ре бо пре бо. Тя по тя де ре, а вы не мо...». Вторая команда отгадывает и предлагает свой вариант.

Это не столько конкурс, сколько просто повод повеселиться (карточек со сказками лучше запастись побольше, наверняка, ребята захотят повторить еще эту забаву).

4. «Скоростная почта»

Такую забаву лучше проводить в самом начале сезона, она дает возможность в игровой форме сделать акцент на именах всех участников. Готовясь к ней, организатору нужно нарисовать два больших плаката с именами: Витя, Нина, Саша, Клава, Дарья, Юля, Соня, Кира, Слава, Боря. Но нужно написать эти имена так, чтобы впоследствии разрезать их «пополам». Листы с окончаниями имен мы кладем на два стола у линии финиша. Остальную часть обоих листьев разрезаем на полоски, чтобы начало каждого имени пришлось на отдельную карточку: Ви, Ни, Са, Кла, Дарь, Ю, Со, Ки, Сла, Бо. Эти карточки и будут «письмами», которые должны доставить адресату рьяные работники «скоростной почты».

Маленьких почтальонов набираем по три – четыре человека в каждую команду и выдаем им заплечную сумку, в которой лежат карточки с началом упомянутых имен. Их задача – быстро подойти к столу, открыть свою сумку, достать первую попавшуюся карточку и правильно приложить ее к окончанию имени, написанному на листе. Потом ребенок возвращается к своей команде и предает сумку следующему игроку.

За быстрое выполнение задания команда получает три балла. Затем баллы начисляются по одному за каждое правильно сложившееся имя. Победителей в этой игре на знакомство определяют по общей сумме баллов.

5. Веселая игра «Кукушка, спой на ушко!»

Эта веселая игра – хороший повод подучиться и покричать, но «со смыслом». Для этого нужно выбрать водящего, который отворачивается ото всех, и за его спиной кто-нибудь из его друзей громко кричит: «Ку-ку!» Когда же водящий поворачивается, все ребята начинают куковать не свои голо- сом и изображать из себя птичек – кто во что горазд.

Понятно, что ведущий должен угадать того, кто из этой «пернатой компании» прокуковал первым. Безусловно, сделать это довольно трудно, поэтому, чтобы один и тот же ребенок не водил по сто раз, ведущий должен дать ему в «наказание» какое-нибудь смешное задание (например, проква- кать или прокукарекать), и затем выбрать нового водящего.

6. Конкурс на реакцию «Вот так!»

Эту веселую игру проводят, чтобы поднять детям настроение, активи- зировать внимание перед проведением разных мероприятий или тематиче- ских игровых программ.

Организатор игры объясняет условие, на кого он будет неожиданно (!) показывать рукой (или указкой), должен быстро не словами, а движением показать свой ответ, а все хором при этом кричат: «Вот так!»

- Как живешь?

- Вот так! *(можно показать большой палец руки)*

- Как плывешь?

- Вот так! (*показать движения пловца*)
- А глядишь?
- Вот так!
- А бежишь?
- Вот так!
- Ждешь обед?
- Вот так!
- Машешь вслед?
- Вот так!
- Утром спишь?
- Вот так!
- Как шалишь?
- Вот так!

7. «Маленькие Принцы и Принцессы»

Сначала стоит немного рассказать детям о Маленьком Принце и его чудесных путешествиях по разным планетам с такими смешными и даже печальными обитателями как Король, Роза и Барашек. Было бы очень неплохо для общего культурного развития показать малышам репродукции авторских рисунков Экзюпери и уточнить, что писатель не просто выдумал из головы и зафиксировал в словах своих героев, но еще и нарисовал их.

Затем можно предложить ребятишкам и самим побыть «авторами» и придумать каждому свою планету с особенными обитателями. А потом, словно маленькие принцы, совершить на них путешествия. Для этого им понадобятся надутые воздушные шары и разноцветные фломастеры. Пусть ведущий покажет, как на шарике с помощью фломастеров можно нарисовать разных обитателей этой небольшой голубой, розовой или зеленой планеты. Причем, предупредите ребят, что это не обязательно будут люди: можно пофантазировать и придумать каких-нибудь новых существ.

Не рекомендуем задавать детям временное ограничение, поскольку это снизить уровень творческого потенциала. Предоставьте малышне возмож-

ность самовыразиться в спокойной обстановке, а потом попросите каждого рассказать про своих обитателей.

8. По «Ступени развития»

Пожалуй, эта развивающая творческая игра подойдет детям старше семи – восьми лет, поскольку она основана на определенных знаниях и представлениях о мире.

Сначала все ее участники изображают из себя «амеб»: передвигаются на корточках и «хлюпают»: хлюп-хлюп. «Амеба» с «амебой» встречаются – то есть выбирают себе пару по душе – и начинают играть в «камень, ножницы, бумага». Кто выиграет, тот становится «курицей» и вновь подыскивает для себя пару для упомянутой игры, чтобы подняться на следующую ступень эволюции. «Курица» узнает себе подобных по квохтанью и характерным движениям «крыльев». Выиграв в тур «камень, ножницы, бумага», «курица» становится «динозавром». Можно изображать раптора, то бишь выпрямиться и сложить руки на груди, изображая его короткие передние конечности. Конечно, можно и порычать.

Четвертая и пятая ступени развития – это «человек» и «супергерой». Победителями могут себя считать все, кто достигнет этой наивысшей «точки развития». Кстати, проигравший сопернику в «камень, ножницы, бумагу» сначала остается той же «амебой», а в дальнейших случаях опускается на «ступень» вниз: был, например, «курицей», а когда проиграл такой же «птице», снова вернулся в состояние «амебы». Вот такой вот жестокий «естественный отбор».

После этой игры обязательно наградите детей чем-то вкусненьким

9. «Знатоки живой природы»

Детей выстраиваем в кружок, в центре которого стоит ведущий. Сначала объясняем детям, что тот, на кого укажет ведущий и при этом скажет одно из слов «птицы», «рыбы» или «звери», должен будет быстренько назвать соответствующее название животного. Делать это надо сразу же и не повторяться, в противном случае, ребенок выбывает из игры.

Итак, ведущий в центре пару раз крутится вокруг своей оси с вытянутой рукой и повторяет: «рыбы, птицы, звери». На ком он остановится, произнося одно из трех слов, тот и должен назвать одно соответствующее животное.

Игра продолжается до того момента, как в ней останется три игрока. Они и будут считаться победителями.

10. «Лови смешинки на лету»

Пофантазировать – это любимое занятие детей дошкольного и младшего школьного возраста. Поэтому предлагаем следующее: ведущий берет мячик и бросает его любому игроку, – детям лучше всего встать в круг – произнося какое-то слово, например, «стул». Участник этой юмористической игры должен придумать «смешинку», заменяющую это слово: пусть будет «сидельник».

Конечно, дети нуждаются в том, чтобы им заранее привели несколько подобных примеров, тогда игра пойдет нормальным чередом. А ведущему лучше выбирать слова, являющиеся названиями функциональных предметов: лопата – «копалка», сумка – «носилка», ложка – «кормилка», печка – «варилка» и тому подобное.

11. «Человек рассеянный»

Эту игру можно в полной мере назвать интеллектуальной. А играют в нее таким образом: ведущий задает ребенку вопрос, а тот должен дать ответ, совершенно не касающийся предмета вопроса.

- Тебе понравилась книга, которую мы читали сегодня?

- Мне мама купила классный конструктор.

То есть в итоге получается такая милая болтовня двух рассеянных людей – каждого про свое.

Причем, отвечать «да» и «нет» - строго запрещено, за такие вот ответы ведущий назначает игроку какой-нибудь фант, вроде сделать пять приседаний или спеть куплет песенки. Также не поощряется, если ребенок начинает

мешкать с ответом. Тогда ведущий просто с угрозой в голосе считает до трех и снова назначает фант.

Игру следует проводить в быстром темпе, что ребяшня тренировала сообразительность и реакции (очень советуем заранее потренировать в этом и самому ведущему, потому что не так-то это просто!).

12. Творческий конкурс «Толковый словарь»

В каждом детском коллективе часто в обиходе бывают слова, которые как-то по-особенному произносятся или значение самых безобидных слов меняется настолько, что чужак ни за что не поймет. Можно предложить конкурс на самый богатый толковый словарь такого-то лагеря отдыха (название). Для примера: «ухажер» - тот, кто любит питаться ушами, «сторож» - несколько отрядов сразу в одном месте и т.п.

Участникам выдаются чистые листы бумаги и ручки (время ограничено), затем победителя можно определить по наибольшему количеству новых значений известных слов и по реакции зрителей, какие больше всего понравились и вызвали смех.

13. «Супершифровальщики»

В этом творческом конкурсе дети будут заниматься тем, что станут расшифровывать на первый взгляд простые и даже всем хорошо известные фразы, над которыми изрядно поработал коварный ведущий. Что же он должен сделать? Ведущий просто заготавливает предложения из любимых детских песенок и стихов, написанных на больших листах бумаги следующим образом: «втра весиде лкузне чик» - это означает «в траве сидел кузнечик». Как видите, прием прост: мы нарушаем границы слов и пишем слова практически всмятку, разбивая их на смешные отрезки. Так можно заготовить пять – десять плакатиков с зашифрованными фразами и предложениями. Конечно, эта игра годится для детей уже умеющих складывать «аз» и «буки».

Что касается порядка проведения игры, спрашивать следует только тех, кто первым поднял руку. Именно об этом и предупредите ребят, а тех, кто выкрикивает с места, можно лишать права на ответ в следующем туре.

14. «МСС»

Эта игра пригодится в тот момент, когда нужно организовать детей перед серьезными занятиями или просто привлечь их внимание и утихомирить. Для этого взрослый должен громко сказать, что предлагает всем присутствующим найти МСС: «МСС есть у каждого из нас, и вы можете узнать, что это такое при помощи разных вопросов. Однако я смогу отвечать вам на эти вопросы лишь «да» и «нет», поэтому формулируйте их правильно!»

Таким образом, дети вопрошают по очереди до тех пор, пока кто-нибудь из них не сообразит, что МСС – это «мой сосед справа».

Рекомендуем играть в эту головоломку с детьми старше шести лет.

15. «Кто же этот зверь?»

Сначала дайте детям возможность придумать, кто из них каким животным будет. Потом, придумав себе образ, каждый ребенок называет и изображает этого зверя, чтобы все запомнили, кого как обозначать

Начинает игру ведущий: он показывает кого-нибудь из только что продемонстрированных и названных детьми животных. Тот, кого он показал, должен себя узнать и изобразить кого-нибудь следующего и так по цепочке. Выбывают из игры те ребята, кто неузнаваемо показывал зверя, и поэтому никто не догадался о его задумке. Победителями считаются трое ребят, дольше всех продержавшихся в игре.

Такое развлечение можно устроить, чтобы развлечь детей летом на даче или на детском празднике, который устраивается на природе.

16. «Глухие и немые»

Очень забавная игра, которую можно организовать на любом празднике с разным числом игроков.

Одна половина играющих представляет «глухих», другая – «немых». Все садятся в кружок, попеременно – «глухой» около «немого». «Немые» и спрашивают, и отвечают на вопросы «глухих» и ведущего одними знаками. «Глухие» не слышат вопросов; следовательно, они откликаются не тогда, когда их зовут, а тогда, когда их толкнут, и ответы их нелепы. В ответах «глу-

хия» могут использовать слова из вопросов, но только в ином смысле или искаженные.

Ведущий спрашивает, когда вопросы игроков прерываются. От него во многом зависят живость и занимательность игры. Он замечает ошибки и заставляет платить фанты (вещи игроков).

Выигрывает команда, у которой осталось больше фантов, а проигрывает та, чьих фантов собрано больше.

17. «Распорядок дня»

В начале игры каждому участнику выдается листок, на котором указан распорядок дня: зарядка, умывание, завтрак, прогулка, мытье рук, обед и так далее. Все эти процедуры игроки будут проделывать с куклами, которые им должен предоставить ведущий. К куклам обязательно прилагаются все те необходимые вещи, которые понадобятся при выполнении предъявленного распорядка дня.

Игроков, в принципе, может быть сколько угодно, лишь бы ведущий и его помощники успели проследить за точностью исполнения задания каждым игроком.

Побеждает тот из детей, кто точно и быстро выполнил распорядок дня.

Познавательные программы

Диалоговая площадка «100 причин любить Россию»

Участники дела: отряд.

Краткое описание дела: диалоговая площадка – это возможность ребят поразмышлять о своей малой Родине и о своей стране. Она позволяет ребятам посмотреть на нее с разных точек зрения, понять свою пользу и сопричастность к общему делу, к своему многонациональному народу, его истории и культуре, его национальному достоянию.

Оборудование и материалы: бумага, фломастеры, цветные карандаши, ручки, распечатанные картины и тексты песен, ватман, краски, кисточки.

Особенности организации дела:

Педагог предлагает ребятам поразмышлять о том, что такое Родина, как они понимают это слово. Прежде, чем ребята будут рассказывать о своем понимании, каждый может нарисовать небольшой рисунок «Родина», где как раз попробует раскрыть свое понимание.

После того, как ребята представят своё видение, что такое Родина, можно им подсказать, что о Родине писали очень многие поэты и писатели. Обсудить, почему Родину называют – мамой, матерью, матушкой. Здесь может быть применен метод «Открытого микрофона», когда ребята высказываются те, кто пожелает.

После этого, педагог предлагает ребятам разделить на несколько групп и стать автором своего стихотворения о Родине, вложив в него то, за что они любят свою Родину. Далее каждая группа представляет своё стихотворение. Может получиться и так, что все стихотворения удастся объединить вместе и сделать одно общее от отряда.

Обсуждать то, за что каждый ребенок любит свою Родину можно и используя различные картины известных художников или детские рисунки. Любовь к Родине можно выразить и с помощью песни. И здесь педагог может предложить ребятам всем вместе исполнить песни о Родине – о природе, о домашних питомцах, о семье и т.д.

Завершить обсуждение можно тем, что каждый из нас важен для своей страны; к тому делу, которое выбрал для себя человек, нужно относиться ответственно и с душой. Один из способов закрепить все то, что ребята говорили на диалоговой площадке – оформить на отрядном уголке плакат «100 причин любить Россию».

Примеры картин, которые можно использовать для обсуждения:

 Иван Шишкин, «Утро в сосновом лесу»	 Олег Бороздин, «Праздник в Сосновке»
 Иван Шишкин, «Рожь»	 Борис Кустодиев, «Масленица»
 Виктор Васнецов, «Богатыри»	 Исаак Левитан, «Золотая осень»

Песни, которые можно использовать в рамках диалоговой площадки:

«То березка, то рябина» - <https://youtu.be/Eg1J-XTtt7M>

«Я живу в России» - <https://youtu.be/kvqcgQNxsK8>

«Россия, мы дети твои» - <https://zvukipro.com/2399-detskie-pesni-pro-rossiju-patrioticheskie.html>

Мастер – класс «Скажи « нет» вредным привычкам»

Эпиграф: « Посейте поступок - и вы пожнете привычку,

Посейте привычку – и вы пожнете характер,

Посейте характер – и вы пожнете судьбу»

У. Теккерея – английский писатель

Цели: Осознать влияние привычек на общее состояние здоровья человека.

Формировать сознательное отношение учащихся к своему здоровью.

Дать детям необходимые поведенческие приемы, позволяющие, уклоняться от вредного воздействия сверстников.

Оформление: плакат, рефераты, дерево решений, корзина

Ход занятия.

- Сегодня мы поговорим о вредных привычках и попытаемся усвоить необходимые поведенческие приемы, позволяющие уклониться от вредного воздействия.

После прочтения эпиграфа как думаете, о чем пойдет речь?

Многие считают: если человек еще в детстве привыкнет делать что-то, он будет это делать постоянно и во многом предопределит свою жизнь. Нездаром есть такая пословица: «Посеешь привычку - пожнешь характер, посеешь характер - пожнешь судьбу».

- Как вы думаете, что такое привычки?

- Как формируются привычки?

Чтобы сформировалась привычка необходимо повторить какое-то действие многократно изо дня в день. У человека бывает много разных привычек.

- Какие бывают привычки?

Привычки бывают полезные и вредные.

- Почему мы их называем полезные?

Полезные привычки помогают сохранить здоровье, стать более сильным и красивым, удобно и комфортно организовать жизнь, экономить время, делают человека более свободным.

Но существуют, к сожалению, и вредные привычки.

Вредные привычки плохо влияют на организм человека, если они появились у человека отказаться от них, порой бывает не просто. Они наносят вред здоровью человека, вызывают зависимость и приводят к тяжелым заболеваниям, а иногда и к смерти. У вас на парте лежат карточки с полезными и вредными привычками. Давайте попробуем их разделить.

Примерный перечень полезных привычек

- Чистить зубы.
- Умываться.
- Соблюдать режим дня.
- Правильно питаться (есть фрукты, овощи, пить соки).
- Помогать родителям.
- Заниматься физкультурой и спортом.
- Делать ежедневную зарядку.
- Больше двигаться.
- Проветривать комнату.
- Мыть руки.

Примерный перечень вредных привычек

- Грызть ногти.
- Использовать в речи слова-паразиты.
- Грызть карандаш или ручку.
- Алкоголизм.
- Наркомания.

- Курение.
- Токсикомания.
- Игровая зависимость.

- Давайте, объясним, почему привычки в левом столбике являются полезными. *(Они приносят пользу, делают человека культурным, здоровым и опрятным).*

- Почему привычки из правого столбика мы называем вредными? *(Они приносят вред здоровью).*

Давайте попробуем собрать пословицы и объяснить значение.

Задание «Собери пословицу »

1. Курить – не пейте, не курите!
2. Здоровье берегите – здоровью вредить.
3. Кто курит табак, тот мало живёт.
4. Кто водку пьёт, тот сам себе враг.
5. Без наркотиков жить – закаляйся!
6. Если хочешь быть здоров – здоровым быть.

(Каждая группа хором говорит)

«Решение ситуационных задач»

- Возьмите листики зеленого цвета. Нам часто приходится встречаться с вредными привычками, а как же им противостоять. Прочитайте описание ситуации, подумайте, как можно отказаться от данного предложения.

1. Во дворе твоего дома курят старшие дети. Один предлагает тебе сигарету: «Закуривай!». Что ты ответишь?

2. Ты пришел к другу поиграть в компьютерные игры. Его родителей нет дома. На кухонном столе ты увидел красивую бутылку в плетеной корзине. Друг говорит: «Это хорошее виноградное вино, давай попробуем». Что ты ответишь?

3. Подруга говорит: «Приглашаю тебя на мой день рождения. Родителей не будет, но сестра с друзьями обещали прийти». Ты знаешь, что друзья

сестры употребляют наркотики, поэтому тебе не хочется идти к подружке.
Что ты ответишь?

Вопросы зрителям.

1. Кто предупреждает курильщиков о вреде курения? (Минздрав.)
2. Какой орган поражается у курильщиков, прежде всего? (Легкие.)
3. Самая опасная болезнь 21 века. (СПИД.)
4. Его капля убивает лошадь. (Никотин.)
5. Напиток, который может погубить и семью и жизнь. (Водка.)
6. Слабоалкогольный напиток, который многие люди считают безвредным. (Пиво.)
7. Какой цвет зубов у курильщиков? (Желтый.)
8. Что происходит с людьми, когда они курят, употребляют алкоголь, напитки, принимают наркотики? (Деградация личности - утрата положительных качеств).

Ролевая игра: «Умей сказать «нет».

Сейчас мы с вами поиграем в игру «Умей сказать «НЕТ»». В этой игре мы будем учиться отказываться от того, чего мы хотим делать.

К доске выйдут 2 человека. Они разыграют сценку предложения закурить. Интересно посмотреть, кто лучше всех умеет уговаривать, а кто умеет отказываться так, чтобы не поссориться. Все остальные будут внимательно следить за диалогом, и решать, кто победил в словесной дуэли.

Диалог №1

Леша. Давай закурим!

Женя. Я не могу.

Леша. Почему?

Женя. Родители увидят.

Леша. А мы отойдем за угол.

Женя. Мне нельзя, у меня сердце болит.

Леша. Ну, ты же не умрешь от одной сигареты.

Женя. А я сигареты без фильтра не курю.

Леша. А у меня с двойным фильтром.

Женя. Да я спички забыл.

Леша. У меня есть зажигалка.

Женя. Соседи из окон нас увидят.

Леша. А мы пойдем в подвал.

Женя молчит, не зная, что сказать.

- Как вы думаете, кто оказался сильнее в этом споре?

Участники считают, что победил Леша.

Как это ни странно, Женя, ни разу ни сказал: «Я не хочу». А ведь этого было бы достаточно, чтобы Леша от него отстал. Ведь если Леша его друг, то он должен уважать его желание. Иначе, об какой дружбе речь. Отговорки Жени, сумбурны и случайны. Когда человек обосновывает свой ответ, таким образом, возникает впечатление, что он вот - вот согласится. Если вы решили отказаться , выбирайте самое весомое, с вашей точки зрения объяснение и настаивайте на нем.

А теперь другой диалог: Альбины и Вики.

Диалог №2

Альбина. У меня есть сигареты, давай покурим.

Вика. Ой, нет, я не могу!

Альбина. А почему?

Вика. От меня будет пахнуть табаком.

Альбина. Ну и что?

Вика. Родители узнают.

Альбина. А ты к ним не подходи.

Вика. Моя собака учует. Она не выносит запаха табака. Я приду домой, она меня обнюхает и убежит, а родители спросят, почему это собака от меня убежала . потому, что я курила.

Альбина. А ты надушись.

Вика. Тогда родители обо всем догадается.

Катя не знает, что еще предложить.

- Как вы считаете, кто оказался сильнее в этом диалоге?

В этом диалоге Вика настаивала на одной версии, что родители ее облачат в любом случае . Если бы Альбина продолжала настаивать, это было бы неуважение к семье Вики. Поэтому диалог прекратился.

Ситуация первая: Ваш старший товарищ предлагает вам попробовать пиво. При этом он демонстративно отпивает из банки и говорит, как это легко и просто, какое приятное состояние вызывает пиво. Говорит, что никто ничего не узнает: родители на работе, а учителя далеко. Как вы поступите?

Ситуация вторая: В школьном туалете к тебе подходит старшеклассник и, протянув сигарету, предлагает закурить. Ты отказываешься. Он начинает смеяться над тобой, говоря, что ты «маменькин сыночек». Что ты будешь делать?

- Молодцы! Вы справились с заданием, и теперь я уверена, что в подобных ситуациях вы не растеряетесь, и примите правильное решение!

Редко встретишь человека, у которого только хорошие полезные привычки. Полезные привычки помогают сохранить здоровье и облегчить нашу жизнь.

Но с вредными привычками надо бороться, а сила воли поможет их победить. Каждый из вас хозяин своей жизни и своего здоровья. Самое главное, чтобы вы сегодня сказали:- нет вредным привычкам!

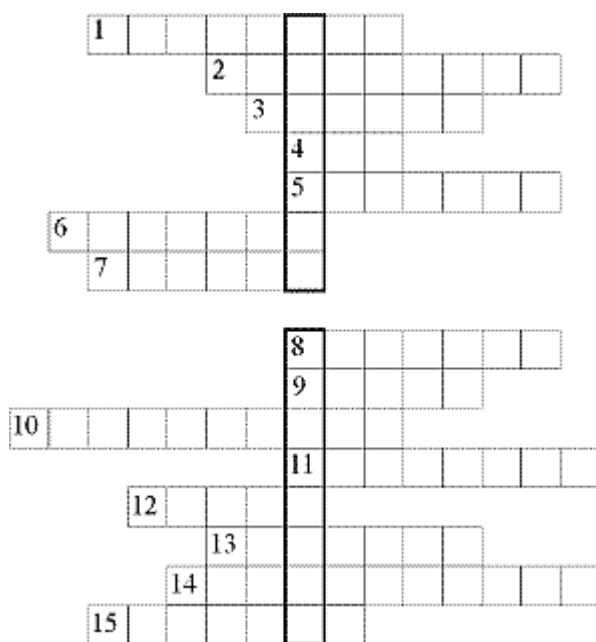
Вопрос ко всем.

- А сейчас давайте посмотрим на это волшебное слово «ЗДОРОВЬЕ».

- Придумайте слова, связанные со здоровьем на каждую букву этого слова. (З-зарядка, Д- диета, О- отдых, Р- режим дня, В- витамины, Е- еда).

- ПОМНИТЕ! Смелый не тот, кто научился курить, пить, принимать наркотики, а тот, кто сумел от этого отказаться и помог это сделать другим.

Вредные привычки



Вопросы

По горизонтали

1. Физическое, умственное и нравственное благополучие человека.
2. Вредные вещества, оказывающие действие на нервную систему и весь организм человека.
3. Важный орган человека, обеспечивающий его жизнедеятельность.
4. Выделяется при курении, сжигании чего-либо.
- 5 и 12. Вредные вещества, содержащиеся в сигаретах.
6. Возбудители инфекционных заболеваний.
7. Орган дыхания, отравляемый курильщиком.
8. Поступление пищи в организм.
9. Распорядок жизни.
10. Болезнь, вызванная пьянством.
11. Вещества, помогающие укреплять организм (А, В, С...).
13. Система медицинских действий, направленная на оздоровление организма.
14. Занятия, способствующие сохранению и поддержанию здоровья.
15. Одна из наиболее распространенных вредных привычек.

Ответы: *По горизонтали*: 1. Здоровье. 2. Наркотики. 3. Сердце. 4. Дым. 5. Никотин. 6. Микробы. 7. Легкие. 8. Питание. 9. Режим. 10. Алкоголизм. 11. Витамины. 12. Смолы. 13. Лечение. 14. Физкультура. 15. Курение.

В выделенных клетках – слова: «Вредные привычки».

Заключительная часть.

- А в завершении нашего занятия мы соберем с вами «Дерево здоровья».

У ВАС на столе лежат разноцветные листочки, на которых написано много интересных и полезных занятий, но среди них есть и вредные привычки. *(Заниматься спортом, есть много сладкого, делать утреннюю гимнастику, много смотреть телевизор, следить за одеждой, закаляться, долго играть в компьютерные игры, много времени проводить на воздухе, курить, чистить зубы, употреблять спиртные напитки, правильно питаться, соблюдать режим дня, вовремя учить уроки, заниматься музыкой, рисовать, читать книги, поморгать маме).*

Каждый из вас выбирает на столе понравившийся листочек и, прочитав, решает, прикреплять ли его к «Дереву здоровья» или же выбросить в корзину.

Молодцы! Вы все сделали правильный выбор, поэтому у нас получилось такое яркое, крепкое, здоровое дерево. Пусть оно остается у вас и радует вас каждый день! Будьте Здоровы

Дети под музыку по очереди выходят к столу и, сделав выбор, прикрепляют листочки на изображение дерева. Можно предложить детям прокомментировать свои действия.

Вывод.

Я умею сказать НЕТ любой вредной привычке.

Итог.

- Подошло к концу наше занятие. Давайте подведем итог.

- Итак, о чем говорили сегодня?

- Какие привычки называют полезными?

- Какие вредные?
- К чему приводят вредные привычки?
- Может ли человек сам избавиться от вредной привычки? Что для этого необходимо сделать?

- Какие основные выводы можем сделать?

ВЫВОДЫ:

1. Существуют разные привычки: полезные и вредные.
2. Хорошие привычки можно в себе развивать.
3. Надо стараться вести себя так, чтобы не приобретать плохих привычек.
4. Не иметь вредной привычки помогает сила воли!!!

Ссылка на презентацию:

https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/meropriyatia/mastier_klass_vriednyie_privychki

Изготовление коллажа

Цель: сплочение детского коллектива, развитие навыка работать в группе, раскрытие творческого потенциала, закрепление темы занятия.

На столе лежат журналы, книги, которые можно использовать в качестве подручного материала. Педагог предлагает ребятам сделать коллаж.

Для построения композиции коллажа необходимо:

1. Определить идею, задачу, тему коллажа, настроение, впечатление, которое он должен оказывать на зрителя.
2. Определить формат, размеры, форма, высота, ширина.

- Сегодня Вас ждет интересная работа, мы будем делать «коллаж» по теме нашего занятия. В основе любого коллажа лежит аппликация, с которой дети уже знакомы. Коллаж используется главным образом для получения эффекта неожиданности от сочетания разнородных материалов. Обрывки журналов и газет «на выброс», рисунки обретают новую жизнь в коллаже. Коллаж - это творческая игра. Можно вырезать и клеить все что нравится, без разбора. А можно собирать коллаж по какой-то определенной теме. Чтобы

коллаж смотрелся гармонично, фотографии лучше выбрать в едином стиле и цветовой гамме. Коллаж может быть дорисованным фломастерами, карандашами, красками и т. д.

Далее ваше свободное творчество, дополняйте свою работу, как подскажет Вам воображение. *(Педагог предлагает склеить фото, рисунки в один большой коллаж).*

Митинг «ПАМЯТИ ПАВШИХ БУДЕМ ДОСТОЙНЫ...»

Митинг проводится возле памятника погибшим землякам. На митинг приглашены ветераны войны.

1-й ЧТЕЦ: Война... Суровее нет слова.

Война... Печальнее нет слова.

Война... Священнее нет слова

В тоске и славе этих лет,

И на устах у нас иного

Еще не может быть ... и нет...

2-й ЧТЕЦ: Последним мирным днем 1941 года была суббота. После обычной трудовой недели миллионы советских людей отправились отдыхать. Лишь продолжали дышать жаром домны, дымили трубы, безостановочно работающих предприятий, по железным дорогам мчались грузовые и пассажирские поезда...

Тишину наступившей ночи, по-летнему теплой, благоухающей, во многих городах и селах нарушали счастливые голоса молодых людей, праздновавших свое вступление во взрослую жизнь... *(музыка «Рио-Рита» прерывается воем сирен)*

3-й ЧТЕЦ: На нашу милую и горделивую,

На нашу Родину счастливую

На наш родимый, мирный край,

Напал фашистский негодяй!

Он осквернил все дорогое,

Где только подлая нога
Ступала фрица-негодяя
Там пепел, смерть и нищета.

4-й ЧТЕЦ: Из дневника начальника Генерального штаба сухопутных войск фашистской Германии генерал-полковника Гальдера:

«24 июня 1941 года (3-й день войны)

В общем-то, теперь стало ясно, что русские не думают об отступлении, а напротив, бросают все, что имеют в своем распоряжении, навстречу вклинившимся германским войскам...»

5-й ЧТЕЦ: «29 июня 1941 года (8-й день войны). Сведения с фронта подтверждают, что русские всюду сражаются до последнего человека... Упорное сопротивление русских, заставляет вести бой по всем правилам наших боевых уставов, хотя на Западе мы могли позволить себе известные вольности...»

6-й ЧТЕЦ: «10 августа 1941 года (50-й день войны)

На центральном участке фронта создалась невыгодная для нас обстановка, а на северном фланге мы терпим большие потери...»

7-й ЧТЕЦ: «11 августа 1941 года (51 – й день войны)

Общая обстановка все очевиднее показывает, что колосс – Россия был нами недооценен».

(Звучит песня «Священная война».)

1-й ЧТЕЦ: Обрушился огонь орудий,

И целых три часа подряд

Не разговаривали люди

И били пули невпопад.

2-й ЧТЕЦ: И, навсегда оглохнув, птицы,

Бесшумные спешили прочь.

За ними вслед, сверкнув зарницей,

На запад отступала ночь.

3-й ЧТЕЦ: Громада огненного вала

Шла всем стихиям вопреки,
Дубы с корнями вырывала,
Колола скалы на куски.

4-й ЧТЕЦ: В пике упали самолеты,
Танк загремел, и, наконец,
Безмолвно двинулась пехота
По грудь в воде через Донец.

5-й ЧТЕЦ: И у мертвых, безгласных
Есть отрада одна:

Мы за Родину пали,
Но она спасена.
Наши очи померкли,
Пламень сердца погас.

На земле на поверки
Выкликают не нас.

6-й ЧТЕЦ: Нам свои боевые
Не носить ордена,
Вам – все это, живые.

Нам – отрада одна:
Что недаром боролись
Мы за Родину-мать.

Пусть не слышен наш голос,
Вы должны его знать.

7-й ЧТЕЦ: 4 года шла война – это 1418 дней! 34 тысячи часов и 20 миллионов погибших людей!

А мы живем в эпоху больших масштабов, мы привыкли к крупным цифрам, мы с легкостью, почти не задумываясь, произносим. Тысяча километров в час, миллионы тонн сырья...

Но 20 миллионов погибших. Вы представляете, что это такое?

1-й ЧТЕЦ: Если по каждому погибшему из 20 миллионов, в стране объявить минуту молчания, страна будет молчать...32 года!

2-й ЧТЕЦ: 20 миллионов могил на 2,5 тысячи километров – это значит 7, 5 тысяч убитых на километр, 15 человек на каждые 2 метра земли!

3-й ЧТЕЦ: 20 миллионов за 1418 дней – это значит, 14 тысяч убитых ежедневно, 600 тысяч человек в час, 10 человек в каждую минуту. Вот что такое 20 миллионов!

4-й ЧТЕЦ: Тихо, ребята, минутой молчанья

Память героев почтим,

И их голоса когда-то звучали,

По утрам они солнце встречали,

Сверстники наши почти.

Среди нас нет тех,

Кто ушел на фронт и не вернулся.

Вспомним через века, через года,

О тех, кто уже не придет никогда.

Вспомним!

(Минута молчания. Возложение памятного венка к памятнику)

(Звучит фонограмма песни «Давно мы дома не были...»)

5-й ЧТЕЦ: Не забывайте зла военных лет.

Не возводите в мифы достоверность.

Четыре года шла солдатам вслед

Кровавыми шагами повседневность.

Не говорите громкие слова

Тем, кто присяге с молодости предан.

Не отживет высокая молва

О тех, над кем склоняется Победа.

Не возвращайте нас к делам былым,

Не бередите старых ран невольно.

Героев чтите павших. А живым...

Живым сыновней верности довольно.

6-й ЧТЕЦ: Прошла война, прошла страда.

Но боль взывает к людям:

Давайте люди никогда

Об этом не забудем.

7-й ЧТЕЦ: Пускай во всем, чем жизнь полна,

Во всем, что сердцу мило,

Нам будет памятка дана

О том, что в мире было!

1-й ЧТЕЦ: Носите ордена

И в праздники и в будни.

На строгих кителях

И модных пиджаках.

2-й ЧТЕЦ: Носите ордена,

Чтоб видели все люди

Вас, вынесших войну

На собственных плечах.

3-й ЧТЕЦ: Наш народ хорошо знает цену миру, мирной жизни.

4-й ЧТЕЦ: Мир – это утро, полное света и надежд.

5-й ЧТЕЦ: Мир – это цветущие сады и колосющиеся нивы.

6-й ЧТЕЦ: Мир – это школьный звонок, это школа, в окнах которой
солнце.

7-й ЧТЕЦ: Хорошо просыпаться и знать, что у тебя впереди прекрасный день, что тебе ничего не угрожает, и все твои мечты сбудутся. Хорошо быть счастливым!

Возложение цветов к памятнику. Поздравление ветеранов.

Спортивные мероприятия

Спортивное мероприятие «Чистый город – здоровые детки»

Цель: формирование нового экологического сознания и мировоззрения у школьников, повышение их экологической культуры.

Задачи:

1. Формирование гармонично развитой личности школьника посредством бережного отношения к своему здоровью.
2. Активное приобщение детей к физической культуре и спорту, регулярным занятиям физическими упражнениями.

Место проведения: спортзал, спортивная площадка.

Состав команды: 8 человек.

Спортивный инвентарь: кегли, обручи, футбольные и волейбольные мячи, гимнастические скамейки.

Дополнительно: совочки, бумага, пластиковые бутылки

Ход мероприятия:

Каждая команда представляет выполненное групповое задание: рисунок, посвященный теме «Защита окружающей среды» или «Беззащитная природа» (что произойдет с природой, городами и людьми, если не беречь окружающий мир).

1-й конкурс: «Разминка»

Добежать до противоположной стороны зала, огибая кегли; пролезть в обруч и бегом вернуться обратно.

2-й конкурс: «Сбор мусора»

На полу в зале разбросаны смятые бумажки. Не трогая их руками, с помощью совочка поднять и отнести смятую бумагу в корзину; вернуться к команде и передать совочек следующему участнику.

3-й конкурс: «Переноска мячей»

На расстоянии от команд лежат по 3 мяча. Первый участник по сигналу стартует, добегают до мячей, берет их и все три мяча передает следующему участнику. Второй участник относит мячи на линию, где они располагались вначале эстафеты и т.д.

4-й конкурс: «Чистота – залог здоровья»

На расстоянии от команд расположен обруч, в котором лежат кубики нескольких цветов, перед командами стоит гимнастическая скамейка. У капитана каждой команды в руках корзина. Командам дается задание собрать кубики только одного цвета (у каждой команды свой цвет). По сигналу первый участник стартует, добегают до скамейки, ложится на нее и перемещается по ней при помощи подтягивания рук. Взяв предмет, возвращается бегом и передает эстафету. Все собранные кубики участники кладут в корзину.

Побеждает команда, собравшая быстрее все предметы своего цвета.

5-й конкурс: «Не будем мусорить»

Между коленей первого участника зажата пластиковая бутылка. По сигналу первый участник с бутылкой между коленей начинает прыгать до стойки поворота, возвращается обратно и передает следующему участнику бутылку без помощи рук.

6-й конкурс: «Поезд»

Первый участник по сигналу стартует, оббегает стойку, оббегает свою команду; к нему за пояс двумя руками прицепляется второй участник и тоже выполняют вдвоем и т.д. Побеждает команда, которая первой в полном составе (без разрывов) пересечет линию финиша.

Подведение итогов. Награждение победителей.

«Русские народные игры» развлечение на свежем воздухе

Цель: Формирование у детей представления о русских народных играх.

Задачи:

Продолжать знакомить детей с русскими народными играми.

Развивать речь, активизировать словарь.

Развивать двигательную активность и физические качества;
Воспитывать интерес и любовь к русским народным традициям и обычаям.

Вызывать радость у детей при проведении народных игр.

Материалы и оборудование:

Магнитофон.

Диск с русской народной музыкой.

Платок для игры «Жмурки».

Маски зверей (Мышки, Лягушки, Кот, Зайки, Медведя) для игры «Жмурки». «Мышеловка», «У медведя во бору».

Набор для игры «Городки».

Кольцеброс для игры «Накинь подкову».

Обруч с ленточками и бубен для игры «Карусель».

Действующие герои:

Ведущая Марья

Скоморох Тимошк

Матрешки.

Ход праздника:

Развлечение проводится на улице. Звучит русская народная музыка.

Ведущая Марья: Здравствуйте ребята. Приглашаю вас отправиться в страну русских народных игр!

Игры мы начинаем

Всем здоровья пожелаем!

Прими участие скорей! Да позови своих друзей!

Всем в дорогу нам пора! В гости нас зовёт игра!

Дети встают в хоровод, их встречает скоморох Тимошка.

Звучит русская народная музыка.

Скоморох:

Начинаем, начинаем!

Всех на праздник приглашаем!

И девчонок, и мальчишек,
И тихонь, и шалунишек!
(Звучит русская народная песня «Светит месяц»).

Наш праздник начинается,
Скучать сегодня запрещается!
Будем шутить, смеяться, танцевать,
В русские народные игры играть!
Но сначала давайте с вами познакомимся.

Я – веселый скоморошка,
А зовут меня Тимошка!
А вас как зовут?
(Тимошка предлагает детям хором назвать свои имена).

Вот мы с вами и познакомились.

Эх, русская душа,
До чего ж ты хороша.
И поет и веселится
Наша русская душа.
Ведущая.

У нас сегодня будет веселье.
К нам придет сегодня в гости,
А кто – сейчас узнаете,
Коль загадку отгадаете!

«Алый шелковый платочек,
Яркий сарафан в цветочек,
Упирается рука
В деревянные бока.
А внутри секреты есть:
Может – три, а может, шесть.
Разрумянилась немножко.
Это русская(матрешка)

Под русскую народную мелодию «Барыня» выходят Матрешки.
Матрешки.

Мы, веселые матрешки,
Все сидели у окошка.
Надоело нам скучать,
К вам пришли потанцевать.

Матрешка: А на карусели, хотите прокатиться?

Игра «Карусель» (берут большой обруч с лентами. Каждый ребенок берется за ленту. Сначала идут шагом, затем бегом).

- А теперь на карусели,

Еле – еле, еле – еле.

А потом, а потом

Все бегом, да бегом!

Ведущая:

Звенит веселый хоровод,

Кружит нас каруселью.

Другой игры настал черед,

Рады все веселью.

Игра «Жмурки».

Дети выбирают «жмурку», завязывают ему глаза, ставят в середину круга, поворачивают вокруг себя несколько раз, затем спрашивают:

– Кот, кот, на чем стоишь?

– На квашне.

– Что в квашне?

– Квас.

– Лови мышей, а не нас.

После этих слов участники игры разбегаются, а «жмурка» их ловит. Тот, кого он поймал, становится «жмуркой».

Скоморох:

Много игр на празднике нашем –

Играем, шутим, поем и пляшем.

В играх рот не разевай –

Смелость, ловкость проявляй!

Игра «Накинь подкову »

Игра кольцоброс. (приложение)

Матрешка:

Веселимся мы, играем,

И нисколько не скучаем.

Ждет вас новая игра.

Поиграем мы немножко

Ну, конечно в Мышеловку.

Игра «Мышеловка»

Дети встают в круг и держатся за руки, выбираются «Мышки». «Мышки» стоят вне круга и бегают между стоящим в кругу. При последних словах дети приседают и опускают руки. Начинается игра со словами.

Как нам мыши надоели,

Все погрызли, все поели.

Мышеловку мы поставим

И мышей туда поймаем.

Скоморох:

Ну, вы ребятки молодцы,

А не сыграть ли нам в «Городки»

Игра «Городки»

Проводится игра (приложение)

Матрешки.

Эй, девчонки и мальчишки

Поглядите это Мишка,

Хочет с нами он играть

Веселится и скакать.

Игра «У медведя во бору».

Определяется берлога медведя (на конце площадке) и дом детей на другой. Дети идут в лес гулять и выполняют движения соответственно стиху, который произносят хором:

У медведя во бору,
Грибы, ягоды беру,
А медведь не спит
И на нас рычит.

Как только дети закончили говорить стихотворение медведь с рычанием, встает и ловит детей, они бегут домой.

Скоморох:

А сейчас, детвора,
Начинается игра.
Дружно за руки беритесь
В хоровод все становитесь!
Ведущая.

Эй, веселый народ, становись в хоровод.

Дети и взрослые встают в хоровод.

Танец-игра «Веселый хоровод»

(Муз. В. Рихтера)

Дети выбирают ведущего. Он становится в центр круга. Держась за руки, играющие двигаются простым шагом в правую сторону, ведущий идет им навстречу, поют текст:

Звенит веселый хоровод,
Все шире круг у нас,
И тот, кто в этот круг войдет,
Станцует нам сейчас.

Дети останавливаются, хлопают и поют:

Тра-ля-ля-ля-ля

Ля-ля-ля и т.д. до конца фразы.

Ведущий исполняет движения, которые за ним на повтор музыки повторяют все дети.

Движения могут быть различными, в зависимости от фантазии ведущего: подскоки, приседание, повороты и т.д. При повторе игры – выбирается новый ведущий.

Скоморох:

Дружно с вами мы играли,

И нисколько не скучали,

А теперь пришла пора

Нам проситься детвора.

Без меня вы не скучайте,

А скучно станет – поиграйте.

Зовите меня, скомороха Тимошку,

Развеселю я вас немножко!

(Под музыку русской народной песни «Светит месяц» дети уходят.)

Турнир по настольному теннису «РАКЕТКА ПОБЕДИТЕЛЯ»

Цель: пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

- популяризация настольного тенниса;
- привлечение воспитанников к систематическим занятиям физической культурой;
- выявление сильнейших теннисистов лагеря.

Ход мероприятия

(Перед началом мероприятия звучат песни о спорте, команды участников соревнований, гости, болельщики строятся по периметру зала.)

Ведущий 1: Внимание!

Ведущий 2: Внимание!

Ведущий 1: Дорогие друзья! Уважаемые гости! Сегодня впервые в нашей школе проходит турнир по настольному теннису.

Ведущий 2: Мы рады приветствовать участников и гостей турнира.

Ведущий 1:

Для спорта нет границ и расстояний,

Понятен он народу всей земли.

Он всей планеты нашей достоянье,

Спорт дарит счастье дружбы и любви.

Ведущий 2:

Игра достойная вас ждет,

Где все охвачено интригой.

Даря, восторг спортивным мигом,

Команды, только лишь вперед!

Ведущий 1: Команды, «Равняйся! Смирно! Равнение на флаг!».

(Звучит гимн Российской Федерации, церемония поднятия флага.)

Ведущий 2: Команды, «Вольно!». Турнир по настольному теннису считается открытым.

Ведущий 1: Давайте поприветствуем всех участников.

Ведущий 2: Слово для приветствия предоставляется начальнику лагеря.

(Выступление начальника лагеря.)

Ведущий 1: Сегодня – важный день, он – еще одна ступенька, на которую нужно подняться, еще один барьер, который нужно преодолеть.

Ведущий 2: Спортивные состязания помогут выявить самых ловких, смелых и умелых.

Ведущий 1: Сегодня у нас в гостях Богиня Спорта. Она спустились с Олимпа, чтобы поздравить участников турнира.

Ведущий 2: Приветствуем тебя, богиня Спорта!

(Входит богиня под песню «У неба есть мы».)

Богиня:

Олимп – Богов великое творение!

Спортивный мир – единая семья.

Олимпа получив благословение,
На встречу с вами поспешила я!
Я вижу здесь приветливые лица,
Спортивный дух я чувствую вокруг.
У каждого здесь сердце олимпийца,
Здесь каждый спорту и искусству – друг!
Турнир сегодня открываю.
И потому я поздравляю всех!
Здоровья, счастья, радости желаю!
Пусть олимпийский к вам придет успех!

Ведущий 1: Прежде чем начать состязания, спортсмены должны дать клятву. Право зачитать клятву по праву принадлежит тебе, богиня.

Богиня: От имени всех участников соревнований торжественно клянемся: «Участвовать в соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проводятся».

Все: Клянемся!

Богиня: Уважать слабого соперника.

Все: Клянемся!

Богиня: Соблюдать олимпийский девиз: «Быстрее! Выше! Сильнее!».

Все: Клянемся!

Богиня: Соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды!

Все: Клянемся! Клянемся! Клянемся!

Ведущий 2: К битвам спортивным все вы готовы!

Каждый уверен в силе своей.

И побеждает на финише снова

Дружба, сплочённость команды всей!

Ведущий 1: Слово предоставляется главному судье турнира.

(Выступление главного судьи турнира: представляет судейскую коллегию, знакомит с результатами жеребьевки.)

Условия проведения турнира: Соревнования проводятся согласно правилам игр в настольный теннис.

Система розыгрыша и определение победителей турнира: Соревнования проводятся по круговой системе в каждой возрастной группе:

Ведущий 2: Ждем всех участников турнира через несколько минут у теннисных столов.

Ведущий 1: Удачи вам, дорогие участники!

(Участники готовятся с турнир.)

Определение победителей турнира

Победители определяются судейской коллегией по итогам игр согласно правилам игры в настольный теннис.

Награждение: Победители награждаются дипломами.

Линейка, посвященная закрытию турнира

(Звучат фанфары.)

Ведущий 1: Внимание, внимание, внимание!

Ведущий 2: Вот и подводим мы итоги!

Какие б ни были они,

Пусть спортивные дороги

Здоровьем полнят ваши дни!

Ведущий 1: Сегодня проигравших нет,

Есть просто лучшие из лучших!

Пусть в каждом сердце дружбы свет

Зажжет поступков добрых лучик.

Ведущий 2: Пусть юность, дружба, спорт и мир

Всегда шагают с Вами рядом.

Кого мир спорта закружил,

Тот смотрит дружелюбным взглядом!

Ведущий 1: Внимание! Команды для подведения итогов турнира равняйся, смирно!

Ведущий 2: Приступаем к церемонии награждения.

Ведущий 1: Команды: «Смирно! Равнение на флаг».

(Звучит гимн Российской Федерации, церемония опускания флага.)

Ведущий 2: Команды: «Вольно!»

Богиня: Дорогие друзья! Я думаю, что это для вас еще не предел. Как всегда, бывает в спорте, очередной успех – лишь первый шаг к следующему рубежу. Спорт открыл вам красоту многообразия мира! Закалил ваше мужество, волю, характер! Подарил здоровье и силу! Я прощаюсь с вами. До новых встреч!

Ведущий 1: Наш праздник завершился,

Но мы грустить не будем!

Пусть будет мирным небо

На радость, добрым людям.

Ведущий 2:

Дружите вы со спортом,

Здоровыми все будьте!

И наш турнир спортивный,

Спортсмены, не забудьте.

(Под звуки спортивного марша команды участников, гости, болельщики покидают спортивный зал.)

Беседы

«До знака ГТО – лишь шаг»

Цель: знакомство с нормами ГТО.

Задачи:

- дать понятие, что такое ГТО, познакомить с зарождением Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО, становлением Всесоюзного комплекса ГТО, развитием Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО, дать понятие о новом комплексе ГТО.

- привитие интереса к спорту, воспитание патриотических чувств.

Ход беседы:

1. Организационный момент -5 мин.
2. Введение в историю комплекса ГТО -10-15мин.
 - Зарождение Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.
 - Становление Всесоюзного комплекса ГТО.
 - Развитие Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.
3. Динамическая пауза – 3-5 мин.
4. Новейшая история ВФСК ГТО
5. «Нормы ГТО – нормы жизни» - изучение нормативов соответствующей возрастной группы
6. Подведение итогов урока.

I. История развития Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне»

В известном детском стихотворении С.Я. Маршака 1937 года «Рассказ о неизвестном герое» пожарные, милиция и фотографы разыскивают двадцатилетнего парня, спасшего из огня девочку. Из примет – «среднего роста, плечистый и крепкий, ходит он в белой футболке и кепке. Знак «ГТО» на груди у него. Больше не знают о нем ничего», сообщает

читателю Маршак. Ирония стихотворения заключалась в том, что значкистов ГТО в то время было больше половины страны, и каждый был готов к труду и обороне!

Те, кто учился в школе еще до распада Советского союза, помнят три заветные буквы – ГТО, или «Готов к труду и обороне» – программу физической и культурной подготовки, которая основывалась на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения.

I.I. Предпосылки возникновения комплекса ГТО.

После победы Великого Октября страна укреплялась, набирала политическую мощь, а энтузиазм советских людей, их тяга к новому стали проявляться во всех сферах жизни - в труде, культуре, науке, спорте. В послереволюционный период Советский союз, на самой заре своего развития, оказался окруженным идеологически чуждыми государствами, что усугублялось еще и гражданской войной, которая шла внутри. Чтобы противостоять этим явлениям, нужны были сильные военные, а основой дисциплины, порядка и хорошей физической подготовки безоговорочно признавался массовый спорт. Развитие физической культуры и обучение населения военным навыкам становятся в СССР приоритетными задачами, выполнение которых контролируется первыми лицами государства. В первый же год советской власти ВЦИК РСФСР принимает декрет «Об обязательном обучении военному искусству». Начиная с апреля 1918 года, мужчины и женщины от 18 до 40 лет обязаны обучаться военному делу по месту работы.

Рождение комплекса ГТО

Уже к началу 1928 года эта организация насчитывает около 2 млн. человек. По всей стране строятся тиры, стрельбища, создаются аэроклубы и военно-спортивные кружки, где молодежь осваивает специальности радиста, телеграфиста, парашютиста, моториста, санитаря, медсестры, пилота и др.

I.II. Первый комплекс ГТО и дальнейшее его развитие

24 мая 1930 года газета «Комсомольская правда» напечатала обращение, в котором предлагалось установить всесоюзные испытания на право по-

лучения значка «Готов к труду и обороне». К испытаниям на получение значка «Готов к труду и обороне» первоначально допускались мужчины не моложе 18 лет и женщины не моложе 17 лет. Особым условием было удовлетворительное состояние здоровья. Определял его врач, который устанавливал, что сдача норм по данному комплексу не принесет ущерба здоровью человека. К соревнованиям допускались физкультурники, организованные в коллективы, и физкультурники-одиночки. Для проведения практических испытаний они распределялись на отдельные группы по полу и возрасту.

Мужчины:

I категория – с 18 до 25 лет,

II категория – с 25 до 35 лет, I

II категория – с 35 лет и старше.

Женщины:

I категория – с 17 до 25 лет,

II категория – с 25 до 32 лет,

III категория – с 32 лет и старше.



Значки ГТО 1931-1936 годов (I и II ступень).

Проект значка придуман 15-летним школьником В. Токтаровым, а окончательный эскиз разработан художником М.С. Ягужинским. Первым обладателем знака ГТО I ступени стал знаменитый конькобежец Яков Федорович Мельников, первый заслуженный мастер спорта СССР чемпион России 1915 года, чемпион РСФСР 1918, 1919 и 1922 годов; чемпион СССР 1924, 1927-28, 1932-35 годов; чемпион Европы 1927 года по конькобежному спорту.



JACOB MELNIKOFF

Jacob Melnikoff

er en av Russlands aller fremste skøite-
løpere og har deltatt i mange store løp
her i Norge. Mange vil huske hans
deltagelse i de store løp i Oslo, hvor
han særlig gjorde sig bemerket i de
længste distanser over 5000 og 10000
meter.

*Innleggsbilleder av denne serie fin-
nes i følgende cigaretter:*

Cromwell, rød	12,5 øre
Bankett	10 „
Cromwell, grøn	5,5 „
Kef, grøn	5,5 „





Этим снимкам более
трех десятков лет. Таки-
ми молодыми были в
1934 году Алексей Мас-
лов, Александр Поручаев
и Тайво Томмола (на
снимках — слева напра-
во), когда первыми в на-
шей стране они получили
значок «Готов к труду и
обороне».

Каждый из них получил от народного комиссариата обороны именные золотые часы с надписью «Лучшему физкультурнику Советского Союза от К.Е. Ворошилова».

Среди награжденных оказались и работники Центрального дома Красной армии. Один из них – Алексей Петрович Кувшинников – удивительно разносторонний спортсмен, занимавшийся плаванием, легкой атлетикой, бегом на лыжах, гимнастикой, теннисом и еще шестнадцатью видами спорта. Он без особого труда одним из первых в стране выполнил все нормы ГТО повышенной трудности и получил значок II степени под номером 18. Около 20 лет своей службы Кувшинников отдал армейскому спорту, был главным тренером Вооруженных Сил СССР по волейболу и баскетболу.

Первыми женщинами, получившими значки ГТО II степени, были слушательницы Военно-воздушной академии.

I.IV. Комплекс ГТО и Великая Отечественная Война

Перед Великой Отечественной войной подготовку в ОСОАВИАХИМ прошли до 80% военнослужащих сухопутных войск и флота и до 100% авиации. Благодаря ГТО миллионы советских людей получили навыки маршевой, лыжной, стрелковой подготовки, плавания, метания гранат, преодоления водных преград и препятствий. Это помогло им в минимальные сроки овладеть военным делом, стать снайперами, разведчиками, танкистами, летчиками. Скромный значок ГТО для многих из них стал первой наградой, к которой позднее добавились ордена за трудовые и боевые заслуги. Значкисты ГТО, овладевшие военно-прикладными двигательными навыками, добровольно уходили на фронт, успешно действовали в партизанских отрядах.

Обладателями значков II степени ГТО были герои Великой Отечественной войны: летчики Иван Кожедуб, Александр Покрышкин, Николай Гастелло, знаменитый снайпер Владимир Пчелинцев.



Иван КожедубНиколай Гастелло



Александр Покрышкин



Герой Советского Союза В. Пчелинцев рассказывает бойцам о своих приемах снайперской стрельбы.

Владимир Пчелинцев

	Значок ГТО 1 степени
	Значок «Отличник БГТО», 1940 год
	Значки «Отличник ГТО» 2 степени 1940-1946 годов (серебро и бронза)
	Значки «Будь готов к труду и обороне»
	Значки ГТО I и 2 степеней 1946 – 1961 годов

I.V Комплекс ГТО в послевоенное время

Обновленный Комплекс ГТО состоял из трех ступеней. Ступень БГТО – для школьников 14 - 15 лет, ГТО 1-й степени – для юношей и девушек 16-18 лет, ГТО 2-й степени – для молодежи 19 лет и старше.



Значки БГТО и ГТО 1961 года

В Вооруженных Силах СССР в 1965 году была введена специальная ступень комплекса ГТО – «Военно-спортивный комплекс» (ВСК).



Значки «Воин-спортсмен» I, II и III ступеней, 1961 год



Золотой нагрудный знак «Воин-спортсмен», 1961 год

В 1966 году по инициативе ДОСААФ была разработана и введена в действие ступень комплекса ГТО для молодежи призывного возраста «Готов к защите Родины» (ГЗР). Она была рассчитана на юношей допризывного возраста и включала выполнение ряда требований по спортивно-техническим видам спорта и овладение одной из военно-прикладных специальностей (моториста, шофера, мотоциклиста, радиста).



Введенный в 1972 году новый комплекс ГТО позволил улучшить массовую физкультурно-спортивную работу в каждом коллективе, в спортивном клубе и в целом по стране, решить целый ряд важнейших вопросов, связанных с укреплением здоровья советских граждан.

Расширились возрастные рамки комплекса: добавились ступени для школьников 10 - 13 лет и трудящихся 40 -60 лет.



Значки БГТО I, II, III ступеней выпуска 1972 года





В 1973 году при Спорткомитете СССР создан Всесоюзный совет по работе наиболее массового привлечения граждан к сдаче комплекса ГТО. Председателем Совета был назначен лётчик-космонавт СССР Алексей Архипович Леонов.

К началу 1976 года свыше 220 миллионов человек имели значки ГТО.

В начале 1977 г. во все пять ступеней были добавлены нормативы по спортивному ориентированию. Для постоянной популяризации комплекса ГТО к работе систематически привлекались спортивные организации, профсоюзы, комсомол, ДОСААФ, министерства и ведомства, руководители предприятий, учреждений, колхозов, совхозов, учебных заведений. Нормативы комплекса ГТО стали инструментом, благодаря которому каждый гражданин мог проверить уровень своего физического развития.

Значок «Отличник ГТО» вручался тем, кто сдал нормативы на золотой значок IV ступени комплекса 1972 года «Физическое совершенство» и имел один 1-й или два 2-х спортивных разряда в любом виде спорта.

Значок «Отличник ГТО»

«Почетный знак ГТО» вручался тем, кто выполнял нормативы в течение нескольких лет подряд.



Почетный знак ГТО

Коллективы физкультуры предприятий, учреждений, организаций, добившиеся особых успехов по внедрению комплекса ГТО в повседневную жизнь трудящихся, награждались знаком «За успехи в работе по комплексу ГТО».



	Знак «За успехи в работе по комплексу ГТО»
---	--

	Значок «Чемпиону ГТО», Тбилиси, 1977 год
	Значок «Чемпиону ГТО», Алма-Ата, 1979 год



Значок и медали чемпионата СССР по многоборью комплекса ГТО на призы газеты «Комсомольская правда», Кишинев, 1981 год



В 1980 году была выпущена специальная серия значков ГТО, посвященная Играм XXII Олимпиады в Москве

	Значок региональных соревнований» ГТО – Спартакиада народов СССР»
	Знак «50 лет комплексу ГТО»

В 1981 году, к 50-летию комплекса ГТО, Комитетом по физической культуре и спорту при Совете министров СССР и ЦК ВЛКСМ был выпущен специальный наградной знак.

В начале 1985 года в Комплекс ГТО был внесен очередной пакет с изменениями. Теперь комплекс для взрослых состоял из 3 ступеней, а для школьников из 4-х.

	Значки ГТО в редакции 1985 года
	Значок ГТО, выпущенный в конце 1980-х годов

Распад Советского Союза повлек за собой более большую пропасть в работе над воспитанием физической активности граждан. Юридически Комплекс ГТО не был упразднен, однако фактически он прекратил свое существование в 1991 году.

В 1991 году 60 летняя история комплекса замерла... Но вновь весна, весна 2014 года!!!

Новейшая история ВФСК ГТО

Сегодня, 24 марта 2015 г. исполняется год со дня принятия Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Целями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:

- а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;
- б) повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации;
- в) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- г) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;
- д) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов. Принципы внедрения ВФСКГТО – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.

Нормативно-тестирующая часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса предусматривает государственные требования к уровню физической подготовленности населения на основании выполнения нормативов и оценки уровня знаний и умений, состоит из следующих основных разделов:

- а) виды испытаний (тесты) и нормативы;
- б) требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;
- в) рекомендации к недельному двигательному режиму.

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов утверждаются Министерством спорта Российской Федерации по согласованию с Министерством образования и науки Российской Федерации, Министерством обороны Российской Федерации и Министерством здравоохранения Российской Федерации.

Виды испытаний (тесты) и нормативы включают в себя:

- а) виды испытаний (тесты), позволяющие определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков;
- б) нормативы, позволяющие оценить разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека.

Виды испытаний (тесты) подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору. Обязательные испытания (тесты) в соответствии со ступенями структуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса подразделяются на:

- а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей;
- б) испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости;
- в) испытания (тесты) по определению уровня развития силы;
- г) испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости.

Испытания (тесты) по выбору в соответствии со степенями структуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса подразделяются на:

- а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей;
- б) испытания (тесты) по определению уровня развития координационных способностей;
- в) испытания (тесты) по определению уровня овладения прикладными навыками.

Кроме того, для каждой ступени определен перечень необходимых знаний и умений, предлагаются рекомендации к двигательному режиму.

Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта включают проверку знания и умения по следующим вопросам:

- а) влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;
- б) гигиена занятий физической культурой;
- в) основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;
- г) основы методики самостоятельных занятий;
- д) основы истории развития физической культуры и спорта;
- е) овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности. Лица, выполнившие нормативы, овладевшие знаниями и умениями определенных ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, награждаются соответствующим знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, образец и описание которого утверждаются Министерством спорта Российской Федерации. Порядок награждения граждан знаками отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и

присвоения им спортивных разрядов утверждается Министерством спорта Российской Федерации (приложение Знаки отличия ГТО к уроку).

- А как вы считаете, для чего нужно стремиться молодежи 21 века к выполнению нормативов ГТО, к получению знаков отличия? Ответ на этот вопрос для каждого молодого человека может быть свой. Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский знак ГТО. Кто-то хочет попробовать достичь конкретного результата и проверить свою силу воли и настойчивость. А кто-то просто привык быть первым в учебе и спорте. Все люди разные. Однако, у всех, кто добровольно решил пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, – целеустремленность. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века. Только целеустремлённые и физически подготовленные люди смогут добиваться успеха в условиях конкуренции на рынке труда!

Думаю, вы согласитесь, что возрождение комплекса ГТО в учебных организациях принципиально важно для формирования у молодого поколения целеустремлённости и уверенности в своих силах.

С 1 сентября 2016 года, все желающие учащиеся смогут приступить к выполнению видов испытаний, а пока проходит апробация его реализации в 61 регионе РФ. С 1 июня 2015 года начнет работу интернет-портал ГТО, где все желающие заведут себе личный кабинет, ознакомятся с условиями, временем и местом выполнения видов испытаний. Ну а пока мы все с вами должны начать подготовку и борьбу с самим собой: со своей ленью, с нехваткой времени на поддержание своего здоровья... не забывайте «Движение-это жизнь!», соблюдая рекомендации к недельному двигательному режиму, вы станете на шаг ближе к заветному знаку ГТО, обретете гармонию силы и духа. ГТО – друг здоровья!

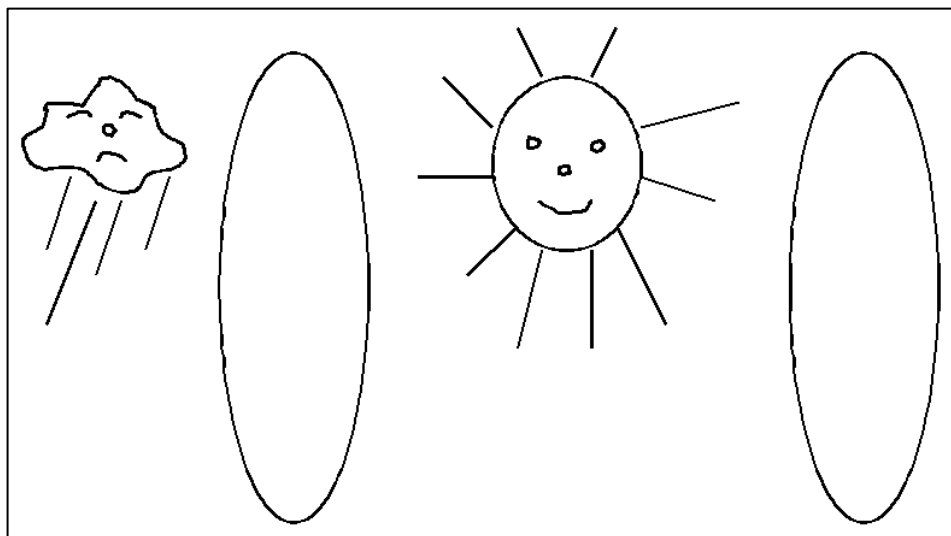
Минутки здоровья

«От улыбки хмурый день светлей»

Цель: создание доброжелательной атмосферы и эмоционального настроя, развитие чувства радости существования.

- Посмотри в зеркало и нарисуй свое лицо улыбающимся и хмурым.

Где ты красивей?



или

- Посмеемся вместе.

У мальчика сильный насморк. В автобусе он беспрестанно чихает и вытирает нос пальцами.

«У тебя случайно гнет носового платка?» - спрашивает соседка.

«Есть», - отвечает он, - «но, извините, я его никому не одалживаю».

В музее перед статуей Венеры Милосской стоят отец и сын.

- Папа, а почему она без рук?

- Если будешь грызть ногти, с тобой то же самое будет!

Сестра брату:

- Сэм, ты же только что, ходит смотреть на лужу и теперь этими же самыми руками берешь бутерброд.

или

Проверялка:

1. Вставь пропущенные слова в пословицы о смехе (улыбке)

...без причины – признак дурачины!

Хорошо ...тот, кто ... последний.

(слова-подсказки – смех, смеется, улыбка, слезы)

2. Перед тобой «полотенце» – кроссворд.

1. Что удлиняет жизнь?

2. От ... хмурый день светлеет.

3. Смешные истории.

1	с		е		2		л			к		3	к			с	
---	---	--	---	--	---	--	---	--	--	---	--	---	---	--	--	---	--

«Вредные сестрички – вредные привычки»

Цель: формирование ответственного отношения к своему здоровью.

Задачи:

- выработать у воспитанников негативное отношение к курению, алкоголизму, табакокурению, токсикомании;

- дать понять о последствиях употребления психоактивных веществ;

- воспитать умение прогнозировать результаты своего выбора.

I. Организационный момент. Настрой воспитанников на работу.

II. Вступительная беседа воспитателя. Сообщение темы и цели беседы.

- Нашу встречу я начну с очень оптимистического стихотворения, которое своим содержанием направит наше сознание на жизнь без вредных привычек, без претензий к окружающим людям и всему человечеству в целом.

Так хочется, чтоб были все счастливыми!

Чтоб колокольчиком звенел веселый смех!

Давайте станем каплю терпеливее!

Давайте станем чуточку добрей!

Давайте жить в спокойствии, согласии!

Пусть свет земли нам освещает путь!

Трудиться будем творчески и радостно, но так,

Чтобы здоровый образ жизни сохранять!!!

- Ребята, Вы уже много знаете о своем организме, хорошо помните основные гигиенические правила, умеете определить причины многих заболеваний, способны оказать первую медицинскую помощь в экстремальных ситуациях, понимаете какую опасность, таит необдуманное поведение. Сегодня в нашей беседе мы сделаем еще один шаг по направлению к здоровому образу жизни.

Девизом нашего разговора станут слова:

«Я умею думать, умею рассуждать,

Что полезно для здоровья буду выбирать».

III. Основная часть.

- Я думаю, что наше здоровье зависит от состояния здоровья родителей, бабушек, дедушек, от того, как часто нас осматривает врач, от того каким воздухом мы дышим и какую воду пьем и от других вещей. Но многое зависит и от нас, от того какие привычки у нас преобладают.

- Какие бывают привычки? (ответы детей)

Привычки бывают полезные и вредные.

- Какие привычки мы называем полезными?

- Назовите полезные привычки? (ответы детей)

- Какие привычки мы называем вредными?

- Назовите вредные привычки? (ответы детей)

- Ребята, какие вредные привычки наиболее опасно влияют на здоровье человека? (алкоголь, курение, наркотики, токсикомания)

- «Что же происходит при курении *табака*?»

Табак – это однолетнее растение семейства пасленовых, в листьях которого содержится никотин. При курении табака часть его сгорает; дым, втягиваемый курильщиком, содержит никотин, окись углерода, следы синиль-

ной кислоты и другие химические вещества. Самый ядовитый - никотин, пары которого проникают в организм и вызывают сначала возбуждение, а затем угнетение центральной нервной системы; суживает кровеносные сосуды, раздражает слизистые оболочки. В больших дозах никотин вызывает судороги и смерть. Только потому, что никотин поступает в организм не сразу, а небольшими дозами, курильщик не получает острого, а подвергается хроническому отравлению. Возникают расстройства пищеварения. Никотин отрицательно влияет на работу сердца – оно быстро изнашивается. Чем ниже сорт табака, тем больше он содержит никотина. Ученые установили, что извлеченный из пяти сигарет никотин убивает кролика, а из 100 – лошадь.

Вывод: Дышать табачным дымом опасно для вашего здоровья.

Следующая опасная привычка – это *алкоголь*.

Алкоголь – это вещество, которое содержится в спиртных напитках (водке, вине, пиве). Само название «алкоголь» происходит от арабского «аль-коголь», что означает одурманивающий.

- Приходилось ли вам встречать, общаться с людьми, которые употребляют спиртные напитки? (ответы детей)

- Как ведут себя такие люди? (ответы детей)

- Какое чувство они у вас вызывают? (ответы детей)

Алкоголь создает иллюзию благополучия. Взаимодействуя с различными органами и системами организма человека, алкоголь становится активным участником обмена веществ, организм постепенно привыкает и требует его все больше и больше. Возникает зависимость от алкоголя, приводящая к болезни – алкоголизму. Так постепенно алкоголь опутывает ум и волю человека, а опутав – держит крепко. Разрушение личности у взрослого происходит через 10 лет, а у детей через 3-4 года.

По данным министерства здравоохранения:

- пульс курильщика чаще пульса некурящего в три раза;
- курильщики чаще болеют простудными заболеваниями;
- курение притупляет вкусовые ощущения;

- причиной многих пожаров является сигарета.

Вывод: Алкоголь опасен для вашего здоровья.

Наркотики относятся к вредным привычкам.

Наркотики – это вещества, которые очень вредно действуют на организм человека, одурманивают его. Человек становится как бы заколдованным, когда начинает их употреблять их, он сам себе не хозяин. Это так называемые наркотические вещества. Ему уже не хочется заниматься любимым делом, все неинтересно, человек не может учиться, работать, просто гулять. Он только все время думает о том, где взять наркотики. Человек, который начал принимать наркотики, сразу привыкает к ним, теряет волю. Те, кто не прекращает употреблять наркотики, умирает от мучительных, страшных болей. У человека, употребляющего наркотические вещества, нарушается ориентация в пространстве, его мучают кошмары, страхи. Друзья и близкие прекращают с ним общаться.

Вывод: Наркотики – это гибель для человечества. Токсикомания также относится к вредной привычке. Токсикомания – это болезнь, возникающая в результате употребления веществ, вызывающих кратковременное чувство приятного психического состояния. Человек становится раздражительным, злобным, угрюмым, все время ждет каких – то неприятностей. У него трясутся руки, портится почерк, речь становится несвязной, спутанной. Постепенно он деградирует, как личность, у него окончательно расстраивается память, гаснет интеллект. Ему мерещатся всякие страхи, состояние тревожное. Серьезные последствия токсикомании для состояния внутренних органов : развиваются различные заболевания легких и желудочно-кишечного тракта, поскольку токсичные компоненты «сжигают» слизистые оболочки почки выходят из строя. При передозировке, возможны летальные исходы.

Вывод: **Токсикомания** – это яд для здоровья человека.

- Чем похожи алкоголь, наркотики, табак, токсикомания? (ответы детей)

А сейчас я предлагаю вам «9 заповедей здоровья»:

- четкий режим дня;
- свежий воздух;
- больше смеха;
- физическая активность;
- правильное питание;
- не пить, не курить;
- личная гигиена;
- любовь к себе и другим; занятия по душе.

- Но некоторые, жители планеты Земля имеют вредные привычки и ни хотят от них избавляться. Если Вы захотите присоединиться к ним, или уже присоединились, то запомните: «Начать легко. Бросить – не тут-то было».

Подумайте над этим!

«Витамины – мои друзья»

Витамины – это незаменимые активные вещества. Они необходимы для нашего организма. Недостаточное поступление витаминов ведет к различным видам заболеваний. У человека ухудшается самочувствие, уменьшается сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, снижается работоспособность.

Авитаминоз – витамин, а к нему подставили букву «А» и «оз» и получилось такое слово авитаминоз.

- Какие вы знаете витамины?

Витамин А – это витамин роста. Еще он помогает нашим глазам сохранять зрение.

При недостатке в организме этого витамина возникает заболевание глаз: (Куриная слепота), т.е. человек не способен видеть в слабо освещенном помещении. При длительном отсутствии витамина А в организме может наступить полная потеря зрения. Кожа и волосы становятся сухими, волосы теряют блеск и начинают выпадать.

Витамин А содержится во многих продуктах животного происхождения (сливочное масло, яичный желток, печень рыб), в растительных продуктах содержится каротин (провитамин А).

Витамин В (тиамин) – находится в продуктах питания. При нехватке витамина В больные жалуются на утомляемость, головную боль, одышку, сердцебиение при физической нагрузке. Беспокоят понижение кожной чувствительности ног, а затем и других участков тела, ощущение слабости и тяжести в ногах, хромота, отеки, учащенный пульс, понижение артериального давления. Развивается болезнь «Бери-Бери» – означает оковы, будто цепями окованы ноги. У больных немеют руки и ноги. Наступает паралич конечностей.

Употребляют пищу с высоким содержанием витамина В пшеничный и ржаной хлеб, дрожжи, горох, желток яиц, свинину. Витамин В в наибольших количествах находится в пивных дрожжах, хлебных злаках, картофеле, бобовых; его много во внутренних органах животных (печени, почках и сердце). Витамин В встречается в пекарских, пивных дрожжах, молочных продуктах, жирной рыбе.

Витамин С. Недостаток витамина С приводит к болезням сердца, разрушению зубов, снижению иммунитета. Может привести к не менее опасным результатам: нарушение пищеварения, кровотечения, облысение, нарушения в работе щитовидной железы, быстрое старение, риск развития раковых заболеваний.

Если в детском организме не хватает витамина С, то это частые болезни, долго незаживающие ранки, медленный рост ногтей. В поведении становится заметна вялость и сонливость. Витамин С – прячется в чесноке, капусте, луке, во всех овощах, фруктах, ягодах. Витамин С (аскорбиновой кислоты) особенно много в свежих листовых овощах, фруктах и ягодах, таких как шиповник, черная смородина, красный перец, цветная капуста, укроп. При отсутствии Витамина С в пище человек заболевает цингой. Десны кровоточат, лицо отекает, невыносимые боли в мышцах и суставах.

Витамин Д. Самый знакомый для нас – это недостаток витамина D. Витамин Д сохраняет нам зубы. Без него зубы человека становятся мягкими и хрупкими. Его можно найти в молоке, рыбе, твороге. Загорая на солнце, мы тоже получаем витамин Д. Витамин D (кальциферол) содержится в основном в продуктах животного происхождения, больше всего в рыбных: рыбьем жире, печени трески. Он есть в молоке, сливочном масле и яйцах. Этот витамин незаменим в лечении и профилактике рахита. Он регулирует фосфорно-кальциевый обмен в организме, обеспечивает всасывание фосфора и кальция в кишечнике, повышает сопротивляемость организма.

«Как поднять настроение за 300 секунд?»

- Кому из нас порой не казалось, что «все плохо?» Вытащить себя из болота за волосы под силу не только барону Мюнхгаузену, мы посоветует, как справиться с отрицательными эмоциями.

В этом мире есть, по крайней мере, 5 человек, которые любят тебя так сильно, что способны умереть ради тебя.

Как минимум 15 человек в большей или меньшей степени любят тебя. Единственная причина, по которой кто-то не любит тебя это то, что он хочет быть таким же, как ты. Одна твоя улыбка обрадует кого-то, даже если он не любит тебя. Каждую ночь кто-то думает о тебе перед тем, как лечь спать.

Для кого-то ты – целый мир. Кто-то не мог бы жить без тебя. Ты Особенный и Неповторимый человек. Кто-то, о ком ты даже не знаешь, любит тебя. Даже когда ты совершаешь самую большую глупость, из этого получается что-то хорошее.

Когда ты думаешь, что мир отвернулся от тебя, взгляни: скорее всего, это ты отвернулся от мира. Когда ты хочешь чего-то, но думаешь, что не сможешь этого добиться, ты, скорее всего этого не добьешься. Но если ты веришь в себя, то рано или поздно ты получишь то, что хочешь.

Вспоминай почаще о комплиментах, которые тебе говорят. Забывай злобные высказывания и насмешки. Всегда честно говори людям, что ты о них думаешь; тебе будет легче, если они будут это знать.

Если у тебя есть лучший друг, не забывай говорить ему, как много он для тебя значит. Средств, которые могут помочь не грустить много.

- Хотите быть счастливой? Будьте!

Рецепт 1. «Спой, птичка!»

Музыка способна улучшить настроение, у каждой из нас наверняка есть любимая композиция, после прослушивания, которой мы понимаем, что не все потеряно. Советуем вам пойти еще дальше и попеть! Ученые доказали, что после 5-10 минут пения содержание гормона стресса значительно снижается. Так что если рабочий день был напряженным, стоит попеть караоке одной или в компании друзей. Может быть, ваша новая песня для поднятия настроения находится тут?

Рецепт 2. «Хорошее настроение можно съесть»

Эндорфины действуют на нас как мягкие опиаты, позволяя ощущать легкую эйфорию. Кусочек эйфории можно получить, полакомившись виноградом, шоколадом, медом, орехами и даже перцем чили. Наше настроение падает порой из-за того, что будни серы, за окном монотонно стучит по подоконнику дождь, и никаких ярких красок в этот момент не предвидится. Отправляйтесь на кухню и съешьте что-нибудь, но осознанно!

Овощи и фрукты – это не просто порция витаминов, минеральных веществ и клетчатки, но и грозное оружие в борьбе за позитивный настрой.

Посмотрим на них с точки зрения цветотерапии.

Красные (клубника, свекла) повышает настроение.

Оранжевые (морковь, апельсины, тыква, персики) отвечают за увеличение жизнерадостности.

Желтые (ананасы, кукуруза, ваниль, шафран) борются с нежеланием работать.

Синие (виноград, тимьян) помогают снять стресс.

Рецепт 3. «Воспользуйтесь запасами»

Серотонин отвечает за гармонию в ЦНС и дарит нам спокойствие и безмятежность. Бананы, рыба, мясо, соя – отличный источник серотонина. Если что-то не ладится, отвлекитесь от грустных мыслей, вспоминая приятные моменты – кружевную пену волн, чистый горный воздух, розовый куст, который расцвел под окном, первый поцелуй, признание в любви. Представьте себе, что настало время воспользоваться накопленными запасами, и вы открываете заготовки, в которых хранится ваше хорошее настроение.

Рецепт 4. «Двигайтесь!»

Сидение на диване, пусть даже самом удобном, с взглядом, устремленным в одну невидимую точку, способно сделать плохое настроение отвратительным.

Любое движение приносит нам, как минимум, мышечную радость. Позвольте себе двигаться, даже если речь идет всего лишь о прогулке.

Рецепт 5. «Для любознательных»

Этот рецепт подходит для тех, кто привык понимать, что и почему с ним происходит. Вместо того чтобы тонуть в пучине тоски, спросите себя: Почему вы можете быть счастливы? Кого вы любите, и кто любит вас? Чем в своей жизни вы особенно гордитесь? За что вы должны быть благодарны судьбе?

«Твой режим на каникулах»

Цель: знакомство с режимом дня и раскрытие его значения в жизни человека.

- Ребята, начнем нашу минутку здоровья с общеукрепляющей гимнастики.

(Дети выполняют под ритмичную музыку комплекс общеукрепляющих упражнений.)

- Дорогие ребята, снова в эфире программа «Минутка здоровья». К нам в редакцию приходит множество писем с просьбой о помощи. Вот, например,

Маша из Новосибирска пишет, что ей не хватает времени, и она ничего не успевает: ни сходить в магазин, ни на танцы, ни позаниматься музыкой, ну ничего. А Тома из Болотного пишет: «Я всегда везде опаздываю, хотя и понимаю, что это очень плохо. Что же мне делать?» Коля из Искитима: «А мне не хватает времени, даже чтобы сделать все уроки». И таких писем немало.

Многие ребята жалуются на то, что у них не хватает времени и приходится вечно торопиться, делать все наспех. Но всегда ли человеку действительно не хватает времени? Или он не умеет правильно распределить свои дела?

Умение организовать свое время – очень ценное качество человека. Особенно важно научиться соблюдать режим дня со школьных лет.

Нужно распределять время так, чтобы сон был достаточно продолжительным, а пища принималась не меньше четырех раз в день и обязательно в определенные часы. Кроме того, следует больше отдыхать на свежем воздухе. При хорошо продуманном режиме дня времени хватает на все: на учебу и отдых, занятия в кружках и помощь родителям, чтение и спорт.

Сегодня я вас познакомлю с Режимом и его помощниками. Я не хочу, чтобы вы были похожи на вот этого мальчика. (Показывает).

Как магнит, моя кровать:

Неохота мне вставать.

Кто бы с нынешнего дня

Все бы делал за меня?

Или на другого мальчика (показывает картинку).

Это кто накрыт в кровати

Одеялами на вате?

Кто лежит на трех подушках

Перед столиком с едой?

И, одевшись еле-еле,

Не убрав своей постели,

Осторожно моет щек

Кипяченою водой?

(Раздается стук в дверь. Входит воспитатель. На нем лента: «Режим дня»,)

Режим дня: Здравствуйте, ребята! Меня зовут Режим дня. Сегодня я познакомлю вас со своими помощниками и расскажу, как планировать свой день.

(По очереди входят следующие персонажи).

Солнышко.

Смотрит солнышко в кровать:

Хватит спать, пора вставать.

Вот будильник прозвенел –

Сон твой быстро улетел.

Будильник.

Я не сплю со всеми,

Караулю время.

Если хочешь – разбужу,

А не надо - погожу.

Утро.

Люблю, когда утро.

Я утро люблю.

Люблю, когда я уже больше не сплю,

И синее небо, и ветки в окно,

И в комнате больше не будет темно...

Ты встал, а теперь:

Нужно форточку открыть и к зарядке приступить.

Зарядка.

Физминутка.

(Под стихотворение выполняются упражнения физминутки)

Зарядка, зарядка с утра к себе зовет.

Зарядка, зарядка здоровье нам дает.

Руки вверх, вперед смелее, веселее заводи.

Распрямляйся поскорее, выше голову держи.

Вот зарядку ты закончил, в ванную спеши пойти.

Мыло, щетка, порошок заждались тебя, дружок.

Мыло.

Ускользаю, как живое.

Ты не выпускай меня.

Гладко, душисто, мою чисто.

Зубная щетка.

Вроде ежика на вид, но не знаю пищи.

По зубам пробегу, станут они чище.

Вода.

Горяча и холодна, я всегда тебе нужна,

Позовешь меня – бегу, от болезней берегу.

Умывайся хорошенько, не жалея себе воды.

Умывайся, обливайся и, конечно, растирайся.

Руки с мылом вы помыли, нос, и щеки не забыли.

Не ленитесь вымыть уши, после вытереть посуше.

Не забудь убрать кровать, ведь сейчас не будешь спать?

Форму школьную надень, завтрак ждет, беги скорей!

- А теперь проведем игру. Если вы согласны говорите «Мы», если не согласны – молчите.

Кто ватагою веселой каждый день шагает в школу? – Мы!

Кто из вас приходит в класс с опозданием на час?

Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?

- А после уроков ...

Три пятерки получив?

Ты запрыгиваешь в лифт.

Дома ждет тебя обед,

Очень вкусно, спору нет.

Обед.

Рая, Машенька и Женька, мойте руки хорошенько

Не жалеите мыла, я уж стол накрыла.

Всем поставила приборы, всем салфетки раздала,

Прекращайте разговоры – я вам супу налила.

Ножик, вилку или ложку не держите в кулаке.

Не кормите тут же кошку – плошка кошки в уголке.

Хлеб в солонку не макайте, и друг дружку не толкайте.

На второе будет рыба, а на сладкое компот,

Пообедали? Ну вот! Что должны сказать?

Дети. Спасибо!

Обед.

Поел – теперь немножко полежи и к урокам приступи.

Режим дня.

Все ты сделал, нет работы, можно часик погулять,

Ведь прогулка вам полезна, это с детства всем известно.

Кто мороза не боится, на коньках летит как птица? – Мы!

Кто из вас, из малышей, ходит грязный от ушей?

Кто домашний свой урок, выполняет точно в срок? – Мы!

Вот и ужин настает.

Мама всех к столу зовет.

Помоги помыть посуду, маме так приятно будет.

«Спокойной ночи» посмотри и спать готовиться иди.

Проветри комнату, умойся и будильник заведи.

Подушка.

Взбей мое большое брюшко, все четыре мои ушка,

Аккуратненько расправь, на кровать меня отправь.

Спи, дружок, глубоким сном, пусть приснятся сказки в нем.

Сон нам силы придает и смену времени ведет.

Ведущий. Режим ты этот запиши и строго время укажи,

Его старайся выполнять, и будешь ты все успевать.

А теперь я посмотрю, как вы усвоили некоторые правила из режима дня.

Мы с вами поиграем. Игра называется «Что такое хорошо и что такое плохо». Будем называть «Да» и «Нет».

На столе лежит еда. Руки надо вымыть? – Да!

Перед обедом наелся конфет. Так поступить полагается? – Нет!

Мама на стол накрывает всегда. Ты помогаешь ей? – Да!

Вилкой в общий залез винегрет. Так поступить полагается? – Нет!

Очень спортсменам полезна вода. Ты по утрам обтираешься? – Да!

Жарко. На нем теплый свитер надет. Он закаленный, по-вашему? – Нет!

Запомни, что – нет, Запомни, что – да,

И делать, как надо старайся всегда.

Режим дня:

Сейчас мы поиграем в игру «Мой режим дня». (Детям раздаются картинки – слайды. На часах устанавливается время).

Дети, у кого соответствует слайд установленному времени, тот выходит.

Мы этот слайд смотрим и прикрепляем соответственно картинку на стенд «Режим дня».

«Быть здоровыми хотим!»

Всем известно и понятно, что здоровым быть приятно! Только надо знать, как здоровым стать! «Учись быть здоровым!

Формула здоровья



Больше двигайтесь! «В путь – дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся» Соблюдай режим дня! Иногда бывает – пора вставать, а глаза не открываются. Наступило время обеда, а аппетита нет. Пора спать, а сон куда-то убежал. Это может означать только одно – ты все делал, когда придется, и организм взбунтовался. Желательно вставать и ложиться спать в одно и то же время. Есть не реже четырех раз в день. Чередовать занятия с отдыхом. Как можно больше времени проводить на свежем воздухе.

«Чистота – залог здоровья!»

«От простой воды и мыла у микробов тают силы»

Правила личной гигиены:

- Ежедневно умывайся утром и принимай душ перед сном.
- Чисти зубы два раза в день – утром и вечером.
- Меняй нижнее белье каждый день.
- Обязательно мой руки перед едой.
- Не ленись расчесывать волосы утром и вечером.
- Очень полезен массаж головы, можно делать его перед каждым мытьем.
- В холодную погоду защищай кожу от обморожения «От простой воды и мыла у микробов тают силы».

Вредные привычки	Полезные привычки
ЧИТАТЬ ЛЕЖА	ЧИТАТЬ ПРИ ХОРОШЕМ ОСВЕЩЕНИИ
ЧАСТО ЕСТЬ СЛАДКОЕ	КУШАТЬ ФРУКТЫ И ОВОЩИ
СМОТРЕТЬ НА ЯРКИЙ СВЕТ	ОБЕРЕГАТЬ ГЛАЗА ОТ УДАРОВ
УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ	ГУЛЯТЬ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ
НАДЕВАТЬ ЧУЖУЮ ОДЕЖДУ	МЫТЬ УШИ КАЖДЫЙ ДЕНЬ
СМОТРЕТЬ БЛИЗКО ТЕЛЕВИЗОР	КАТАТЬСЯ НА ЛЫЖАХ
ГРЫЗТЬ НОГТИ	ЗАКАЛЯТЬСЯ
ТЕРЕТЬ ГЛАЗА ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ	ПРОМЫВАТЬ ПО УТРАМ ГЛАЗА
КУРИТЬ	ЧИСТИТЬ ЗУБЫ 2 РАЗА В ДЕНЬ

- Зачем нужен сон?

Правила здорового сна:

- Перед сном не перенапрягайся и не делай какую-нибудь тяжелую физическую работу.

- Ужинай не позже, чем за 1,5-2 часа до сна.

- Проветри комнату, вымой ноги или прими душ.

- Не читай ничего страшного и пугающего, не смотри «ужастики» по телевизору, не играй в компьютерные игры.

- Сон – это отдых и одновременно полезная работа, поэтому он должен быть полноценным и достаточно долгим.

Правильно питайся! «Прежде чем за стол мне сесть, я подумаю, что съесть!»

Витамины.

Для правильного роста и развития ребенку необходима пища, богатая витаминами. Витамины – это ценнейшие вещества, необходимые организму человека.

Витамин А.

Расскажу вам, не тая, как полезен я, друзья!

Я в морковке и томате, в тыкве, персике, салате.

Съешь меня – подрастешь, будешь ты во всем хорош!

Помни истину простую: лучше видит только тот,

Кто жует морковь сырую или пьет морковный сок!

Витамина В1 много в гречневой и овсяной крупах, фасоли, пшеничном хлебе, яблоках, картофеле, пивных дрожжах. Из продуктов животного происхождения витамином В1 богаты: яичный желток, икра, печень, почки, сердце.

Витамин В2 особенно важен для растущего организма, он содержится в мясе рыбы, молоке, молочных продуктах.

Витамин С содержится во многих продуктах растительного происхождения: в черной смородине, плодах шиповника, крыжовнике, апельсинах, мандаринах, грейпфрутах, цветной капусте, зеленом луке, петрушке.

Витамин Д необходим детям до одного года, он предупреждает развитие рахита. Содержится в яйцах, икре, рыбьем жире, также, образуется под воздействием солнечных лучей в кожных покровах.

Закаляйся: «Свежий воздух и вода – наши лучшие друзья!»

Правила закаливания:

1. Начинать закаляться проще всего с обыкновенной утренней зарядки
2. Упражнения нужно делать при открытой форточке, а в хорошую погоду на свежем воздухе.
3. После зарядки – обтирание по пояс. Сначала температура воды 33 градуса, постепенно ее можно снижать до 27-28 градусов.
4. Привыкнув к обтиранию, переходим к обливанию. Продолжительность этих процедур – не более 1-2 минут. Не забывай после них энергично растереться полотенцем.

Дыши правильно

Всегда надо стараться дышать через нос.

Через него воздух проникает в носовую полость.

Ее стенки покрыты слизью и пучками тончайших колеблющихся волосков.

Здесь холодный воздух согревается, а горячий, наоборот, остывает.

Пыль и микробы прилипают к слизи, а волоски помогают удалить их из организма вместе с вредными для твоего здоровья веществами.

Постарайся почаще выезжать за город и дышать свежим воздухом.

Если ты заболел

Ляг в постель, укутайся одеялом.

Пей теплый чай с малиной, теплые отвары лекарственных трав, морсы.

Если у тебя жар, положи на голову холодный компресс.

Полощи горло.

При очень высокой температуре нужно обтирать тело смесью воды, спирта и уксуса.

Чаще проветривай комнату.

Не принимай никакие лекарства самостоятельно.
Обратись к врачу.



Всю азбуку здоровья нужно крепко знать.

И в жизни эти знания повсюду применять!

«Победитель простуды»

- Сегодня мы с вами поговорим о способах профилактики простудных заболеваний, таких как ОРЗ, ОРВИ, грипп.

Отрывок из стихотворения С. Михалкова

У меня печальный вид-

Голова моя болит,

Я чихаю, я охрип.

Что такое?

Это – грипп.

Не румяный гриб в лесу,

А поганый грипп в носу!

В пять минут меня раздели,

Стали все вокруг жалеть.

Я лежу в своей постели –

Мне положебно болеть.

- Как можно определить, что человек болен?

Выводы: Любая болезнь имеет свои определенные признаки (симптомы), знание которых помогает определить болезнь и справиться с нею. Боль-

ной человек чувствует себя очень плохо, не может заниматься привычными делами, поэтому все хотят оставаться здоровыми.

Здоровье – это такое состояние организма человека, при котором у него ничего не болит, он может работать долгое время без усталости, уверен в себе и в своих силах и не приносит вреда здоровью других людей.

- Так что же необходимо делать, чтобы не болеть простудными заболеваниями?

Разделить детей на 2 команды. Каждая команда получает 4 следа. Ваша задача сделать 4 шага к здоровью, написав необходимые меры профилактики на следах (на каждом следе 1 способ профилактики).

Обсуждение способов профилактики, предложенных командами. Дополнить ответы детей.

Например:

- закаливание, занятия спортом, подвижные игры на воздухе для поддержания здоровья;
- прививка от гриппа для стимулирования иммунной системы;
- ношение маски во время эпидемий для предотвращения попадания вируса в организм;
- проветривание помещений, регулярная влажная уборка для снижения концентрации вируса в воздухе;
- промывание верхних дыхательных путей морской водой или специальными препаратами для удаления вирусов из верхних дыхательных путей;
- правильное питание;
- соблюдение режима дня.

Также для профилактики простудных заболеваний можно проводить самомассаж активных точек:

- область носа и гайморовых пазух, располагается по краям крыльев носа, прямо над зубами-клыками, где обнаруживаются ямочки. Воздействие на данную зону приводит к улучшению носового дыхания, уменьшению воспаления слизистых оболочек уха, носа;

- область чуть ниже начала роста бровей. Точечный массаж данной зоны уменьшает боли в ушах при отите и в горле при ангине;

- область уха, находится на козелке уха – это небольшой хрящевой выступ на внешнем ухе, в передней части ушной раковины;

- располагается на кистях рук. Необходимо прижать друг к другу большой и указательный пальцы, зона находится на вершине образовавшегося между ними бугорка или складочки. Это общеукрепляющая зона.

Точечный массаж выполняется кончиком указательного или среднего пальца. В профилактических целях производится слабое надавливание. Затем производятся вращательные движения по часовой стрелке и против часовой стрелки - то в одну, то в другую сторону.

Сейчас мы с вами выполним самомассаж биологически активных зон кожи «Неболейка».

Чтобы горло не болело, мы его погладим смело. (Поглаживать ладонями шею мягкими движениями сверху вниз.)

Чтоб не кашлять, не чихать, надо носик растирать. (Указательными пальцами растирать крылья носа.)

Лоб мы тоже разотрём, ладошку держим козырьком. (Приложить ко лбу ладони «козырьком» и растирать его движениями в стороны – вместе.)

«Вилку» пальчиками сделай, массируй ушки ты умело! (Раздвинуть указательный и средний пальцы и растирать ушную зону.)

Знаем, знаем – да-да-да, нам простуда не страшна! (Потирать ладошки друг о друга.)

Вот мы с вами вспомнили, что необходимо делать, чтобы не заболеть простудными заболеваниями. Надеюсь, что вы будете выполнять все рекомендации по сохранению своего здоровья и не будете болеть.

«Правила личной гигиены»

Цели: воспитание культуры поведения.

Задачи:

- Развивать эстетический вкус; воспитывать аккуратность, чистоплотность, соблюдать гигиену.

- Сформировать у детей соблюдать личную гигиену.

- Обогащение детского словаря – дети должны узнать понятия: культуру поведения, личная гигиена.

- Прививать детям стремление одеваться соответственно гигиеническим требованиям, воспитывать культуру поведения.

- Здоровье – это первое богатство. Сохранить здоровье – это задача каждого человека. Гигиена – это раздел медицины, изучающий принципы сохранения здоровья; а также свод правил, мероприятий, направленных на поддержание чистоты, здоровья. Тема нашей сегодняшней минутки здоровья «Правила личной гигиены».

- Каждый человек обязан соблюдать личную гигиену, то есть сам обязан следить за чистотой своего тела и одежды. Ведь личная гигиена играет большую роль в общении с людьми. Быть чистым и опрятным – значит проявлять уважение к окружающим. Для поддержания личной гигиены большими помощниками являются зеркало, мыло, зубная щётка и другие предметы личной гигиены.

Тело человека на 80% состоит из воды. Если бы оно не было покрыто кожей, то вода быстро бы испарилась и человек не смог бы жить. Кожа человека также обладает водонепроницаемостью и не даёт воде попасть внутрь нашего организма. Представьте себе, что было бы с нами в ванне, если бы кожа впитывала воду!

- Кожа также защищает наш организм от проникновения микробов и регулирует температуру тела. Когда нам жарко – выделяется пот, который охлаждает тело, а кровеносные сосуды расширяются и поднимаются ближе к поверхности кожи, и наше тело краснеет, а когда холодно – кровеносные сосуды сжимаются, чтобы сохранить тепло. Когда мы боеем и повышается температура, то мы потеем сильнее.

- И это хорошо, так как с потом из тела выходят вредные для организма микробы. В благодарность за свою работу кожа требует ухода за собой. Уход этот заключается в очищении кожи, чтобы она могла исправно выполнять свои функции. Таким образом, вода для нашего тела – первый друг. А еще с грязным и неаккуратно одетым человеком мало кто хочет общаться. Многие мальчики думают, что зеркало нужно только девочкам. А вот и ошибаются. Ведь посмотрев на себя в зеркало, сразу узнаешь, как ты выглядишь – причесаны ли волосы, чистые ли лицо и одежда.

При этом необходимо помнить: мальчик или девочка, часто заглядывающие в зеркало, выглядят не очень красиво. Кстати, неопрятного человека можно узнать по ушам. Если они грязные, то другие люди обязательно обратят на это внимание. Так что не жалейте воды на мытьё не только ушей, но и всего тела.

- Один раз в неделю необходимо подстригать ногти на руках и ногах. Кстати, особая забота должна быть о ногах – их надо мыть каждый день и часто менять носки. Как вы думаете, почему категорически запрещается пользоваться чужой расчёской или зубной щеткой? (ответы детей).

1 ребенок:

Что такое чистым быть?

Что такое чистым быть?

Руки чаще с мылом мыть,

Грязь убрать из-под ногтей, да постричь их поскорей;

Умываюсь по утрам да еще по вечерам.

Чисто вымою я уши – будут уши лучше слушать.

Отчего блестят глаза?

С мылом умывался я.

Дружат волосы с расческой: хороша моя прическа!

И. Курочкина

- Воспитанный человек никогда не оставит после себя мусор или грязь в классе, в школе и в других общественных местах, тем более в туалете или

ванной комнате. Обувь тоже любит чистоту и порядок. Придя с улицы – приведите в порядок обувь – протрите ее и почистите кремом. Нельзя надевать чужую обувь. На речке или в парке, когда вы ходите босиком, надо быть крайне внимательным, чтобы не поранить ноги о куски стекла или шипы растений. При этом если вы увидели битое стекло, обязательно соберите его и унесите в специально отведенное для мусора место. В кармане у каждого из нас всегда должен быть чистый и аккуратно сложенный носовой платок. Он может понадобиться при кашле, чтобы вытереть нос, руки или лицо.

- А сейчас вам такое задание: приведите не менее пяти доводов, почему нельзя пользоваться грязным носовым платком (ответы детей).

- Внешний вид – это то, что сразу же бросается в глаза. Внешний вид может сказать о человеке очень многое. С опрятно одетым человеком всегда приятно общаться, а с грязными и неаккуратными никто не хочет сидеть рядом, играть и общаться. Одежда защищает человека от холода, делает его более привлекательным, влияет на его настроение. По одежде составляется первое впечатление о человеке. В красивой, опрятной и удобной одежде мы чувствуем себя более уверенно.

- За состоянием одежды надо следить и беречь ее. Одежда должна быть чистой, выглаженной, без дырок и пятен. Нет такой одежды, которая бы годилась для всех случаев жизни. Любая одежда надевается по определенному поводу или для определенного занятия. Для занятия спортом одежда должна быть легкой и свободной, чтобы в ней не было жарко. И, конечно же, после занятий ее нужно снять и принять душ. В театр или в кино воспитанный человек в спортивном костюме не пойдет. А как вы будете выглядеть, если выйдете гулять во двор в костюме с галстуком-бабочкой на шее? О человеке, умеющем красиво одеваться, можно сказать – у него есть вкус. Это значит, что он умеет правильно подобрать одежду для любого случая.

- А сейчас я предлагаю вам отгадать загадки:

1. Плещет теплая волна

В берегах из чугуна.

Отгадайте, вспомните:

Что за море в комнате?

Ответ: Ванна

2. Дождик теплый и густой,

Этот дождик не простой:

Он без туч, без облаков

Целый день идти готов.

Ответ: Душ

3. Стоит Парашка –

Держит чашку,

Голову склонила,

Носик опустила,

А из носика струится

В чашку чистая водица.

Ответ: Умывальник

4. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне –

Пусть отмоет руки мне.

Ответ: Мыло

5. Резинка Акулинка

Пошла гулять по спинке.

И пока она гуляла,

Спинка розовою стала.

Ответ: Губка

6. Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит.

Ответ: Зубная щетка

7. В пещеру затекла,
По ручью выходит –
Со стен все выводит.

Ответ: Зубная паста

8. Вафельное и полосатое,
Ворсистое и мохнатое,
Всегда под рукою –
Что это такое?

Ответ: Полотенце

9. Зубастая пила
В лес густой пошла.
Весь лес обходила,
Ничего не спилила.

Ответ: Расческа

10. Лег в карман и караулю –
Реву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слез,
Не забуду и про нос.

Ответ: Носовой платок

11. Там, где губка не осилит,
Не домоет, не домылит,
На себя я труд беру:
Пятки, локти с мылом тру,
И коленки оттираю,
Ничего не забываю.

Ответ: Мочалка

- Давайте с вами повторим, о чем мы сегодня говорили и что нового узнали.

1. Что значит быть красивым и привлекательным?

2. Вы согласны с утверждением, что вода приносит нам бодрость, здоровье и хорошее отношение окружающих?

3. Объясните высказывания: «Духи и одеколон после, а не вместо мытья».

4. Объясните выражение: «Одежда и внешний вид должны соответствовать обстановке и предстоящим занятиям».

5. А где у вас хранится школьная форма?

6. А вы сами умеете чистить обувь, пришивать пуговицы, стирать мелкие вещи?

(Надпись на доске)

Я считаю себя опрятным и аккуратным. Значит, я:

1. Хожу всегда в чистой и выглаженной одежде.

2. Дома переодеваюсь в домашнюю одежду, а школьную форму аккуратно вешаю в шкаф.

3. Уходя из дому, всегда посмотрю на себя в зеркало – все ли у меня в порядке с внешним видом.

4. Всегда ношу в кармане чистый носовой платок.

5. Бережно отношусь к своей одежде и обуви; если надо, могу пришить пуговицу, выстирать носовой платок и носки.

- Я знаю, что соблюдать гигиену – это значит: ежедневно умываться, чистить зубы утром и перед сном, часто принимать душ и один раз в неделю мыться в бане или в ванной. После прихода с улицы обязательно вымыть руки. Не реже одного раза в месяц посещать парикмахерскую или подстригаться дома.

И в заключении послушайте отрывок из стихотворения:

Чистота – залог здоровья,

Чистота нужна везде:

Дома, в школе, на работе,

И на суше, и в воде.

Руки с мылом надо мыть,

Чтоб здоровенькими быть.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать.
Всякий раз, когда едим,
О здоровье думаем:
Мне не нужен жирный крем,
Лучше я морковку съем.
Физкультурой занимайся,
Чтоб здоровье сохранять,
И от лени постарайся
Побыстрее убежать.
От простой воды и мыла
У микробов тают силы.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать.
- Будьте здоровы и соблюдайте правила личной гигиены.

«Безопасный интернет»

Цель: Познакомить детей с опасностями, которые подстерегают их в Интернете и помочь избежать эти опасности.

Подготовительная работа: руководитель проводит опрос по вопросам:

- У вас на домашнем компьютере установлен Интернет?
- Что вам больше всего нравится в Интернете?
- Как ваши родители воспринимают ваши занятия в Интернете?

Оборудование: компьютер, памятка детям.

- Сегодня мы поговорим на очень важную для всех нас тему.

Я вам загадываю загадки, а вы отвечаете.

1. Что за чудо-агрегат

Может делать все подряд –

Петь, играть, читать, считать,

Самым лучшим другом стать? (Компьютер.)

2. Не зверушка, не летаешь, а по коврику скользишь

И курсором управляешь.

Ты – компьютерная... (мышь).

3. Сетевая паутина оплела весь белый свет,

Не пройти детишкам мимо.

Что же это? (Интернет).

- Так о чем мы будем говорить? О компьютере, интернете, безопасности в интернете.

Что такое интернет?

Он рисует, он считает,

Проектирует заводы,

Даже в космос он летает,

И дает прогноз погоды.

Миллионы вычислений

Может сделать за минуту.

Догадайтесь, что за гений?

Ну, конечно же – компьютер!

3. Работа по теме.

- Еще несколько десятков лет назад компьютер был диковинкой, а сегодня он стал доступен обычной семье.

- Ребята у кого дома есть компьютер? Кто им пользуется?

- А как вы пользуетесь компьютером? (Слушаем музыку, играем, выполняем задания, готовим сообщения).

Каждое современное предприятие внедряет компьютерные технологии в производственный процесс.

- Ребята, где вы видели компьютер? (В школе, банках, магазинах, поликлинике, на работе у родителей)

Интернет – обширная информационная система, которая стала наиболее важным изобретением в истории человечества. Хотя сеть интернет по-

строена на основе компьютеров, программ и линий связи, в действительности она представляет собой систему взаимодействия людей и информации. Это всемирная электронная сеть информации, которая соединяет всех владельцев компьютеров, подключенных к этой сети. Сеть Интернет представляет собой информационную систему связи общего назначения. Получив доступ к сети, можно сделать многое. При помощи Интернета можно связаться с человеком, который находится, на другом конце света. В Интернете собрана информация со всего мира.

4. Анкета для детей.

1. Есть ли у тебя компьютер?
2. Есть ли у тебя доступ к сети Интернет?
3. Как ты считаешь – опасен Интернет или нет?
4. Чем занимаешься в Интернете?
5. Встречал ли ты когда-нибудь угрозы в сети Интернет?
5. Сказка «Колобок и Интернет».

«Жили-были старик со старухой. Испекла старуха колобок и поставила его остывать. Осмотрелся колобок, а перед ним стоит компьютер. Наскучило ему без движения лежать. Скатился он с окна на лавку, с лавки на компьютер и попал в виртуальный лес. Не знал колобок об опасностях, которые могут подстерегать в Интернет сети. Катится Колобок по виртуальному лесу, а Интернет паутина все сильнее и сильнее затягивает его в свои коварные сети. И встретились ему на дороге Заяц с вирусами, Серый Волк разбойник со стрелялками – убивалками, Медведь купец с товарами всевозможными, Лиса – Краса выведывающая домашние адреса. Обступили они Колобка, деться ему некуда.

А в это время пришел к старику со старухой внук Миша, ученик 2 класса, он знал правила поведения в сети Интернет. Увидел Миша, что Колобок попал в беду и пришел ему на помощь. Удалил он все опасные ссылки, вызволил он Колобка из виртуального леса. Обрадовался Колобок и пообещал, что выучит правила безопасного путешествия по Интернет лесу».

- Всегда помни свое Интернет имя (E-mail, логин, пароли), не регистрируйся везде без надобности!

- Не поддавайся ярким рекламам-указателям!

- Чтобы не забыть тропинку назад и вернуться вовремя, бери с собой Клубок волшебный (заводи себе будильник, садясь за компьютер)!

- Если хочешь дружить с другими, изучай полезные социальные сервисы!

- Не забывай обновлять антивирусную программу!

- Не скачивай нелицензионные программные продукты!

6. Дидактическая игра «Собери рукопожатия».

Детям предлагается в течение 10 секунд пожать руки как можно большего числа других людей.

- Кому сколько человек удалось поприветствовать? У кого-то возник дискомфорт? Если – да, то чем он был вызван?

- Общаясь в Интернете, мы очень часто добавляем незнакомых людей в свои социальные сети и общаемся с ними. Мы не знаем про них ничего,

- Как много информации про человека мы можем узнать от рукопожатия? Как сделать работу в сети безопасной?

Памятка по безопасному поведению в Интернете

- Никогда не сообщайте свои имя, номер телефона, адрес проживания или учебы, пароли или номера кредитных карт, любимые места отдыха или проведения досуга.

- Используйте нейтральное экранное имя.

- Если вас что-то пугает в работе компьютера, немедленно выключите его. Расскажите об этом родителям или другим взрослым.

- Всегда сообщайте взрослым обо всех случаях в Интернете, которые вызвали у вас смущение или тревогу.

- Никогда не соглашайтесь на личную встречу с людьми, с которыми вы познакомились в Интернете. О подобных предложениях немедленно расскажите родителям.

7. Закрепление материала.

1. Какую информацию нельзя разглашать в Интернете? (Свои увлечения, домашний адрес)

2. Чем опасен интернет? (Личная информация может быть использована кем угодно в разных целях.)

3. Виртуальный собеседник предлагает встретиться, как следует поступить? (Посоветоваться с родителями и ничего не предпринимать без их согласия).

8. Вывод:

- Помните, Интернет может быть прекрасным и полезным средством для обучения, отдыха или общения с друзьями. Но – как и реальный мир – Сеть тоже может быть опасна!

«Хорошее настроение»

Сейчас будем говорить о настроении. Что же такое настроение? Да, вы правы, настроение – это душевное состояние человека. Оно может быть разным: спокойным, радостным и грустным.

Иногда мы чувствуем себя очень плохо, даже отвратительно. То, что происходит с нами, напоминает что-то неприятное и мрачное. И тогда настроение похоже на мутную лужу в плохую погоду.

Иногда настроение похоже на праздничный салют – яркое, как разноцветные искорки, а мир вокруг кажется таким разноцветным, как вода в этом стакане. В такие моменты у нас замечательное настроение!

Но настроение не всегда похоже на салют, иногда оно как озеро в хорошую, летнюю погоду – спокойное, тихое и очень-очень светлое. Тогда мы чувствуем себя хорошо и уверенно. В это время настроение похоже на чистую воду.

Ребята, давайте поиграем в игру «Передавалки». Будем передавать друг другу разное настроение. Я передаю своему соседу справа – улыбку, ты передаешь улыбку следующему.

Передай улыбку соседу (по кругу).

Передай «сердилку» (сердитое выражение лица).

Передай «испуг».

Передай «страшилку».

Передай «смешилку».

Упражнение «Причины плохого настроения».

Ребята, также как погода в природе, наше настроение может меняться. От чего же портится наше настроение? Попробуйте рассказать, от чего может испортиться настроение.

Вот послушайте интересное стихотворение (звучит стихотворение М. Щеловановой):

Какое сегодня утро?

Сегодня плохое утро!!

Сегодня скучное утро!!

И, кажется, будет дождь...

Почему же плохое утро?

Сегодня хорошее утро!!

Сегодня веселое утро!!

И тучи уходят прочь!!

Нужно ли ждать, когда пройдет плохое настроение? А вы знаете, что улучшает наше настроение? Подумайте и скажите, что помогает улучшить настроение. Следуют ответы ребят. Так давайте всегда будем помнить о том, что мы сами создаем свое настроение на весь день.

Минутка здоровья спортсмена

Режим питания

Для ребенка-спортсмена важно не только калорийное и качественное питание, но и время приема пищи. Питание спортсмена должно быть дробным: 3–4 раза за день, небольшими порциями. Рекомендовано обязательно употреблять горячие блюда (супы, вторые блюда и горячее питье). Между

основными потреблениями пищи рекомендуются перекусы в виде фруктов (персики, сливы, бананы), дыни, йогурта, бутерброда с сыром. Перерыв между приемом пищи должен быть не более 5 часов. Не допускать тренировок натощак. Принимать пищу следует за 3,5 часа до участия в соревновании. После тренировки разрешается прием пищи спустя 20 минут. Юные спортсмены должны получать на завтрак около 30 % суточного количества калорий, в обед – 35 %, полдник – около 10 % и на ужин – около 25 %. Возможно разделение приема пищи на второй завтрак или второй ужин.

Организация питания юного спортсмена

Следует правильно совмещать пищевую активность и физические нагрузки у ребенка, чтобы не нанести вред здоровью.

Питание перед тренировкой и соревнованием:

Ребенка надо покормить за 3-4 часа до их начала или – в крайнем случае – он может перекусить за 1 или 2 часа (бутерброды, фрукты). Предпочтительно в это время употреблять сложные углеводы (указаны в статье выше), они достаточно быстро усваиваются и дадут ребенку энергию. Продукты с большим содержанием белков и жиров необходимо ограничить, т. к. для их усвоения нужно много времени. При физической нагрузке они могут вызвать тошноту и боль в области желудка. За 1-1,5 ч. и за 15 мин. до начала тренировки ребенку желательно выпивать по 1 стакану воды. Не нужно давать ребенку сок, компот или другие сладкие напитки – они могут спровоцировать появление тошноты или боли во время тренировки.

Питание во время соревнования или тренировки:

Если тренировка или соревнование длятся больше часа, то в перерыве надо дать ребенку банан, яблоко для пополнения энергии. Не нужно предлагать йогурт, поскольку молочные продукты снижают возможность мобилизации внутренних резервов организма. Напомнить и предложить ребенку пить. Подойдет вода или разбавленный наполовину водой фруктовый сок.

Питание после соревнования и тренировки:

Следует покормить ребенка сразу после возвращения домой. Пища должна содержать преимущественно углеводы и белки для восстановления сил и энергии, помогать компенсировать энергозатраты. Такими блюдами могут быть мясо птицы с овощами и рисом или с макаронами. После основного блюда ребенку надо предложить фрукты. Для пополнения запаса жидкости в организме после соревнования (тренировки) маленький спортсмен должен выпить в зависимости от возраста 0,5-0,75 л воды. Можно пить также молоко, йогурт, соки.

Правильное питание обеспечивает не только нормальный обмен веществ в организме, но и существенно влияет на иммунную систему, сопротивляемость инфекциям, повышает выносливость и работоспособность ребенка. От характера питания зависит не только физическое, но и нервно-психическое развитие детей. Затраты энергии у маленьких спортсменов выше в связи с двигательной активностью, к тому же они неравномерны по интенсивности и сочетаются с нервно-психическим напряжением. Питание ребенка, занимающегося спортом, должно не только соответствовать возрастным потребностям, но и покрывать эти дополнительные энергозатраты. Во всем мире отмечается новое биологическое явление – акселерация – более быстрое физическое развитие детей, одним из условий которого является полноценное питание. За период учебы в школе организм ребенка претерпевает значительные изменения: Увеличивается рост и масса тела; развиваются внутренние органы: увеличиваются объем сердца, жизненная емкость легких, вместимость желудка, растет печень, развивается головной мозг, растет и окостеневает скелет, меняется состав и качество крови, нарастает мышечная масса. Все эти процессы требуют высокого уровня обмена веществ и минералов, т. е. сбалансированного питания. В зависимости от возраста школьник должен получать от 1500 ккал до 2500 ккал в сутки. Для детей-спортсменов эта потребность выше в зависимости от вида спорта и интенсивности тренировок.

«Осторожное солнышко»

Цель: познакомить детей с солнцем как источником тепла и света, определить влияние солнца на человека, сформулировать правила приема солнечных ванн, стремление к ЗОЖ.

1. Загадка: Что на свете расцветает и теплом всех согревает? (солнце)

Правильно. Солнце – главный источник тепла и света. Свечка, фонарик, электрическая лампочка. Ребята, объясните, какая взаимосвязь между этими предметами и солнцем. (Дети вспоминают и отвечают, что эти предметы, как и солнце, источники света.)

Давайте порассуждаем о том, что было бы, если б солнца не стало.

Мы сказали, что от солнца светло, значит, если не будет солнышка, все погрузится в темноту и жизнь на Земле угаснет.

Солнце еще и греет.

И мы с вами знаем, что солнце нагревает предметы.

Поверхность Земли нагревают солнечные лучи, а от них уже нагревается воздух. Когда греет солнце, то тает снег, растет трава, появляются листья на деревьях, весело щебечет птицы – все радуются лучам солнца.

Сделаем глубокий вдох. Воздух чистый, свежий – дышится легко. Откуда такой «вкусный воздух»?

Спасибо за свежий воздух мы должны сказать растениям и солнцу.

Зеленые растения без солнечных лучей не смогли бы очищать воздух.

Солнце дарит тепло и жизнь всему миру. Оно – наш главный друг. Его свет несет людям радость, здоровье и красоту. Когда мы находимся на солнце, наш организм получает витамин «Д».

Витамин «Д» делает наши ноги и руки крепкими. Но солнце бывает и жестоким. От его жгучих лучей высыхают реки и озера, гибнет рыба, жухнет трава. Солнце может не только обласкать, но и обжечь. С ним надо быть осторожней! Если с утра до вечера бегать раздетым по пляжу, кожа начнет краснеть, что приведет к ожогам.

Признаки солнечных ожогов: покраснение кожи, воспаление, головная боль.

Первая помощь: смазывание ожога специальным кремом.

Находясь, долгое время на солнце без головного убора можно получить солнечный удар или потерять сознание.

Поэтому всегда нужно носить панамку, косынку или лучше шляпку. Что может случиться при солнечном ударе, это: повышение температуры, тошнота, головокружение.

При солнечном ударе нужно: отвести человека в тень, положить на голову холодное полотенце, дать выпить побольше воды. Чтобы солнце не нанесло вред нашему организму, мы должны, внимательно относиться к солнечным ваннам.

Лучше загорать утром и обязательно в головном уборе.

«Стоп COVID-19! ». Что надо знать о коронавирусе?»



Что такое коронавирусы?

Коронавирусы – это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в легкой форме, не вызывая тяжелой симптоматики.

Однако, бывают и тяжелые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжелый острый респираторный синдром (Sars).

Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?

- Чувство усталости
- Затрудненное дыхание
- Высокая температура
- Кашель и / или боль в горле

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:

1. Вы посещали в последние две недели зоны повышенного риска (Китай, Италию и другие страны, в которых зафиксированы случаи коронавируса)?

2. Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели зоны повышенного риска?

3. Если ответ на эти вопросы положителен – к симптомам следует относиться максимально внимательно.

Как передается коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает.

Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например, дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязненными руками рта, носа или глаз.

Изначально, вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал рынок морепродуктов в Ухани, где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными, как сурки, змеи и летучие мыши.

Как защитить себя от заражения?

1. Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, – это поддерживать чистоту рук и поверхностей.

2. Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.

3. Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно совершаются нами в среднем 15 раз в час).

4. Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.

5. Всегда мойте руки перед едой.

6. Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.

7. Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

8. Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.

9. Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.

10. На работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).

Как правильно носить медицинскую маску?

1. Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите ее, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.
2. Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки.
3. После того, как маска станет влажной или загрязненной, наденьте новую чистую и сухую маску.
4. Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

Памятка «Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции»

Вирусы гриппа и коронавирусной инфекции вызывают у человека респираторные заболевания разной тяжести. Симптомы заболевания аналогичны симптомам обычного (сезонного) гриппа. Тяжесть заболевания зависит от целого ряда факторов, в том числе от общего состояния организма и возраста.

Предрасположены к заболеванию: пожилые люди, маленькие дети, беременные женщины и люди, страдающие хроническими заболеваниями (астмой, диабетом, сердечно-сосудистыми заболеваниями), и с ослабленным иммунитетом.

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук – это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно - капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и корона-вирус распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ СПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за различной пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

КАКОВЫ СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ: высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Вызовите врача.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

Часто проветривайте помещение.

Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).

Ухаживать за больным должен только один член семьи.

«Смех здоровье бережет!»

Знаете ли Вы? Что смех - лучшее лекарство? Улыбка на лице и хороший добрый смех - признак здоровья, ума, бодрости и жизнелюбия.

Девять поводов посмеяться от души:

1. Смех помогает и детям, и взрослым бороться со страхами. Кто-то из великих сказал: «То, что стало смешным, уже не может быть страшным». Поэтому, если кто-то или что-то вызывает у вас страх, дорисуйте в своем воображении ему огромные уши или длинный нос. Уверяю вас, эффект не заставит себя долго ждать.

2. Смех лечит, повышает иммунитет и продлевает жизнь. Учёные, психологи, медики давно сошлись во мнении, что веселые люди быстрее выздоравливают и дольше живут. Смех повышает уровень антител, влияющих на сопротивляемость организма к различным заболеваниям. Он облегчает головные и сердечные боли, стабилизирует давление. Причем, это лекарство не имеет противопоказаний и абсолютно бесплатное.

3. Смех против стресса и депрессии. Смех, что называется «от души», снимает напряжение, дает возможность сбросить негативные эмоции, обеспечивает нам хорошее настроение.

4. Смех объединяет, помогает найти друзей, наладить контакт с людьми. Если при общении возникла неловкая пауза, иногда достаточно просто улыбнуться или отпустить уместную шутку, чтобы разрядить обстановку.

5. Смех продлевает молодость. Есть даже поговорка в тему: чем больше для смеха причин, тем меньше будет на лице морщин.

6. И, внимание, для тех, кто хочет красивый пресс! Смех улучшает дыхание, очищает легкие, заставляет нас двигаться. Во время смеха развивается диафрагма, тренируются мышцы пресса.

7. Смех или улыбка – лучшая защита от зависти, злобы и плохой энергетики. Японская пословица гласит: «Сильнейший тот, кто улыбается». Так что не спешите в ответ на агрессию отвечать тем же. Иногда лучше улыбнуться и повернуться к оппоненту спиной. Пусть все плохое, что он посылает вам, с ним же и остается. Вы же получаете в ответ только то, что излучаете сами.

8. Смех улучшает работу головного мозга и повышает работоспособность.

9. Смех помогает похудеть. Это так называемая «внутренняя аэробика». Когда человек хохочет, заливаясь смехом, улучшается кровообращение, организм обогащается кислородом, активизируются обменные процессы и лишние калории сжигаются быстрее.

* Человек появляется на свет с врожденной способностью улыбаться. Считается, что первая осознанная улыбка появляется у младенца к концу первого месяца жизни, как проявление потребности в общении.

* Дети смеются чаще взрослых. Они искренние, непосредственные и не умеют скрывать свои эмоции. Для них улыбка, смех – это естественное проявление беззаботности.

* Ученые подсчитали: если человек смеётся не менее 20 минут в день, то продлевает себе жизнь на один год.

* Человек может смеяться без остановки не более одного часа.

* Женщины улыбаются и смеются в голос чаще мужчин.

* Из животных умеют смеяться обезьяны и крысы, для этого достаточно их пощекотать. Интересные факты о смехе...

* Одна минута здорового смеха обеспечивает расслабление всего организма на последующие сорок минут.

* Оказывается, в мозгу, в правом полушарии, находится «центр смеха». На Западе даже есть клиники, где практикуют смехотерапию – лечение смехом. Так что, смейтесь на здоровье, а повод всегда найдётся: то Саша Вишневский в багажнике едет, то...

Доказано, что человек, который смеется, легко решает жизненные проблемы, отличается щедростью и готовностью прийти на помощь. А вот хмурость и не улыбочивость влекут за собой противоположный эффект. Подсчитано, что шестилетний ребенок улыбается и смеется примерно 300 раз в день, а вот взрослые, к сожалению, делают это гораздо реже. Эксперты утверждают, что людям жизненно необходимы десять минут смеха ежедневно, причем женщина должна смеяться 13-16 раз, а мужчина – не менее 17 раз в сутки.

Улыбнитесь утром своему отражению в зеркале, улыбайтесь днем и вечером знакомым и незнакомым людям – и вы будете здоровы как телом, так и душой! «Идите, по жизни смеясь!»

«Жить здоровым, жить активно – это стильно, позитивно!»

Советы доктора Воды

1. Раз в неделю мойся основательно.
2. Утром, после сна, мой руки, лицо, шею, уши.
3. Каждый день мой ноги и руки перед сном.
4. Обязательно мой руки после уборки комнаты, туалета, игр, прогулки, общения с животными, работы на огороде, поездки в транспорте.
5. Ежедневно проветривай комнату и делай в ней влажную уборку.
6. Пользуйся только своими одеждой, обувью, расческой и другими предметами туалета.

Как надо правильно мыть руки?

1. Сильно намочите руки.
2. Пользуйтесь мылом.
3. Намыливайте руки с обеих сторон.
4. Намыливайте руки между пальцами.
5. Полощите руки чистой водой.
6. Вытирайте руки насухо полотенцем. Полотенце расправить и положить на одну руку. Тщательно вытирать полотенцем каждый палец второй руки. То же повторить с первой рукой.

Доктор Красивые руки и ног

Пальцы рук связаны с мозгом и внутренними органами. Массаж большого пальца повышает деятельность головного мозга, указательного – улучшает работу желудка, среднего – кишечника и позвоночника, безымянного – печени, мизинец помогает работе сердца. То же самое и со стопами.

Как беречь ноги

1. Содержать их в чистоте.
2. Носить удобную обувь.
3. При плоскостопии – выполнять специальные упражнения (катать валик, ходить босиком), делать массаж стопы и др.)

Уход за ногтями

Ногти защищают кончики пальцев от травм. Но они могут стать и вредными для человека, если их отращивать и не соблюдать чистоту. Тогда под ногтями может скапливаться большое количество болезнетворных микробов. Ногти следует регулярно стричь. На руках раз в неделю, на ногах – раз в 2-3 недели (растут медленнее). Перед процедурой рекомендуется подержать кисти и стопы в теплой мыльной воде. Ногти размягчаются. Образующиеся порой возле ногтя заусеницы следует регулярно срезать, а места, где они были, смазывать одеколоном. Срез ногтя должен быть полукруглым. Если ногти обрезать неправильно, острые края могут врасти в кожу и вызвать боль и воспаление.

Доктор Здоровая кожа

Оздоровительная минутка «Солнышко»

Закройте глаза, вытяните руки. Представьте, что на ладонках лежат маленькие солнышки. Через пальчики, как лучики солнышка, идет тепло по всей руке. Руки успокоились, отдыхают. Переключаем внимание на ноги. Солнечные лучики согревают стопы, пальцы ног. Усталость проходит, мышцы отдыхают. (Обращаем внимание детей на дыхание.) Представьте живот как шарик или мячик. На вдохе мячик слегка поднимается, на выдохе опускается.

кается, дыхание успокаивается, становится плавным, равномерным. Улыбнитесь друг другу, скажите добрые слова.

Правила ухода за кожей

1. Каждую неделю мыть тело горячей водой с мылом.
2. Мыть руки каждый день после загрязнения.
3. Охранять кожу от ожогов, порезов, ушибов.
4. Носить свободную одежду и обувь.
5. Закаляться (обтирания, душ).

Доктор Здоровый сон

Спи, мой маленький котенок,

Так же сладко, как мышонок.

Пусть тебе приснится рыбка.

Ее нежная улыбка.

Спи, любимый мой щенок,

Отдохни хотя б часок.

А я рядом посижу,

Потребность во сне у людей различная в разном возрасте.

Детям 6-8 лет рекомендуется спать 11-11,5 часа, ложиться спать в 20-21 час. Но главное - самочувствие: если человек встает после сна бодрым, не испытывает сонливости, значит, продолжительность сна достаточная. Человек спит треть жизни, около 25 лет.

ПЛОХО

1. Перед сном много пить, есть.
2. Смотреть страшные фильмы.
3. Слушать громкую музыку.
4. Физически напрягаться.
5. Играть в шумные игры.

Доктор ЗОЖ

Задумывались вы над тем, сколько времени вы сидите, лежите много ли двигаетесь? Все это составляющие здорового образа жизни. В понятие здорового образа жизни входят:

- отказ от вредных привычек (курение, употребление мучного и сладкого в больших количествах и т. д.);
- двигательный режим (подвижные игры на воздухе во время перемен и после уроков, зарядка по утрам, физкультминутки на уроках и т. д.);
- правильное питание;
- закаливание;
- выполнение правил личной гигиены;
- «хорошее настроение».

Соблюдение правил здорового образа жизни укрепляет здоровье и воспитывает волю и характер человека. Древнее китайское изречение гласит: «Мудрый человек предотвращает болезни, а не лечит их».

Лучше будь активным и здоровым, чем пассивным и больным!

Лучше идти по жизни с улыбкой, чем с гримасой боли!

Изучай спортивные достижения других и сам становись сильным и непобедимым!

Сохраняй данное тебе природой здоровье!

Борись с собой, своей ленью и своими недугами!

Знакомься со спортивными достижениями других и сам станешь сильнее!

ПРАВИЛА НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

1. Не тревожиться о завтрашнем дне.
2. Не волноваться и не сердиться.
3. Каждый день — новая жизнь.
4. Владеть своими мыслями и поступками.
5. Принимайте свою семью и окружающих такими, какие они есть.

6. Не быть лентяйкой по отношению к себе, к своему организму, именно сегодня и каждый день заниматься зарядкой, своим телом, наладить правильное питание, избегая всего, что приносит вред своему здоровью.

7. Делать только полезное, хорошее для себя, родных, близких, друзей, просто для людей.

8. Выглядеть как можно лучше, моложе, разговаривать тихим голосом и любезно вести себя, быть щедрой на похвалы.

9. Разумно сочетать работу с отдыхом. Не перенапрягаться и не спешить, хотя бы полчаса провести в покое и одиночестве, постараться расслабиться.

10. Больше наслаждаться красотой, любить и верить, что те, которых ты любишь, любят тебя.

Минутки безопасности

«Что такое хорошо и что такое плохо» (профилактика правонарушений)

Цель: Формировать у воспитанников нравственные ценностные ориентации, способность формулировать нравственные суждения.

Задачи: 1. Дать понимание того, что добро может проявляться только в действии;

2. Научить детей давать нравственную самооценку поступкам, показывать, с каких позиций можно оценивать поступки окружающих;

3. Развитие нравственных качеств (доброты, внимательности, вежливости и т.д.).

Ход занятия:

Вступительное слово: Мы живем на огромной планете Земля. На нашей планете очень красивая природа, множество самых разнообразных животных, и, конечно, на ней живут очень разные люди.

И все бы было хорошо на нашей планете, если бы рядом не поселились добро и зло.

- Что такое добро? (хорошее отношение, помощь всему нас окружающему)

- Что такое зло? (плохое отношение, причинение вреда и боли всем, кто нас окружает)

Сегодня мы будем говорить о доброте, внимательности ко всем, кто нас окружает и о добрых делах, учиться анализировать, оценивать свои поступки и поступки других.

Тема нашей беседы – «Что такое хорошо и что такое плохо». Вам знакомо это название? Вспомните, о чем говорится в стихотворении В. Маяковского?

Основная часть:

В стихотворении В. Маяковского рассмотрены различные ситуации. Ежедневно мы совершаем какие-то поступки, сталкиваемся с различными ситуациями.

Практическое задание: Проанализируйте ситуации

- Гуляя на школьном дворе, вы нашли рукавичку. Как вы поступите?
- Если вы видите, что у вашего одноклассника не получается домашнее задание. Как вы поступите?

В народе говорят, что о человеке судят не по словам и одежде, а по его делам.

Практическое задание: читая сказки, вы можете сказать добрый это герой или злой. Как вы это определяете? Я буду называть сказочных героев, а вы отвечать, добрый он или злой (если добрый – просто сидим, если злой – закрываем лицо ладошками).

Мальвина

Гуси-лебеди

Мороз Иванович

Золушка

Баба-Яга

Красная Шапочка

Лиса Патрикеевна

Золотая рыбка

Муха-цокотуха

Оценивать поступки других всегда намного легче, чем свои собственные, так как нам кажется, что ничего плохого мы не делаем. Вы можете сказать о себе добрый вы человек или злой? А как это проверить?

Практическое задание: Вспомните, как прошел день. Сколько дел вы успели сделать? Каких было больше, хороших или плохих? На листке бумаге отметьте свои добрые дела и не очень хорошие.

За плохие поступки, дела вас ругают, бывает, даже наказывают. А за хорошие дела? (благодарят, хвалят)

Слова благодарности относятся к вежливым (волшебным) словам. Давайте вспомним эти слова.

Практическое задание: игра «Цветик-семицветик».

Волшебные слова знакомы всем, но мы очень часто забываем их говорить. А ведь они также необходимы человеку, как и добрые дела.

Знаете, добрых дел никогда не бывает слишком много, а еще в народе говорят «спешите делать добро». Давайте и мы поторопимся...

Сделайте доброе дело – подарите нашим гостям календарики. Календарь на 2021 год – это не только подарок, но и очень нужная вещь.

Практическое задание: Перед вами закладки из цветной бумаги. Необходимо их доделать – приклеить разноцветные квадратики. Проверьте, все ли есть у вас для работы? Перед работой напоминаю вам пословицу – «Поспешись – людей насмешись». Не торопитесь, работайте аккуратно.

Заключительная часть:

Нужно ли быть добрым? Легко ли быть добрым? Может ли измениться злой человек и стать добрым?

Несмотря на то, что вы еще дети и впереди у вас длинная жизнь, всегда помните о том, что о человеке судят по его поступкам. Прежде, чем захотите сделать что-то нехорошее, подумайте, нужно ли это делать. А вот добрые дела совершайте не задумываясь. Ведь добро – это здорово!

«Минутки ПДД»

1. Почему надо переходить улицу на перекрестках или на пешеходных переходах?

Ответ: Водитель транспорта знает, что, согласно ПДД, переход проезжей части в этих местах разрешен. Взаимное внимание там больше, и при необходимости водитель снижает скорость или останавливает машину, чтобы пропустить пешеходов. Пешеход, который переходит проезжую часть в не-

установленном месте, может своим неправильным поведением создать опасную обстановку и мешать общему движению. Часто такое поведение пешехода было причиной дорожного происшествия.

2. Почему нельзя переходить улицу на красный или желтый сигнал светофора?

Ответ: Если для пешехода горит красный сигнал, то для транспорта горит зеленый. Обычно в местах, где движение регулируется, транспортных средств много, движение очень интенсивное. Каждый водитель, приближаясь к перекрестку, старается быстрее проехать его (за исключением тех, кто совершает повороты. Они должны пропустить пешеходов). Сигналы светофора быстро меняются. Меньше всего горит желтый, который является переходным и не разрешает начинать переход проезжей части.

3. Почему опасно перебегать проезжую часть?

Ответ: Когда человек бежит, он не может сконцентрировать внимание на все окружающее. Даже безопасная обстановка может за долю секунды измениться и стать опасной, так что человек, который бежит, не заметит это. Когда бежишь, можно столкнуться и упасть, особенно если дорога неровная.

4. Как видит водитель пассажиров автобуса?

Ответ: Водитель автобуса наблюдает за посадкой и высадкой пассажиров с помощью специальных зеркал. Зеркала прикреплены снаружи автобуса и в кабине водителя. За посадкой пассажиров с передней двери водитель наблюдает через стекло кабины. Вы обязательно замечали надпись на кабине «Рядом с кабиной стоять запрещается».

Вопросы могут быть использованы в беседах, викторинах, развлечениях, а также могут стать темой для обсуждения с детьми или родителями. Для большей результативности вопросы должны сопровождаться наглядностью (картинками, игрушками, моделями).

- Для чего это нужно? Для того, чтобы наблюдать за передней дверью, так как в зеркало ее плохо видно, а именно через эту дверь выходят маленькие дети, престарелые люди и инвалиды.

5. Почему стоящая машина может быть опасна?

Ответ: Стоящая машина закрывает обзор, мешает наблюдать за проезжей частью. Стоящие автобусы, трамваи, троллейбусы, грузовики скрывают за собой приближающееся транспортное средство, водитель которого не видит пешехода, а в движении есть требование: «я должен видеть, и я должен быть виден».

6. Чем опасны кусты и деревья на улице?

Ответ: Деревья и кусты – это предметы, которые закрывают обзор, мешают наблюдать за движением на проезжей части дороги.

7. Может ли движущаяся машина скрывать другую движущуюся машину?

Ответ: Может, так как из-за движущихся автобусов, троллейбусов, грузовиков и даже легковых машин могут выехать транспортные средства меньшего габарита, но которые двигаются быстрее, и поэтому можно их раньше не заметить.

8. Почему улицы, по которым редко проезжают автомашины, могут быть опасными?

Ответ: Так называемые пустынные улицы могут быть опасными потому, что пешеход, переходя проезжую часть, иногда не считает нужным убедиться в безопасности. Скорости автомашин сейчас большие, и выехавшая из переулка автомашина может быстро оказаться опасной для пешехода. Каждый участник движения в любой обстановке должен убедиться в безопасности.

9. Как определить, далеко машина или близко?

Ответ: Перед тем как переходить проезжую часть, пешеход должен остановиться, вслушаться и посмотреть, чтобы убедиться, нет ли приближающегося транспорта. Скорость приближающегося транспорта нельзя оценивать сразу. Например, если от тебя до машины 4 столба уличного освещения, посмотри, сколько автомашине понадобится времени, чтобы проехать от од-

ного столба до другого, тогда приблизительно будешь знать, успеешь ли перейти.

10. Почему нельзя ходить по проезжей части дороги?

Ответ: Улицы и дороги разделяются на части. На улицах – проезжая часть и тротуары. На шоссейных дорогах – обычно тоже проезжая часть и обочины. Тротуар или обочина – для пешеходов, а проезжая часть – для транспортных средств. Движение пешеходов на проезжей части мешает общему движению, так как скорости транспортных средств и пешеходов неравны. Все участники движения должны быть взаимно внимательны, но движение транспортных средств и пешеходов по одной части требовало бы слишком большого напряжения. Поэтому пешеход пользуется проезжей частью только тогда, когда ему нужно перейти на другую сторону, и это тоже только в установленном месте, или если по тротуару или обочине двигаться невозможно (есть и такие улицы, где, к сожалению, нет тротуаров). Тогда нужно идти по левой стороне проезжей части навстречу транспорту и обязательно друг за другом.

11. Какая опасность может возникнуть, когда ребенок увидит свой дом?

Ответ: Увидев дом, поневоле возникает желание скорее домой, а если впереди – проезжая часть дороги, которую надо переходить, тогда надо все-таки остановиться и не дать воли спешке. Спешка часто является причиной неприятностей и несчастных случаев.

12. Какой из переходов опаснее: обозначенный знаками и «зеброй» или переход со светофором?

Ответ: Обозначенный знаками пешеходный переход опаснее потому, что он нерегулируемый. Сигналы светофора на регулируемом переходе разрешают или запрещают движение пешеходов. Без светофора пешеход должен внимательно следить за движением, оценивать расстояние, скорость транспорта и, убедившись в безопасности, начинать переход проезжей части. Но и на перекрестке со светофором надо убедиться в безопасности. К сожалению,

как среди пешеходов, так и среди водителей иногда встречаются нарушители.

13. Какое место на улице опаснее – перекресток или остановка общественного транспорта?

Ответ: На перекрестке довольно сложно следить за движением. Транспортные средства могут ехать прямо, делать повороты все надо видеть. Но остановка общественного транспорта намного опаснее. Многие имеют плохую привычку при выходе из автобуса или трамвая начинать сразу же переход проезжей части спереди или сзади, не думая о том, что мимо едут другие машины. Особенно опасны остановки общественного транспорта зимой, когда дороги скользкие. Любая невнимательность может обернуться дорожным происшествием.

14. Какое транспортное средство труднее всего заметить в потоке машин?

Ответ: Если на дороге много больших транспортных средств (автобусы, трамваи, троллейбусы, грузовики), трудно заметить за ними мотоциклы или даже легковые машины, особенно в плохую погоду и с не включенными фарами.

15. Что на улице самое опасное?

Ответ: Многие думают, что самое опасное на улице – движущаяся машина. Она опасна, если мы попытаемся перейти улицу перед близко идущей машиной. Но анализ дорожных происшествий доказывает, что не менее опасны стоящие машины, из-за которых, не убедившись в безопасности на проезжей части, мы начинаем переходить улицу. При этом нарушается требование: «я должен видеть, и я должен быть виден».

16. Что на улице самое главное?

Ответ: На улице самое главное – взаимное уважение, внимание всех участников движения. Участники движения должны знать правила дорожного движения и выполнять требования безопасности движения. Каждый участник движения должен вести себя так, чтобы он своим поведением не

поставил себя и других в опасность. Улица не терпит бесконтрольного поведения.

17. На проезжей части разметка «зебра». Если взрослый с ребенком хочет перейти там улицу, должен ли он убедиться, что нет приближающихся автомашин?

Ответ: Да. Проезжую часть никогда нельзя переходить, не убедившись в безопасности. Ни одно транспортное средство нельзя остановить моментально. Поэтому даже обозначенный пешеходный переход не дает права пешеходу «вслепую» переходить проезжую часть дороги. Особое внимание требуют улицы, где на проезжей части в одном направлении несколько рядов. Движущаяся машина в первом ряду остановилась, но остановились ли машины в других рядах. В этом надо убедиться. Обозначенным пешеходным переходом считается тот переход, где разметка «зебра» или около которого стоит дорожный знак «Пешеходный переход».

18. Если кто-то из взрослых пешеходов переходит проезжую часть на красный сигнал светофора, можно ли следовать его примеру?

Ответ: Нет. Нельзя повторять ошибки других. Если ты когда-то что-то делал неправильно и оказался ненаказанным, может появиться желание повторить эти ошибки. Жертвами дорожных происшествий становятся не все, кто нарушает правила, а те, кому не повезло. А знаешь ли ты, когда тебе не повезет? В движении очень опасны неправильные привычки.

19. Опасно ли играть вблизи проезжей части?

Ответ: Да. Когда играешь, забываешь, где находишься. Можешь выбежать на проезжую часть, где твое неожиданное появление может кончиться под колесами автомашины. Например: ты играл с мячом, он упал на проезжую часть дороги, и ты, не думая, побежишь за ним.

20. Если дорога в обе стороны просматривается хорошо и нет приближающихся автомашин, можно ли переходить шоссе?

Ответ: Да. Вне населенных пунктов условия пешехода такие, как и в городе: надо убедиться в опасности. Скорости автомашин и мотоциклов на

шоссе большие, надо далеко видеть дорогу, чтобы быть убежденным в безопасности. Если будешь переходить дорогу на крутых поворотах или из-за кустов, или деревьев, ты можешь вовремя не заметить приближающийся транспорт.

21. Легко ли остановить машину на скользкой дороге?

Ответ: Нет. У каждого транспортного средства есть остановочный путь, который зависит от габаритов, груза, скорости, дорожного покрытия и т.д. Остановочный путь зависит также от водителя. На скользкой дороге остановочный путь в три раза длиннее, чем на сухой.

22. Может ли пешеход двигаться по левой обочине дороги?

Ответ: Да. По левой обочине ходить безопаснее, потому что транспорт идет навстречу и его хорошо видно.

23. Можно ли ехать по «островку безопасности» на машине?

Ответ: Нет. «Островок безопасности» только для пешеходов. На машине там ехать нельзя даже тогда, когда там нет пешеходов.

24. Обязательны ли для пешеходов сигналы светофора?

Ответ: Да. Светофор помогает регулировать движение на перекрестках с большой интенсивностью движения. Не всегда помогает светофор ускорить движение, но со стороны безопасности движения он необходим. У нас в городе много мест, где между перекрестком довольно большое расстояние, поэтому и установлено много светофоров для пешеходов и за пределами перекрестков.

25. Можно ли играть на тротуаре?

Ответ: Нет. Тротуар – для движения пешеходов, и поэтому играть на тротуаре никак нельзя, для игры необходимо использовать детские площадки.

26. Должен ли пешеход двигаться по тротуару, если он есть?

Ответ: Да. Тротуар предусмотрен для пешеходов и отделен от проезжей части дороги бордюрным камнем, который не дает возможности машинам заезжать на него. У нас существует правостороннее движение, как в

большинстве стран мира. Двигаясь по тротуару, надо держаться правой стороны, чтобы не мешать встречным пешеходам. Двигаясь по левой стороне, мы можем вынудить других пешеходов выйти на проезжую часть дороги, что опасно. Важно, чтобы пешеход не был спиной к близкому транспорту. Если мы идем группой, всегда нужно учитывать ширину тротуара. Впереди идущих обходят слева.

27. Можно ли начинать переходить улицу при желтом сигнале светофора?

Ответ: Нет. Желтый сигнал светофора – это промежуточный сигнал. Он не позволяет начинать переход, но разрешает закончить его в случае, если при разрешающем сигнале не успели это делать или в середине улицы нет «островка безопасности». Остаться в середине улицы, где нет «островка безопасности», крайне опасно.

28. В чем разница в значении знаков «Пешеходный переход» в квадрате и в треугольнике.

Ответ: Знак в квадрате (для пешехода) указывает на место перехода проезжей части, а знак в треугольнике (он для водителя) предупреждает, что скоро будет место перехода проезжей части пешеходами.

29. Обозначают ли пешеходный переход на асфальте белыми полосами?

Ответ: Да. На обозначенных пешеходных переходах белой краской нарисованы довольно широкие полосы, и от края тротуара стрелками показано направление движения. Около таких переходов обязательно есть указательный дорожный знак «Пешеходный переход» (описать знак), так как зимой на асфальте полосы не видны. Такая разметка еще называется «зеброй». На таком переходе пешеход, который уже на проезжей части, имеет преимущество перед транспортом, но всегда нужно быть внимательным, особенно когда движение в одном направлении в несколько рядов.

30. Можно ли начинать переход проезжей части при мигающем зеленым сигнале светофора?

Ответ: Нет. Когда в светофоре мигает зеленый сигнал, это уже предупреждает, что вот-вот загорится желтый, а после того – запрещающий красный. Время мигающего зеленого сигнала настолько короткое, что ты не успеешь перейти улицу, а останавливаться на середине проезжей части очень опасно, и это мешает общему движению.

31. Правильно ли, что чем больше скорость автомашины, тем больше требуется времени для ее остановки?

Ответ. Да. (Тут можно привести пример: когда ребенку легче остановиться – когда он идет или бежит.) Транспортному средству, которое едет быстро, требуется большее расстояние, чтобы остановиться. Это значит и больше времени. Это расстояние называется остановочным Путем. Остановочный путь – это расстояние, пройденное машиной с начала реакции водителя на опасность тормозной путь. Тормозной путь (от начала торможения до остановки транспортных средств) зависит еще от груза – чем тяжелее груз, тем длиннее путь торможения.

32. Где расположены указатели поворота у различных видов транспорта (легковых, грузовых, автобусов, мотоциклов)?

Ответ: Указатели поворота могут быть на бампере, под фарами, на крыльях, на руле у мотоцикла, спереди и сзади.

33. Должен ли ты наблюдать за сигналами поворота автомашин, когда будешь переходить проезжую часть?

Ответ: Да. Каждый внимательный пешеход, перед тем как переходить проезжую часть, должен убедиться в безопасности. Указатели поворота на транспортных средствах показывают, что они поворачивают или будут менять ряд движения.

34. Должны ли пешеходы, двигаясь по тротуару, держаться правой стороны?

Ответ. Да. У нас в России правостороннее движение, и, чтобы не было напрасных столкновений, пешеходы на тротуаре должны держаться правой стороны.

35. Можно ли железную дорогу переходить в любом месте?

Ответ: Нет. На железных дорогах есть переходы, каждый знающий пешеход переходит железную дорогу только на обозначенных местах. В местах, где имеются шлагбаумы (закрываются автоматически или дежурным), после закрытия шлагбаумов опасно переходить дорогу. Составы поездов тяжелые, и остановочный путь их очень длинный.

36. Хорошо ли видно в темноте человека в темной одежде?

Ответ: Нет. В темное время пешеход для водителя вообще очень плохо виден. Немного лучше можно заметить тех, кто одет в светлую одежду. Чтобы пешеход был лучше заметен, нужно носить светоотражатели, можно и фонарики (особенно тем, кому приходится двигаться по краю проезжей части или по обочине). Велосипеды должны иметь все, что предусмотрено ПДД (спереди – фонарь с белым светом, сзади – фонарь с красным светом и красный светоотражатель).

37. Может ли на дороге быть скользко тогда, когда нет снега?

Ответ: Да. Проезжая часть дороги становится скользкой тогда, когда начинается дождь, снегопад, а очень скользко бывает осенью, во время листопада. В это время проезжая часть дороги и трамвайные пути будто покрыты маслом, поэтому тормозной путь немного больше, чем по сухой дороге.

38. Может ли зонтик мешать наблюдению за движением, когда переходишь через проезжую часть дороги?

Ответ: Да. Зонтик нужен во время дождя, но, когда переходишь проезжую часть дороги, особенно в местах, где движение регулируется, он мешает следить за движением. Поэтому лучше научиться носить зонтик так, чтобы была обеспечена безопасность движения.

Копилка игр

1. Игры на знакомство

Великолепная Валерия

Участники встают в круг. Первый участник называет свое имя и прилагательное, характеризующее его (игрока) и начинающееся с той же буквы, что и его имя. Например, Великолепная Валерия, Интересный Игорь и т. д. Второй участник называет словосочетание первого и говорит свое. Третий же участник называет словосочетания первых двух игроков и так до тех пор, пока последний участник не назовет свое имя.

«Три факта»

Каждый участник сообщает группе свое имя и три факта о себе. Один из них является реальным, а два других - вымышленными. Задача остальных участников - определить, какой именно из представленных фактов соответствует действительности (участникам предлагается поочередно проголосовать за истинность каждого из фактов). Потом участник, который представлялся, раскрывает истину: говорит, какой из приведенных фактов реален.

Я змея, змея, змея

Участники стоят в круге, через одного - мальчик, девочка. Начинает вожатый, подходя к кому-нибудь со словами: «Я змея, змея, змея, хочешь быть моим хвостом?». Если ответ положительный, то спрашиваемый проползает под ногами ведущего, знакомится и своей правой рукой берет левую руку спрашиваемого через ноги. В случае отрицательного ответа звучит фраза: «А придется!», и идет сцепление. Таким образом, с каждым разом змея все больше и больше увеличивается. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не присоединятся друг к другу.

Ритм

Участники стоят в кругу. Все вместе делают два хлопка по коленкам, щелчок пальцами правой руки, щелчок пальцами левой руки, два хлопка и т. д. Желательно, чтобы начинал вожатый. Итак, при щелчке пальцами правой и левой руки ведущий произносит «Привет, я », затем два хлопка, после этого при щелчке пальцами правой руки произносит «Привет», а при щелчке пальцами левой руки - имя одного из участников. Тот игрок, чье имя назвали, сначала здоровается с тем, кто назвал его имя, а при следующих щелчках называет имя другого участника из круга. Например: щелчок/Привет, щелчок/я Оля, два хлопка, щелчок/привет, щелчок/Игорь, Игорь: щелчок/привет, щелчок/Оля, два хлопка, щелчок/привет, щелчок/Света, и т. д. Кто не успел - тот «прошляпил».

Я знаю пять имен

Участники стоят в кругу - мальчик, девочка. По очереди каждый игрок называет 5 имен мальчиков и 5 имен девочек своего отряда, начиная с фразы: «Я знаю 5 имен...»

Имя - жест

Участники игры, по очереди, называют свою имя, но сопровождают характерным для себя жестом, движением (присесть, лечь, все, на что хватит фантазии), затем все хором называют имя участника игры и повторяют его жест.

«Любимое занятие»

Все встают в круг. Начинает вожатый. Он говорит, например, «Я люблю петь» и показывает действие. Тот, кто тоже любит петь начинает показывать это же. Следующий придумывает свое действие, и так у многих к концу круга накапливается масса разных дел.

Часы

Необходимо иметь листы бумаги с изображением больших часов на каждого члена группы, ручки, 14 тем разговора, заготовленных заранее.

Ведущий раздает каждому участнику часы. Дается несколько минут, чтобы все назначили друг другу встречи на определенное время и записали

имя своего товарища напротив определенного времени. Нельзя встречаться с одним человеком 2 раза. Все показывают часы с заполненными делениями.

Вожатый объявляет: «Сейчас час дня и в час дня мы говорим о том, какую музыку мы любим. У вас есть 3 минуты». Ребята находят человека, с которым у них назначена встреча на час и болтают с ним о музыке.

«А теперь 2 часа. И мы говорим о том, как вчера мы собирались в лагерь и что нам сказали родные на прощанье», и т.д.

Эмблема

Каждому участнику предлагается придумать и нарисовать свою эмблему, свой собственный значок, а затем рассказать о том, что отражает его эмблема. Так автор кратко знакомит остальных участников с собой, со своими увлечениями, чертами характера.

В дальнейшем эмблемы оформляются в виде визиток, значок и прикрепляют к одежде.

Разрекламируй друга!

В парах. Люди знакомятся друг с другом, узнают лучшие качества друг друга и должны наилучшим образом представить своего партнера, сделать ему рекламу перед всей группой! Игра имеет много вариантов

«Это - я»

Игроки становятся в круг. Ведущий, стоящий в центре, называет два имени (одно женское, второе мужское). Игроки, чьи имена назвали, кричат: «это-Я» и меняются местами. Задача ведущего: занять освободившееся место. Тот, кто не успел занять свободное место, становится ведущим, если из двух названных имен есть только один человек с таким именем, он кричит «Это-Я» и остается на месте.

«Найди похожего на тебя»

Каждому участнику игры выдается небольшой листок и ручка, на котором необходимо в столбик записать ответы на 10 вопросов: «год рождения», «знак зодиака», «цвет волос», «цвет глаз», «рост», «любимый день недели», «любимое занятие», «любимый фильм», и т.п. Задача участников собрать

подписи других, имеющих что-либо общее с его ответами за ограниченное время.

2. Игры на командообразование/сплочение

Путаница

Участники образуют круг и берутся за руки, причем руки одного человека должны быть сцеплены с руками разных людей. Задача: не расцепляя рук, распутать узел и образовать круг.

Это упражнение дает возможность участвовать всем в выработке стратегии.

Секретный фарватер

Еще одно упражнение на преодоление препятствий. 7-8 участников выстраиваются паровозиком и держатся друг за друга. Всем кроме первого завязываются глаза. Первый участник – рулевой. Рулевой должен провести свой корабль, до противоположной стены минуя препятствия-мины без единого слова. Основная сложность заключается в том, что «хвост» имеет свойство вилять и налетать на «мины», чтобы этого не случилось, каждый участник должен в точности повторять движение предыдущего. Упражнение можно усложнять, увеличивая длину корабля и количество мин.

Живой мост

Группа встает в две шеренги, лицом друг к другу. Противоположные люди крепко держат друг друга за руки. Человек ложится на руки и как по «живому мосту» перемещается в конец. Затем следующий и т.д.

Геометрическая фигура

Длинные веревки связываются в два больших кольца (веревочных колец столько, сколько создается групп, длина веревки зависит от количества участников). Дети становятся в круг, держась за веревочное кольцо обеими руками. Вожатый предлагает ребятам построить квадрат, треугольник, пирамиду, звезду, ромб, закрыв глаза и не отпуская из рук веревку. Участники имеют право советоваться, разговаривать вслух, искать решение в точно отведенное время.

«Поздороваться носами»

За минуту необходимо поздороваться с как можно большим количеством человек. Здраваться можно чем угодно: руками, носами, коленками, губами и т.д.

«Передай другому»

Необходим небольшой чистый предмет, который без особого усилия можно взять руками. Здесь могут оказаться яблоко, апельсин, мягкая игрушка, спички, воздушный шарик, мячик, деревяшка и т. д.

Можно разбить отряд на две команды. Команды стоят в кругу. Надо передавать «кто быстрее» предмет по кругу, но так, чтобы не брать их руками. Кто уронит предмет или схватит руками, безжалостно удаляется из игры. Помогать себе можно всем чем угодно, только не руками.

Существуют некоторые условные требования к передачи предметов, которые следует соблюдать обязательно:

- Воздушный шарик должен передаваться только при помощи локтей (действуем согнутыми в локтях руками),
- Яблоко передается при помощи зубов (надо его надкусить и, удерживая зубами, передать дальше),
- Апельсин передается при помощи шеи (зажимается между подбородком и плечом),
- Мягкая игрушка передается коленками.

«Подставлю другу колено»

Ребята стоят в кругу, глядя спина в спину. Необходимо присесть на колено сзади стоящего, не падая. Далее группа должна сделать три (на усмотрение) шага вперед, один в сторону. И так далее.

Игровые мячи

Участники встают паровозиком, держа между собой мячи. Цель группы пройти определенное расстояние, не держа мячи руками.

«На льдине»

Участники делятся на команды по 5-7 человек (желательно, чтобы все команды были одинакового размера, и между ними равномерно распределились парни и девушки). Каждой из команд выдается большой газетный лист, который они расстилают на полу. Ведущий зачитывает инструкцию: «Представьте себе, что вы оказались на отколовшейся льдине, дрейфующей посреди бушующего моря. Льдина - это ваша газета. Вам всем нужно разместиться на ней и продержаться несколько минут, чтобы дождаться спасателей. Касаться пола за пределами газеты нельзя - кто сделает это, тот считается «утонувшим». Когда участники разместятся на своих «льдинах» и продержатся в таком положении 15-20 секунд, ведущий сообщает, что шторм отломил по кусочку от каждой из льдин, и отрывает примерно по 1/4 части от каждой из газет, предлагая участникам разместиться на том, что остаюсь. Так повторяется 2-3 раза. Если в команде «то-нет» один человек, она получает предупреждение, если два или больше - выбывает из игры («ваша льдина перевернулась»). Победившей считается та команда, которая продержится дольше других.

Данное упражнение способствует сплочению, формированию взаимного доверия. Кроме того, она наглядно демонстрирует основной принцип командной работы: выиграть индивидуально невозможно, это могут сделать только все вместе. Зато проиграть можно и индивидуально («упасть с льдины»), поставив этим под угрозу действия всей команды.

Обсуждение.

Сначала участники делятся эмоциями и чувствами, возникшими в процессе выполнения упражнения, потом - своими соображениями по поводу того, что позволило победившей команде лучше справиться в такой ситуации, а что «сгубило» остальных. После этого ведущий просит привести примеры жизненных ситуаций, где проявляются сходные механизмы.

«Ковер-самолет»

Для выполнения этого упражнения нужен прочный палас или ковер размером примерно 2х2 м, который не жалко отдать «на растерзание» участ-

никам (не исключено, что он будет порван). На нем размещаются 5-6 человек, которым дается задание - переместиться вместе с этим ковром в другой конец аудитории, не сходя с него и не касаясь чего-либо за его пределами.

Обсуждение: сначала участников просят поделиться эмоциями, возникшими в процессе выполнения упражнения (скорее всего, они, будут весьма яркими), потом высказаться по поводу того, каким жизненным ситуациям можно уподобить эту игру.

Ассоциации

Дети садятся в круг. Ведущий уходит. Дети загадывают одного человека из круга. Ведущий возвращается и задает разным участникам вопросы: с каким деревом ассоциируется у тебя этот человек, с какой музыкой и т.д. Можно спрашивать про любые ассоциации. Задача ведущего – угадать, кого загадали.

Айсберг

Берем 2 большие газеты, кладем на пол. Это 2 айсберга. Делим на 2 команды детей. Размер газеты должен соответствовать количеству детей. Вожакий - касатка, дети - пингвины. сначала все хаотично бегают и когда вожакий говорит «Касатка!» команды должны запрыгнуть на свой айсберг, кто не успел, тот выходит. Постепенно газеты сворачиваются. Суть в том, что ребята помогают друг другу удержаться на льдинке и тем самым сплочаются.

Счет на пальцах

Сколько пальцев показал ведущий, столько человек должны встать одновременно не договариваясь.

МММ

Группа сидит в кругу. Первый человек долго тянет звук м-м-м-м-м... на определенной высоте. В тот момент, когда он заканчивает, следующий должен подхватить, и так далее по кругу. Важно, чтобы звук не прерывался.

Нужный цвет

Предложите команде сыграть в следующую игру: по команде ведущего необходимо дотронуться до определенного цвета, причем нельзя касаться

этого цвета на себе и на ведущем. Игра «на вылет», то есть последний коснувшийся выбывает, однако на тех, кто не играет касаться цветов можно. Довольно забавное зрелище, особенно когда остается несколько человек, и они стоят буквально на низком старте, азартно пытаясь успеть дотронуться до нужного цвета раньше соседа.

«Найди пару»

Играющим на спину крепятся таблички с именами сказочных героев (старик, старуха) или части имен (царь, Горох). Необходимо найти свою пару (царю найти Гороха, Ивану – царевичу – лягушку). Нельзя спрашивать прямо: «Что написано у меня на спине?».

3. Игры на выявление лидера

Три перемены в одежде

Один человек выходит и становится перед остальными, чтобы те могли его внимательно осмотреть. Время на осмотр от одной до пяти минут. Потом он уходит из помещения и производит в своей одежде какие-либо три малозаметных перемены: расстегивает пуговицу, развязывает шнурки, слегка заворачивает рукав у рубашки, из кармана высовывает уголок платка, переворачивает пояс у брюк. Произведя три перемены он возвращается к остальным. Каждый должен сказать, какие перемены произошли.

Скала

Отряд выстраивается на скамейке или на стульях в ряд вплотную друг к другу. Рассчитывается по порядку номеров. Затем ему предлагается по одному человеку поменяться местами. То есть – номер 1 становится последним, аккуратно переходя и держась за ребят. Затем номер 2 и так далее. Передвигать стулья и прыгивать на пол запрещается. Если кто – то не удерживается, то все начинается сначала. Действует запрет на разговоры для всех, кроме человека, который возьмет на себя роль координатора. Этого человека вожакий выбирает сам или по желанию из потенциальных ребят – лидеров. Другая разновидность этой игры – координатору предлагается построить отряд по росту, по цвету носков, по размеру ботинок, длине волос и так далее.

Ехали Цыгане

Вожатый предлагает ребятам построить цыганскую повозку, состоящую из телеги, тройки лошадей, стен телеги, крыши, колес, извозчика, пассажиров, жеребенка на привязи. Время на подготовку задания 3 – 5 минут. Интерпретация: кучер – на данный момент главный лидер – организатор в отряде стены и крыша – те, на кого можно положиться, хорошие исполнители. Колеса, телега, лошади – те, на ком все стремятся «ехать», и кто способен везти, то есть лидеры меньшего ранга. Жеребенок – «выпавший», но с претензиями на лидерство.

Пассажиры – основная масса.

По окончании игры необходимо опросить ребят, все ли согласны с таким распределением ролей и на какое место они претендуют.

Веревочка

Для проведения этой игры возьмите веревку и свяжите ее концы так, чтобы было образовано кольцо. (Длина веревки зависит от количества участвующих в игре ребят.)

Ребята встают в круг и берутся двумя руками за веревку, которая находится внутри круга. Задание: «Сейчас всем надо закрыть глаза и, не открывая глаз, не выпуская из рук веревку, построить треугольник». Сначала возникает пауза и полное бездействие ребят, затем кто-то из участников предлагает какой-то вариант решения: например, рассчитаться и далее строить треугольник по порядковым номерам, и затем руководит действиями.

Практика этой игры показывает, что обычно эти функции на себя берут лидеры.

Игру можно продолжать, усложняя задачу, и предложить ребятам построить квадрат, звезду, шестиугольник.

Шаг Вперед

Ребята становятся в шеренгу пошире, по команде делают шаг вперед, при этом ведущий ограничивает количество шагающих: «10 человек – шаг

вперед! 5 человек – шаг вперед!». Лидеры - организаторы сразу хорошо видны.

Положи Руку

Ребятам предлагается положить всем сразу правую ладонь на плечо тому человеку в отряде, который им более всего симпатичен (душа отряда), а левую на плечо тому, кого они бы хотели видеть командиром. Вожатый определяет, кто есть кто подсчетом рук. Как правило, не бывает слишком много лидеров, если проводить эту игру в конце организационного периода.

«Фотограф»

Предлагается, чтобы ребята представили, что все они - большая семья и нужно всем вместе сфотографироваться для семейного альбома. Необходимо выбрать «фотографа». Он должен расположить всю семью для фотографирования. Первым из семьи выбирается «дедушка» он тоже может участвовать в расстановки членов «семьи». Более никаких установок для детей не даётся, они должны сами решить, кому кем быть и где стоять. А вы постоитте и понаблюдайте за этой занимательной картиной. Роль «фотографа» и «дедушек» обычно берутся исполнять стремящиеся к лидерству ребята. Но, однако, не исключены элементы руководства и других «членов семьи». Вам будет очень интересно понаблюдать за распределением ролей, активностью-пассивностью в выборе месторасположения.

Эта игра, проведенная в середине смены, может открыть вам новых лидеров и раскрыть систему симпатий-антипатий в группах. После распределения ролей и расстановки «членов семьи» «фотограф» считает до трех. На счёт «три!» все дружно и очень громко кричат «сыр» и делают одновременный хлопок в ладоши.

«Калейдоскоп»

Вот еще один вариант выделения лидеров, состоящей из нескольких игр. Для этого ребята делятся на две равные по количеству участников команды. Каждая команда выбирает себе название. Вожатый предлагает условия: «Сейчас команды будут выполняться после того, как я скомандую:

«Начали!». Выигравшей будет считаться та команда, которая быстрее и точнее выполнит задание». Таким образом, вы создадите дух соревнования, который является весьма немаловажным для ребят.

Итак, первое задание. Сейчас каждая команда должна сказать хором какое-нибудь одно слово. «Начали!». Для того чтобы выполнить это задание, необходимо всем членам команды как-то договориться. Именно эти функции берет на себя человек, стремящийся стремящихся к лидерству.

Второе задание. Здесь необходимо, чтобы, ни о чём не договариваясь, быстро встало полкоманды. «Начали!» Интерпретация этой игры сходна с интерпретацией игры «Карабас»: встают самые активные члены группы, включая лидера.

Третье задание. Сейчас все команды летят на космическом корабле на Марс, но для того чтобы полететь, нам нужно как можно быстрее организовать экипажи. В экипаж входят: капитан, штурман, пассажиры и «заяц». Итак, кто быстрее?! Обычно, функций организатора опять же берет на себя лидер, но лидер выбирает себе роль «зайца». Это можно объяснить его желанием переложить ответственность командира на плечи кого-нибудь другого.

4. Веселая игротека

Игры можно проводить в любое время для поднятия настроения участников смены, а также с целью организации занимательного, позитивного досуга детей.

Бой петухов

Ведущий вызывает двух игроков – это «петухи». Они должны стать лицом друг к другу, одну руку заложить за спину, ногу взять в другую руку и, прыгая на одной ноге, боком сбить друг друга, чтобы противник встал на ноги.

Передай мячик

Две команды садятся напротив друг друга. Игроки сидят рядом очень тесно. Нужно передавать теннисный мячик друг другу без помощи рук; сна-

чала мячик лежит на голеностопе, затем – на коленях, а потом – прижат подбородком к груди. Кто быстрее?

Что возьмем с собой в поход

Участники делятся на две команды и быстро поочередно называют то, что возьмем с собой в поход. Повторять названные вещи нельзя. Аналогично проводятся игры «Что лежит у бабушки в сундуке?», «Во что одет наш вожатый?» и т. д.

Веселые художники

Участвуют две команды, равные по составу. Для игры нужен мел и ученические доски или бумага и мягкие черные карандаши. Художникам-игрокам задается тема, например, «Корова». По команде ведущего они подбегают к своей доске, надевают повязку на глаза, берут мел и начинают рисовать. Ведущий вновь подает команду (свисток, хлопок), художники снимают повязку, бегут обратно к своей команде и передают ее очередному члену команды (они стоят в затылок друг другу). Очередной игрок также бежит к доске, надевает повязку и продолжает прерванный рисунок. Побеждает команда, которая первой нарисовала корову, не совершив грубых ошибок в рисунке.

Сколько знаешь ты имен

Играющий должен быстро сделать 10 – 15 шагов, называя на каждом мужское или женское имя. Имена должны быть только женские или мужские, дважды одно – упоминать нельзя. Выигрывает тот, кто выполнит задание без ошибок.

Отыщи свою обувь

Играющие становятся в круг. Снимают с ноги (левой или правой) ботинок, тапочек, туфлю. Затем надевают на глаза повязки, несколько раз поворачиваются «вокруг оси». В это время обувь перемешивается в общей куче. По команде ведущего игроки делают шаг к общей куче с обувью, ищут свою, становятся на место, одевают, зашнуровывают, застегивают обувь и

только тогда снимают повязку с глаз. Побеждает тот, кто все это сделал быстро и правильно.

Что изображено на картине?

Нужно взять незнакомую картинку и лист бумаги, в два раза длиннее и в два раза шире ее. В самой середине его вырезать круглое отверстие величиной с пятикопеечную монету. Ведущий прикрывает картинку этим листом и кладет ее перед играющими. Рассматривать картинку можно только через, не открывая ее, а постепенно передвигая отверстие по картинке. Все рассматривают ее одновременно, но каждый водит лист только одну минуту. Затем ведущий предлагает, чтобы кто-нибудь подробно рассказал, что изображено на картинке, остальные должны исправлять и дополнять его. Картинка открывается, и ведущий определяет победителя.

Только на одну букву.

Ведущий: Вероятно, вы знаете много песен и стихотворений. Интересно, кто знает больше других? Давайте выясним это. Я сейчас назову букву, а каждый из вас будет говорить строчку стихотворения или песни, которая с этой буквы начинается. Как только я услышу строчку, буду считать до трех. Прежде, чем я закончу, назовите новую строчку из другого стихотворения или песни.

Чем дольше, тем труднее отыскивать строки. Наконец наступит такой момент, когда я сосчитаю до трех, и никто уже не сможет вспомнить ни одной строки. Выигрывает тот, кто последний скажет строчку стихотворения или песни.

Игру можно усложнить: песни и стихи должны быть только о любви или о природе, или о спорте.

Художники – «Виртуозы»

Сядьте за стол. Положите перед собой листок бумаги. Вращая правой ногой по часовой стрелке, напишите карандашом, не отрывая его от бумаги, свою фамилию. Затем, не отрывая руки, нарисуйте квадрат, треугольник. Напишите цифры: 8, 4, 6, 9. Не правда ли, это сделать не так-то просто.

А теперь нарисуйте двумя руками одновременно на двух листочках бумаги: на одном - кошку, на другом – собаку. Это еще сложнее.

Ну и наконец, привяжите к лыжной палке фломастер, на другой ее конец повесьте ботинок. Теперь таким вот длинным фломастером, не кладя его на плечо, нарисуйте веселого человечка или шарж на самого себя.

Сиамские близнецы

Две – три пары ребят (можно больше) привязываются спина к спине (ноги и руки свободные). Эти как бы пары «наоборот» должны сплясать «барыню», станцевать танго или вальс, пробежать 10 метров туда и обратно.

Кто быстрее «пришьет»

Две команды игроков должны на скорость «пришить» всех членов команды друг к другу. Вместо иголки используется ложка, к которой привязана нитка, бечевка. «Пришивать» можно через ремешок, лямку, петлю на брюках, словом, через то, что не оскорбит достоинство партнера.

Сорви шапку

Состязаться могут двое игроков, а могут и две команды. Чертится круг. В круг входят игроки, у каждого из них левая рука привязана к туловищу, а на голове – шапка. Задача проста и непроста – снять шапку у противника и не позволить снять свою. За каждую снятую шапку команда получает очко.

Что там за спиной?

Двум соперникам на спины прикалываются четкие картинки (рисунки) и бумажные кружки с цифрами, например: 96, 105 и т.д. игроки сходятся в круге, становятся на одну ногу, другую поджимают под колено и придерживают рукой. Задача заключается в том, чтобы, стоя, прыгая на одной ноге, заглянуть за спину соперника, увидеть цифру и разглядеть, что нарисовано на рисунке. Побеждает тот, кто первым «расшифровал» противника.

Стаи рыбок

Игроки делятся на 2 – 3 равные команды, и каждый игрок получает бумажную рыбку (длина 22 – 25 сантиметров, ширина 6 – 7 сантиметров), привязанную на нитке хвостом вниз (длина нитки 1 – 1,2 метра). Ребята закреп-

ляют коней нитки на поясе так, чтобы хвост рыбки свободно касался пола. У каждой команды рыбки разного цвета. По сигналу ведущего игроки, бегая друг за другом, стараются наступить ногой на хвост рыбки «противника». Касаться ниток и рыбок руками не разрешается. Игрок, чью рыбку сорвали, выходит из игры. Побеждает та команда, у которой останется больше рыбок.

Ложку на ножку

Табуретка переворачивается, спиной к каждой ее ножке становится игрок с завязанными глазами. В руках участников по столовой ложке. По сигналу ведущего они делают три шага вперед, поворачиваются кругом и стараются поскорее положить, пристроить ложку на свою ножку. Двое первых, кому это удастся, побеждают.

Толкни «ядро»

В несколько воздушных шариков наливается 1/3 стакана воды. Затем шары надуваются до одинакового размера. В комнате (зале) мелом вычерчиваются круги диаметром 1,5 метра.

Воздушный шар – «ядро» участник должен толкнуть как можно дальше, как это делается в легкой атлетике. Побеждает тот, кто толкнул его дальше всех.

Дунь в коробок

Освободите коробок от спичек. Выдвиньте его наполовину и, приставив ко рту, сильно дуньте. Коробок может улететь довольно далеко. Проведите соревнование «воздушных стрелков». Таким вылетающим из коробки бумажным ящиком можно:

- постараться попасть в небольшой очерченный мелом круг,
- сбить легкую бумажную мишень,
- попасть коробочкой в установленную на полу корзинку,
- попробовать установить рекорд, т.е. «передунуть» коробочку через какую-то планку.

Кто быстрее?

Игроки делятся на две команды. Ведущий дает два пустых коробка без внутреннего бумажного ящичка. Задача: быстро передать коробок партнерам по команде – носом. Если коробок упал, его поднимают, надевают на нос, и состязание продолжается. Вроде бы все просто, а без ловкости не обойтись.

Вспомни, не глядя (зрительная память)

Каждый ли из нас хорошо представляет то, что у него почти всегда перед глазами в комнате, где он живет, где учится?

Внезапно, никого не предупредив, проведите соревнование, кто точнее скажет, сколько картин на стене, какие занавески на окне, какой рисунок на обоях, кто выше – Коля или Витя и т.п.

Рисование со слов (слуховая и зрительная память)

Для проведения игры необходимо, чтобы один из играющих схематично изобразил на бумаге что-то не очень сложное, например, дом, из трубы которого идет дым, а в небе летают птицы.

Ведущий показывает картинку одному из играющих и затем прячет ее. Тот, кто ее увидел, шепотом рассказывает второму, что на ней изображено. Второй шепотом пересказывает услышанное третьему и т.д. последним узнает содержание картины тот, кто будет ее изображать.

То, что им нарисовано, сравнивается с самой картиной, затем оценивается качество устного рассказа о ней, в котором участвовали все играющие.

Изготовим крышечки

Участникам игры предлагается издать посмотреть на набор банок различной величины и формы. Брать в руки их нельзя. У каждого игрока – кусочек картона, из которого они должны выстричь крышки так, чтобы они точно совпали с отверстиями банок. Побеждает тот, у кого больше крышек точно совпало с отверстиями банок.

Поросюшки

Для этого конкурса приготовьте какое-нибудь нежное блюдо – например, желе. Задача участников – съесть его как можно быстрее с помощью спичек или зубочисток.

Сбор урожая

Задача игроков каждой команды – как можно быстрее без помощи рук перенести в определенное место апельсины.

Порви газету

Одной рукой правой или левой все равно – разорвать газету на мелкие куски, рука при этом вытянута вперед, свободной рукой помогать нельзя. Кто мельче выполнит работу.

Веревочка

Необходимо, чтобы большинство собравшихся до этого в нее не играли. В пустой комнате берется длинная веревка, и натягивается лабиринт так, чтобы человек, проходя, где-то присел, где-то переступил. Пригласив очередного игрока из соседней комнаты, ему объясняют, что он должен с завязанными глазами пройти этот лабиринт, перед этим запомнив расположение веревки. Зрители будут ему подсказывать. Когда игроку завяжут глаза, веревка убирается. Игрок отправляется в путь, должен переступить и пролезть под несуществующую веревку. Зрителей заранее просят не выдавать секрет игры.

Рулончик

Эта игра поможет познакомиться всем участникам. Участники игры передают по кругу рулон туалетной бумаги. Каждый отрывает столько клочков, сколько он хочет, чем больше, тем лучше. Когда у каждого участника окажется стопка клочков, ведущий объявляет правила игры: каждый участник должен рассказать о себе столько фактов, сколько у него оторванных клочков.

С табличками

При входе каждый участник получает свое новое имя – ему прикрепляется на спину бумажка с надписью (жираф, бегемот, горный орел, бульдозер, хлебoreзка, скалка, огурчик и т.д.). Каждый участник может прочитать, как называются остальные, но, естественно, не может прочитать, как называется он сам. Задача каждого участника – на протяжении вечера узнать у осталь-

ных свое новое имя. Участники на вопросы могут отвечать только «Да» или «Нет». Побеждает первый узнавший, что написано на его бумажке.

Цвета

Игроки становятся в круг. Ведущий командует: «Коснитесь желтого, раз, два, три!» Игроки как можно быстрее стараются взяться за вещь (предмет, часть тела) остальных участников в круге. Кто не успел – выбывает из игры. Ведущий снова повторяет команду, но уже с новым цветом. Побеждает тот, кто остался последним.

Прокатись на мяче

Все участники соревнования выстраиваются в команды по 3 человека. Каждая «тройка» игроков получает тугой волейбольный мяч. По сигналу ведущего один из игроков тройки, поддерживаемый под локти двумя другими игроками, переступая на мяче, катит его. Группа, первая дошедшая до финиша, побеждает.

Скульпторы

Участникам игры выдается пластилин или глина. Ведущий показывает или называет какую-то букву, а игроки должны как можно быстрее слепить предмет, название которого начинается с этой буквы.

Все наоборот

Игрокам предлагается попробовать нарисовать или раскрасить что-то, но левой рукой, а кто левша - правой.

Почтальоны

Командная игра. Перед каждой командой на расстоянии 5 – 7 метров на полу лежит толстый лист бумаги, разделенный на клетки, в которых написаны окончания имен (тя; ня; ля и т.д.). Другой лист бумаги с первой половиной названия имен заранее разрезается на части в виде открыток, которые складываются в заплечные сумки. Первые номера команд надевают сумки на плечо, по сигналу ведущего спешат к бумажному листу на полу – адресату, вынимают из сумки открытку с первой половиной имени и приставляют ее к нужному окончанию. Вернувшись, передают сумку следующему игроку сво-

ей команды. Команда, чья почта быстрее найдет свой адресат, побеждает в игре.

Путешествие в темноте

Для этой игры потребуются кегли и повязки на глаза по количеству участников. Игра командная. Кегли расставляются «змейкой» перед каждой командой. Команды, взявшись за руки, с завязанными глазами пытаются пройти дистанцию, не задев кегли. У чьей команды окажется меньше сбитых кеглей, та и победит в «путешествии». Сколько не сбитых кеглей – столько очков.

В поле выросла рубашка

Карточки с рисунками (рулон ткани, клубок, прялка, кустик льна, веретено, рубашка) спрятаны в конверте. Участникам игры необходимо быстро расставить карточки так, чтобы получился путь, который «проходит» рубашка от кустика льна до готовой модели.

Геральдика

Рисунки гербов разных городов, стран разрезаются по горизонтали пополам. Задача участников – как можно быстрее отыскать правильные варианты и предложить их на суд ведущего и зрителей. По количеству верных изображений гербов определяется победитель.

Попробуй догадаться

В записи звучит, какой-либо информационный текст – возможно метеорологическая сводка. Предложив участникам внимательно слушать текст, чтобы потом суметь воспроизвести его, ведущий через каждые доли секунды, убирает громкость записи, затем снова на долю секунды добавлен звук. Игроки после прослушивания произносят свой вариант текста, а затем слушают его таким, как он должен звучать. Наиболее внимательные, и догадливые, сумев безошибочно досказать то, что было упущено, получают награду.

С часами

Ведущий предлагает зрителям отдать ему свои наручные часы для проведения конкурса. Получив их, он предлагает участнику конкурса завязать

глаза, затем раскладывает часы по пути следования конкурсанта и предлагает игроку пройти с завязанными глазами дистанцию, не наступая на разложенные часы. Осторожно ступая, участник продвигается по дистанции, а ведущий перед ним убирает часы. Вышагивание игрока, старающегося не наступить на часы, вызывает смех у окружающих. После завершения маршрута часы возвращаются хозяевам.

Водохлебы

Задача каждой команды с помощью рук заполнить водой дуршлаг. У какой команды он переполнится, та и побеждает.

Пожарные

Выверните рукава двух курток и повесьте их на спинки стульев. Стулья поставьте на расстоянии одного метра спинками друг к другу. Под стульями положите веревочку длиной два метра. Оба участника стоят у своих стульев. По сигналу они должны взять куртки, вывернуть рукава, надеть, застегнуть все пуговицы. Потом обежать вокруг стула соперника, сесть на свой стул и дернуть за веревочку.

Достань яблоко

Для игры необходим большой таз с водой. В таз бросают несколько яблок, а затем игрок встает на колени перед тазом, держа руки за спиной, и пытается зубами поймать яблоко и достать его из воды.

Упражнение «Выборы»

Перед вами несколько персонажей: весельчак, «франт», неуверенный в себе, грубиян, интеллигент, бизнес-леди, молодая мама. Представьте себе, что каждый из этих персонажей в течение минуты проходит мимо вас, направляясь к остановке. Вы стоите и сдельно работаете: собираете подписи в пользу «вашего» кандидата, получая за каждую подпись соответствующую плату. Произнесите только одну фразу (максимум – две), но такую, чтобы человек остановился и подписал ваш лист. Что вы ему скажете? Группа оценивает вашу находчивость и решает, удалось ли вам получить подпись или

нет. Тот, кому удастся собрать наибольшее количество подписей, выигрывает.

Ролевая игра «Выброси свои проблемы»

Большинство людей постоянно сталкиваются с различными проблемами производственного или личного характера. Сегодня вам предлагается решить проблемы.

Каждый участник формулирует такие проблемы и записывает свои проблемы на листке бумаги. Затем все комкают листки и выбрасывают их в корзину. После того, как все бумажки собраны, образуйте группы из двух человек. По одному человеку из группы вынимают записки из корзины. Так у каждой группы появляется «вытянутая» проблема, группе дается 3-5 минут, чтобы записать и обсудить возможные ее решения.

Затем каждая группа излагает свою проблему и оглашает решения. Остальные участники игры могут сделать добавления по поводу новых предложений.

Автопортрет

Каждому участнику раздается лист бумаги и ручка. На этом листе бумаги игроки рисуют овал – это лицо. После этого на месте глаз рисуется то, на что вы любите смотреть, на месте ушей то, что вы любите слушать, на месте волос то, о чем вы любите думать или мечтать и т.п.

Акулы

Все участники садятся вокруг парашюта, пряча свои ноги под парашют. Выбирается один игрок («акула»), который забирается под 0 рулон туалетной бумаги. Каждый гость отрывает столько клочков, сколько он хочет, чем больше, тем лучше. Когда у каждого гостя окажется стопка клочков, ведущий объявляет правила игры: каждый гость должен рассказать о себе столько фактов, сколько у него оторванных клочков.

Визитка

Каждому участнику раздается лист бумаги. В левом верхнем углу игроку необходимо написать свое имя, так как ему хочется, чтобы его называли. В правом верхнем углу необходимо написать свое любимое занятие.

Восхождение на вершину

Участники стоят вокруг разложенного парашюта, держа его двумя руками за края. Выбираются 2 человека – «альпиниста», стоящие друг напротив друга, которые будут совершать восхождение на гору. На счет «один, два, три» все игроки резким движением вскидывают парашют вверх, а затем, присев, опускают его края к земле так, чтобы получился «воздушный гриб».

Выдуманный портрет

Партнеры берут друг у друга интервью об именах, месте жительства, работе, возрасте, хобби, ожиданиях, домашних животных и т.д. Время устанавливает ведущий. Затем партнер «А» представляет всем присутствующим партнера «В».

Горящая спичка

Пока горит спичка, человек должен рассказать о себе как можно больше. Спичку при этом он держит зажженной в своей руке. Одно сообщение – одно очко. (Например: Меня зовут..., Я живу...) Выигрывает тот, кто получил больше всех очков.

Догадайся сам

Участники игры садятся в круг. Ведущий сообщает о том, что внезапная болезнь сковала уста всех игроков. Они не могут прямо представиться и познакомиться с остальными. Разрешено лишь сделать подсказки, в которых есть слова – ассоциации, или события, или исторические личности, по которым можно узнать ваше имя.

Животные на спину

Каждому человеку на спину вешается картинка (или название) животного так, чтобы он его не видел. Чтобы отгадать, человек может задавать вопросы окружающим, на которые те отвечают да или нет. (Например: У меня есть перья? Я хищник? Я живу в воде? и т.п.).

Затонувшие сокровища

Сначала в коробку складывают «сокровища» (это могут быть вещи играющих, все, что есть под рукой). Коробка ставится под парашют. Затем все садятся вокруг парашюта, начинают «создавать волны», посылают одного игрока на дно (под парашют) за сокровищами и просят: «Достань что-нибудь маленькое, деревянное, холодное и колючее...».

Знакомимся по кругу

Группа встает в два круга – внешний и внутренний, лицом к лицу. Получившиеся пары в течение двух–трех минут знакомятся и рассказывают о себе, а затем внутренний круг смещается вправо на одного человека.

Игра с мячом

Все участники садятся или становятся в круг. У одного из играющих мяч. Он называет свое имя и бросает мяч любому из ребят. Тот тоже представляется и бросает мяч дальше. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не назовут свои имена.

Имя + движение

Все участники игры становятся в круг, таким образом, чтобы все играющие видели друг друга. Участники по очереди входят в центр круга, не только называя свое имя, но и сопровождая его каким-нибудь движением (жестом).

Имя + что-то необычное

Участники по кругу называют свое имя и рассказывают какой-нибудь необычный факт из своей жизни».

Спортивные игры и эстафеты

Эстафеты без спортивного инвентаря

1. БЕГ

Что может быть проще этой самой простой эстафеты?! По сигналу первый участник команды бежит до поворотного флажка и обратно, добежав до команды, хлопает по руке следующего участника – передает эстафету. По-

беждает команда, чей последний игрок первым достигнет финиша. Тысячу и один раз эстафету проводили в лагере, и каждый раз она вызывала бурю радостных эмоций у детей.

2. БЕГ СПИНОЙ

А это уже сложнее. Участники эстафеты должны достигнуть поворотного флажка и вернуться назад, двигаясь очень непривычно для нормального человека – спиной вперед, и при этом как можно быстрее. Будьте осторожны – возможны падения.

3. БЕГ НА ЧЕТВЕРЕНЬКАХ

Когда-то говорят, наши предки охотнее передвигались на четырех конечностях, чем на двух. Предложите участникам команд проверить, насколько это удобно. Самых распространенных вариантов такого бега существует три: «бег на четвереньках головой вперед», «бег на четвереньках головой назад» (так передвигается рак) и «бег на четвереньках спиной вниз и вперед ногами». Последний самый сложный. Попробуйте освоить все три варианта и проведите три забега. Победят каждый раз самые ловкие и быстрые.

4. НАЕЗДНИКИ

А в этой эстафете команда делится на пары. В каждой паре один будет «лошадью», второй «наездником». «Наездник» садится на «лошадь», как – это все равно, лишь бы ноги не волочились по земле. Старт! И «лошадь» устремляется вперед, стараясь не уронить седока. Поворот, путь назад, передача эстафеты... Побеждает команда, чьи «лошади» более быстрые, а «наездники» более «усидчивые».

5. ТАЧКА

В этой эстафете также нужна разбивка на пары. Одному из этой пары придется стать «тачкой» – реликтовым грузовым транспортом с одним колесиком и двумя ручками. Только здесь вместо колесика будут руки, вместо ручек – ноги. Итак, игрок – «тачка» ложится на землю, делая упор на руках, в это время игрок – «водитель тачки» берет своего партнера за ноги, чтобы корпус «тачки» был параллелен земле. «Тачка» готова к движению. Сигнал, и

«тачка», двигаясь на руках, «доезжает» до поворотного флажка и возвращается назад, где к движению уже готова новая «тачка». Побеждают самые сильные и быстрые.

6. СИАМСКИЕ БЛИЗНЕЦЫ

Сиамскими называются близнецы, сросшиеся между собой. Такими близнецами в команде будет каждая пара. «Срастись» им придется спинами. Для этого нужно встать друг к другу спиной и крепко сцепиться руками. Бежать в таком положении можно только боком. Поэтому первая пара боком встает на линию старта, боком бежит и так же возвращается, передавая эстафету следующим «сросшимся близнецам». Спины игроков на протяжении всего бега должны быть плотно прижаты друг к другу. Победит наиболее согласованная и быстрая команда.

7. ПЕРЕНОСКА РАНЕНОГО

В этой эстафете в каждом забеге участвуют трое. Двое «здоровых», третий «раненый», у него «сломана нога», и сам передвигаться он не может. «Здоровые» игроки должны сплести руки так, чтобы из них получилось удобное сиденье. «Раненый» садится в это сиденье и удерживает равновесие, ухватившись удобнее за плечи или за шеи друзей. «Раненый» к «транспортировке» готов. Тогда старт, бег до флажка и, обогнув его, обратно, и передача эстафеты. Побеждают самые изобретательные и быстрые.

8. ПОЕЗД

Капитан команды в этой эстафете будет «локомотивом», остальные участники – «вагонами». После сигнала капитан бежит вперед до флажка и назад до команды один. Когда он возвращается к команде, будет считать, что в этот момент «локомотив» прибывает на «станцию», и здесь к нему можно прикрепить вагон. Так и делаем, второй игрок крепко берется за пояс капитана и путь до флажка и обратно они проделывают вдвоем. На следующей «станции» ко второму вагону «прицепляем» третий и снова в состав. Побеждают те, кто действовал согласованнее и быстрее.

9. ЗМЕЙКА

В этой эстафете участвует сразу вся команда, кроме трех человек. Они встают на линии эстафеты на равном небольшом расстоянии друг от друга и... ничего не делают, просто стоят, как столбы. А остальная команда в это время превращается в «змею». Это легко: нужно выстроиться в колонну, и всем игрокам положить руки на плечи впереди стоящим. Капитан будет «змеиной головой», замыкающий колонну – «хвостом». Змея готова к движению, а двигается она, как вы знаете, извиваясь. Нашей «змее» тоже придется извиваться, т.е. огибать игроков на линии эстафеты. Старт! «Змея» быстро двигается вперед, не толкая «столбы» и не разрывая на кусочки свое «туловище» огибает поворотный флажок и ползет, извиваясь, обратно. Победитель определяется по «змеиному хвосту», т.е. последнему участнику.

Эстафеты с обручем и скакалкой

1. БЕГ СО СКАКАЛКОЙ

Эта эстафета проста. Первый участник команды бежит по сигналу до поворотного флажка и обратно, прыгая через скакалку. Затем он передает скакалку следующему и так до... победы или неудачи. Более сложным вариантом является бег с прыжками через обруч, который используется как скакалка.

2. БЕГ С ОБРУЧЕМ

Это тоже несложная эстафета. Все члены команды по очереди бегут до точки поворота и обратно, крутя на поясе обруч. Побеждают самые гибкие и быстрые. Усложнением эстафеты могут послужить такие задания:

- крутить обруч на шее,
- крутить обруч на руке,
- крутить сразу два обруча на обеих руках.

3. ТРИ ПРЫЖКА

Для выполнения этой эстафеты необходимо на расстоянии 8-10 метров от линии старта положить скакалку и обруч. После сигнала первый участник, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и

устремляется назад передавать эстафету следующему. Второй участник, достигнув лежащих предметов, берет обруч и делает через него три прыжка (как через скакалку). Третий участник вновь берет скакалку и т.д. ... идет чередование. Прибытие последнего члена команды к линии старта означает окончание эстафеты. Победа достанется самым быстрым.

4. СПАСАТЕЛЬНЫЙ КРУГ

Спасательным кругом, который поможет перебраться через «реку», в этой эстафете будет обруч. Линия старта будет одним «берегом», флажок напротив – другим. Капитан команды надевает на себя обруч и, удерживая его на уровне пояса, бежит до установленной отметки. Возвращаясь, он захватывает обручем следующего участника команды и бежит вместе с ним, «переправляя его в спасательном круге» на другой «берег». Так по очереди капитан «переправляет» всю команду на противоположную сторону. Побеждает та команда, которая быстрее перебралась на другой «берег».

5. ИГОЛЬНОЕ УШКО

Вдоль линии эстафеты на земле лежат два или три обруча. Стартуя, первый участник должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя (как нитка проходит через игольное ушко). Затем, добежав до следующего обруча, проделать с ним то же упражнение. И так со всеми обручами на прямом и обратном пути. Побеждает та команда, все участники которой быстрее проденут «нитку», т.е. проделают все операции с обручами.

6. ПРОХОЖДЕНИЕ БОЛОТА

Каждой команде выдается два обруча. С их помощью надо преодолеть «болото». Это будут группы, состоящие из трех человек. По сигналу один из участников первой группы бросает обруч на землю, все три игрока запрыгивают в него. Второй обруч они бросают на такое расстояние от первого, чтобы можно было в него перепрыгнуть, а потом, не покидая пространства второго обруча, дотянуться рукой до первого. Так, совершая прыжки и перекидывая обручи, группа добирается до поворотной отметки. Назад к линии старта можно вернуться по «мостику», т.е. просто катить обручи по земле. А

на линии старта обручи передаются следующей тройке, которую ждет впереди новое «болото». Категорически запрещается ступать ногой за пределы обруча – можно «утонуть». Побеждают ловкие и быстрые.

7. ТОННЕЛЬ

В этой эстафете команда, построившись в колонну, стоит на одном месте. Двигаются в этой эстафете два человека, капитан и его помощник. У них в руках обруч. Они должны, двигаясь с обручем вдоль колонны, «продеть» через него всю команду. Это непросто, ведь игрокам приходится одновременно нагибать голову и прыгать. Когда обруч прошел сквозь всю команду, капитан выпускает его из рук и становится в конце колонны. Помощник в это время бежит в голову колонны и предлагает взяться за обруч тому игроку, который стоит первым. Они вдвоем вновь «запускают» всю команду в «тоннель». После этого помощник встает за спиной капитана, а игрок продолжает эстафету и так до тех пор, пока в голове колонны не окажется капитан. Побеждают наиболее гибкие и быстрые.

8. ПРЫЖКИ СКВОЗЬ КАТЯЩИЙСЯ ОБРУЧ

Перед этой эстафетой нужно особым образом построить команду. Капитан с обручем в руках стоит на линии старта. Команда располагается вдоль линии эстафеты. Сигнал. Капитан очень сильно толкает обруч, чтобы он как можно дольше катился по прямой. Все игроки команды стремятся по ходу обруча прыгать сквозь него и при этом по возможности не сбить. Это очень трудно, поэтому нужно потренироваться накануне эстафеты. Чем больше игроков успело проскочить через движущийся обруч, тем лучше. Победитель определяется по числу участников команды, «прошедших» сквозь обруч до того момента, как он упал.

9. ЛАССО

Лассо – это веревка с петлей на конце. Ковбои кидают его, чтобы заарканить диких мустангов. У вас вместо лассо будут обручи, у каждого члена команды по одному. «Мустангом» будет капитан. Он встает неподвижно на расстоянии 6-10 метров от команды. Его надо «заарканить». Прицелившись,

каждый игрок набрасывает свой обруч на капитана. Капитан может помогать игрокам (наклоняться, приседать), но ему нельзя сходить с места, а также хватать обруч руками. Члены команды не имеют права заступать линию броска. Так как время не учитывается, победитель определяется по числу точных бросков.

10. ПРЫЖКИ НАД СКАКАЛКОЙ

Для этой эстафеты команде придется встать в круг. В центре круга капитан со скакалкой в руках. Длина скакалки должна быть больше, чем расстояние от капитана до любого из игроков. Капитан по сигналу начинает крутить скакалку низко над землей. Каждый участник должен подпрыгнуть в тот момент, когда скакалка приближается к его ногам. Время прыжка нужно рассчитывать очень точно. Если прыгнуть раньше или чуть позже, скакалка ударится о ногу и эстафета прекратится. Побеждает команда, которая была более внимательна и продержалась больше времени, чем остальные.

Игры с мячом «Мой веселый звонкий мяч ...»

1. ПЕРЕДАЧА МЯЧА

Участники команды выстраиваются друг за другом на расстоянии вытянутой руки. Впереди капитан. У него в руках мяч. По сигналу капитан передает мяч над головой стоящему сзади, тот следующему и так до конца. Игрок, стоящий в конце, получив мяч, бежит с ним в голову команды, встает перед капитаном и повторяет передачу мяча. Выигрывает та команда, игроки которой быстрее осуществляют передачу, и капитан вновь займет исходное положение. У этой эстафеты могут быть варианты:

- передача мяча происходит между ног,
- мяч передается справа или слева,
- происходит чередование передачи, сверху, снизу и т.д.

2. ФУТБОЛ И БАСКЕТБОЛ

На линии эстафеты устанавливаются кегли, флажки или заменяющие их предметы. Участник должен, ведя мяч ногами (подражая футболисту),

обойти флажки или кегли, Добежав до финиша, игрок берет мяч в руки и по прямой возвращается к команде, ударяя при этом мяч о землю (подражая баскетболисту) У линии старта он передает мяч следующему члену команды. Побеждает та команда, которая в полном составе, быстро и правильно проделает маршрут.

3. ХОККЕЙ НА ТРАВЕ

Вы, наверное, видели, как играют в хоккей на траве. В этой эстафете только мяч будет побольше, а клюшку может заменить обычная гимнастическая палка. Эстафета похожа на предыдущую, только мяч необходимо вести между флажками или кеглями с помощью палки туда и обратно. Палки-клюшки в этой эстафете достаточно одной на каждую команду. Побеждает та команда, все игроки которой прошли маршрут и первыми достигли финишной черты.

4. УДЕРЖАНИЕ МЯЧА

В этой эстафете бегут сразу двое. Два участника встают лицом друг к другу и при этом удерживают мяч лбами. Руки кладутся на плечи друг другу. Вот так необычно удерживая мяч, необходимо пробежать до определенной отметки, вернуться и передать мяч следующей паре. Если мяч упал, его необходимо поднять и от места падения продолжить бег, закрепив предварительно мяч. У этой эстафеты могут быть варианты:

- мяч удерживается животами участников, а руки кладутся на плечи,
- мяч удерживается спинами, а руки скрепляются в локтях,
- мяч удерживается на двух гимнастических палках, которые за концы держат два члена команды.

5. ПРЫЖКИ И БЕГ С МЯЧОМ

Участники встают парами, держась за руки. В свободной руке у каждого участника первой пары мяч (волейбольный, баскетбольный, футбольный, но не теннисный). Задача – пропрыгать вместе до финиша, не расцепляя рук и не уронив мяча. Мяч при этом нельзя прижимать к телу. Добравшись до финиша, обратный путь игроки проделывают бегом, по-прежнему держась за

руки. Добежав до своей команды, ребята передают мячи следующей паре. Последняя пара участников, первыми закончившая прыжки и бег, приносит победу своей команде.

6. ПРЫЖКИ С ЗАКРЕПЛЕННЫМ МЯЧОМ

Команда выстраивается в колонну. Первый участник закрепляет мяч между коленями, удерживает его в таком положении, начинает по сигналу прыжки. Допрыгав до поворотного флажка, он берет мяч в руки, бежит назад и передает мяч следующему игроку. Тот повторяет упражнение. Если мяч «выпал», его требуется поймать, вернуться на то место, где прерваны прыжки, закрепить мяч и продолжить эстафету. Побеждает команда, все участники которой быстрее прыгали и крепче держали мяч. У этой эстафеты могут быть варианты:

- мяч устанавливается на голове и придерживается одной рукой,
- мяч зажимается между ступнями ног,
- мяч закрепляется между локтями перед грудью.

7. БЕГ С ТРЕМЯ МЯЧАМИ

На линии старта первый участник команды берет удобным для себя образом три мяча (футбольный, волейбольный и баскетбольный). По сигналу он бежит с ним до поворотного флажка и складывает возле него мячи. Назад он возвращается пустой. Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимает их, возвращается с ними назад к команде и передает их третьему игроку. Эстафета заканчивается, когда все игроки приняли в ней участие. Победитель определяется по времени с учетом четкости выполнения задания. У эстафеты могут быть варианты:

- вместо трех больших мячей используется шесть маленьких, теннисных,
- вместо бега игрокам предлагается совершать прыжки.

8. ПОПАДАНИЕ МЯЧОМ В ЦЕЛЬ

На расстоянии 8-10 метров от линии старта устанавливается кегля или флажок. Каждый участник команды получает право на один бросок, он дол-

жен постараться сбить мишень. После каждого броска мяч возвращается команде. Если мишень сбита, ее устанавливают на прежнее место. Побеждает команда, у которой больше точных попаданий. Время не учитывается. У этой эстафеты могут быть варианты:

- мяч не летит, а катится по земле, пущенный рукой,
- игроки пинают мяч ногой,
- игроки бросают мяч обеими руками из-за головы (как футболисты, вводящие мяч из-за боковой линии).

9. ПЕРЕКИДКА МЯЧА

Команда выстраивается в колонну, на линии старта капитан. В руках у него мяч. На расстоянии 8-10 метров проводится черта, за ней один из игроков. Капитан по сигналу бросает мяч игроку напротив и тут же перебегает со своего места в хвост колонны. Игрок-водящий должен, поймать мяч и перебросить его назад команде, желательно прямо в руки тому участнику, который уже занял место капитана. Тот вновь бросает мяч водящему и встает в хвост колонны. Перекидка идет до тех пор, пока мяч вновь не окажется в руках капитана. Он поднимает вверх мяч – эстафета окончена. Если кто-то из игроков не поймал мяч, он должен его догнать, вернуться на место бросков и продолжить перекидку. Переступать линии бросков с той и с другой стороны нельзя. Победа достается самым метким и быстрым. У эстафеты может быть вариант, когда мяч пинают ногой, а не бросают руками.

10. ПЕРЕПАСОВКА МЯЧА

На линии эстафеты устанавливается 6-8 флажков или кеглей. По сигналу стартуют два участника команды. Один из них бежит по одну сторону флажков, другой – по другую. При этом один из игроков ведет ногами мяч. Добежав до ближайшего флажка, он отдает пас второму игроку, тот принимает мяч и ведет его до следующего флажка. После чего также делает пас. Перепинывая друг другу мяч, они бегут до поворота и обратно, после чего передают эстафету. Мяч должен прокатываться в пространстве между флажками, не сбивая их. Если флажок сбит, возникает вынужденная задержка: иг-

роки прекращают временно эстафету и устанавливают флажок на место. Только после этого можно продолжать движение. Побеждают самые аккуратные и быстрые.

Игры – импровизации

Игры-импровизации направлены на развитие воображения у детей. Воображение - это психический процесс, заключающийся в создании образов и ситуаций, никогда в целом непосредственно не воспринимавшихся. Стремление обеспечить условия для реальной готовности детей к участию в музыкально-сценической деятельности привело нас к созданию нескольких форм организации работы воображения, названных нами мимическими, пластическими, музыкально-двигательными, интонационно-речевыми и темброво-имитационными импровизациями.

Мимические импровизации представляют воспроизведение ребёнком того или иного настроения при активной работе лицевых мышц. Условием включения детей в мимические импровизации является их умение ориентироваться в различных эмоциональных состояниях, умение регулировать и управлять ими. Для этого у детей, прежде всего, необходимо формировать первоначальные представления о природе человеческой мимики с помощью психофизической активизации лицевых мышц. После этого детям можно давать задания на развитие творческого воображения средствами мышц лица. К играм, которые учат детей различать эмоциональные состояния и управлять ими, относятся следующие: «Наши настроения», «Эмоциональная угадайка», «Весело-грустно», «Дружные настроения», «Чудо-голова» и «Говорящее лицо».

Пластические импровизациями – это совокупность выразительных движений тела человека, охватывающая те изменения в походке, осанке и жестах, которые передают его психическое состояние, переживания, отношения к тем или иным явлениям. Большое значение в пластических импровизациях имеют жесты (особенно, движения рук), осанка, поза, походка. Актив-

ное включение воображения предполагают игры на закрепление представлений о выразительных возможностях пластики. Среди них «Волшебные руки», «Заколдованные шаги», «Что мы делаем?», «Кто я есть?».

Музыкально-двигательные импровизации являются особой формой организации деятельности детей, основанной на фантазировании посредством выразительных движений под музыку. В основе музыкально - -двигательных импровизаций лежат музыкальные образы, которые необходимо воплотить в мимике и пластике. Перед детьми ставится задача прослушать некое музыкальное произведение, определить образ, услышанный в музыке и дать этому образу устную характеристику. После этого детям предоставляется возможность сценического воплощения музыкального образа пантомимическими средствами (мимика, пластика, жесты, позы и т.д.). На музыкально-двигательные импровизации направлены игры «Семечко», «Волшебное гнездышко», «Музыкальный портрет», «Киндер-сюрприз».

Интонационно-речевые импровизации развивают умение сопереживать и адекватно реагировать на эмоциональное состояние другого человека, а также выразительную сторону речи. Они предполагают передачу голосом эмоциональных переживаний героя (грусть, радость, тревога и т.д.) и различного рода интонаций (требование, вопрос, жалоба и т.д.). Интонационно-речевые импровизации лежат в основе таких предлагаемых игр, как «Пере-превращения», «Интересно об известном», «Театр слова».

Темброво-имитационные импровизации представляют собой озвучивание стихотворных и сценических образов на детских музыкальных инструментах. Импровизация заключается в разнообразных звуковых имитациях образов (ветер, ручей, гроза, снег и т.д.). При этом дети свободны в выборе инструментов (ориентируясь на их тембры) и средств музыкальной выразительности (темп, динамика, регистр, ритм, приемы игры и т.д.). Темброво-имитационные импровизации получили название «Театр музыкального звука».

«Наши настроения»

Педагог рассказывает детям о том, что все, что человек чувствует, обязательно отражается на его лице. Наглядным материалом игры выступает карта с зарисовками выражений лица человека: «счастье», «уныние», «удивление», «покой», «злость» и т.д. С каждой зарисовкой дети знакомятся отдельно. Рассматривая, например, «удивление», дети с педагогом выясняют положение на этом рисунке бровей, глаз и губ. Можно задать такие вопросы: «Удивлялись ли сегодня твои брови и чему?», «Удивлял ли ты мамыны глазки и чем?», «Может ли твой ротик удивиться отдельно от бровей и глаз и почему?» и т.д.

После знакомства с зарисовками выражений лица человека можно эти настроения перевести в схематическое изображение.

«Эмоциональная угадайка»

Педагог загадывает какое-либо настроение из тех, что представлены на карте с зарисовками выражения лица человека («счастье», «уныние», «удивление», «покой», «злость» и т.д.) Описывает ситуацию, связанную с этим настроением, не произнося его самого. Дети должны догадаться, о чём идёт речь, и указать на соответствующую карточку. Ситуации можно предлагать детям в форме стихотворений, например, А.Л. Барто:

Зайку бросила хозяйка,
Под дождем остался заяка.
Со скамейки слезть не мог,
Весь до ниточки промок. (ГРУСТЬ)
Самолет построим сами,
Понесемся над лесами.
Понесемся над лесами,
А потом вернемся к маме. (РАДОСТЬ)
Спать пора! Уснул бычок,
Лег в коробку на бочок.
Сонный мишка лег в кровать.
Только слон не хочет спать. (ПОКОЙ)

«Весело - грустно»

Хорошо освоив все схематические зарисовки выражений лица человека (игры «Наши настроения» и «Эмоциональная угадай-ка»), педагог предлагает детям выбрать из них как можно больше контрастных пар: веселье - грусть, злость - испуг, хвастовство - скромность и т.д. Важно поощрять самые необычные сочетания, предлагаемые детьми. Главное условие: дети должны обосновать, почему именно эти настроения выбраны в паре. Например, «когда один человек злится на другого человека, то тот другой сразу же пугается» или «хвастать не хорошо, хорошо быть скромным» и т.д.

«Дружные настроения»

С настроениями можно играть и по-другому. Дети пробуют объединить все родственные настроения в одну цепочку. Например, «счастье-удовольствие-веселье», «уныние-грусть-обида» и т.д.

«Чудо-голова»

Педагог предлагает детям представить себя в виде огромной чудо - головы без рук и без ног (можно показать иллюстрацию к сказке А.С. Пушкина «Руслан и Людмила»). У этой чудо-головы есть только очень выразительное и подвижное лицо.

И вот однажды утром чудо - голове ...

На брови села бабочка - думала, качели...

Мы покачали бабочку бровями, как сумели.

(работают мышцы лба)

Комар у носа вертится, сесть на нос хочет нам,

А нос на это сердится: «Сесть на себя не дам!»

(работают мышцы вокруг носа)

По губам ползет букашка, перепутав их с ромашкой.

Нужно губы нам сомкнуть и букашку с губ стряхнуть!

(работают мышцы губ с закрытым ртом)

Решила чудо-голова пропеть какие-то слова,

Активно открывает рот, но ... не слышно, что поет.

(работают нижняя челюсть и мышцы губ с открытым ртом)

«Говорящее лицо»

Для артиста очень важно, чтобы его лицо было выразительным. Лицо может быть выразительным в том случае, если, глядя на него, зрителю всё становится понятно и без слов. Помня о том, что любое настроение человека можно определить по его выражению лица, ребенок пробует предлагаемые педагогом ситуации выразить с помощью своей мимики (положение бровей, губ, выражение глаз, наклон или поворот головы), с помощью эмоциональной реакции ребёнка. В игре можно использовать стихи:

Мы за солнышком следим,
На него всегда глядим:
Если солнце в небе светит,
Кто же это не заметит?.. (радость)
Если солнца в небе нет,
То грустит весь белый свет... (унынье)
Как-то утром – во дела! –
Солнца вышло сразу два! (удивление)
Непонятное кино!
Солнце быть должно одно!
Только вот кроту обидно, (досада)
Солнышко ему не видно
Ни одно, ни два, ни три.
Так обидно, хоть реви!
Вдруг по небу к нам плывёт
Синей тучей кашалот.
Он свою разинул пасть, (тревога)
Хочет солнышко украсть.
Очень страшно солнцу стало, (испуг)
Нас помочь оно позвало.
Солнце выкрасть не дадим, (угроза)

Тьме дорогу преградим,
Туче очень громко скажем:
«Мы тебя сейчас накажем!»
Злобный синий кашалот
Станет вдруг наоборот
Доброй синей птицей счастья.
Птице дружно скажем: «Здрасьте!»

«Волшебные руки»

Педагог объясняет детям, что иногда очень выразительные руки могут многое рассказать без слов. Для этого достаточно лишь пофантазировать и представить, что руки вдруг превратились ... в ветерок, в морскую волну, в самолёт и т.д. Игра детям понравится больше, если она будет проходить в поэтизированной форме, например:

Птица счастья прилетела,

Покружилась, тихо села (руки имитируют широкий размах крыльев большой, красивой, доброй птицы).

Вот змея, как лента вьется (руки имитируют ползущие движения змеи).

Птичка на свободу рвется (руки имитируют мелкие и суетные устремления маленькой птички).

Ветер весело резвится (руки имитируют веселые порывы ветра, то успокаивающиеся, то вновь полные озорства).

Самолет по небу мчится (руки имитируют уверенное движение по небу «стальной птицы»).

К берегу спешит волна,

Поднимая ил со дна (руки имитируют игривые, то набегающие, то откатывающие морские волны).

И цветы вдруг распустились (руки имитируют цветы: их пробуждение или их качание на ветру и т.д.).

Почки вербы распушились (внимание детей с рук переключается на пальцы, к фантазированию руками добавляются более мелкие движения пальцев).

Вот и бабочка-краса

Полетела в небеса (пальцы и руки имитируют легкое, воздушное порхание бабочки).

В норке ежик спать прилег (пальцы и руки имитируют движения колючего ёжика).

Колокольчика цветок, звонко песенку запел (пальцы и руки имитируют звонкий колокольчик на ветру).

Даже рак не утерпел –

Эту песню услышал

И клешнями замахал (пальцы и руки имитируют рака)

В тени задумался паук:

Восемь ног иль восемь рук? (пальцы и руки имитируют движения паука). Таким образом, к концу игры у нашей «чудо - головы» постепенно появилось все: руки, пальцы и даже ноги.

«Заколдованные шаги»

Педагог объясняет детям, что для того, чтобы «превратиться» в кого-то другого, нужно изменить не только выражение лица и движения рук, но и походку. По просьбе педагога дети представляют себя в различных образах (часы, лягушка и др.). Подключая специфические движения ног и особенности походки, нужно выразительно представить эти образы в различных ситуациях и обстоятельствах. Игра проходит в поэтизированной форме: на болоте ходят цапли:

«Ключевой воды бы каплю!» (дети шагают так, как, по их представлениям, может по болоту передвигаться цапля)

Рядом прыгают лягушки,

Глазки есть, а где же ушки? (дети имитируют скачущие движения лягушек, которые могут взаимодействовать друг с другом)

Нам часы «тик-так» поют.

В ногу с временем идут (подключая движения рук, головы, ног, дети «превращаются» в часы)

Лучшая мячу работа -

Это прыгать без заботы (дети имитируют разнообразные движения мяча: прыгающие, катающиеся и проч.)

Прибыл с полюса пингвин,

Много нас, а он один (дети имитируют движения пингвина)

«Кто я есть?»

Дети делятся на две равные по количеству участников команды. Участники первой команды, договорившись между собой, выбирают какое-либо растение, например, шиповник, одуванчик, ромашка (или животное (например, кенгуру, жираф, обезьянка), или предмет домашнего обихода (например, вилка, молоток, расчёска), или канцелярский предмет (например, ластик, точилка, карандаш). Затем они продумывают, как можно с помощью мимики, жестов и движений показать этот образ участникам противоположной команды, чтобы те без слов догадались. После этого один из участников первой команды (по выбору самих детей) без слов с помощью актерских выразительных средств (мимика, пластика, жесты, движения) объясняет загаданный образ участникам противоположной команды:

Кто я есть - я не скажу,

Кто я есть - я покажу.

Мой секрет скорей раскрой -

Угадай - кто я такой?

Если участники отгадывающей команды затрудняется с ответом, то они задают вопрос, на который участники загадывающей команды могут ответить лишь «да» или «нет». Далее команды меняются местами: «загадку» загадывает вторая команда первой. Выигрывает та команда, которая задала меньше вопросов команде противников.

«Что мы делаем?»

Дети делятся на две равные по количеству участников команды. Участники первой команды, договорившись между собой, придумывают какое-либо действие, совершаемое дома (чистить зубы, наливать и пить чай, читать книжку, гладить котенка, укладывать спать куклу), либо на улице летом (купаться, собирать цветы, ловить сачком бабочек/кузнечиков, играть с цветком одуванчика, гадать на ромашке), либо зимой (играть в снежки, кататься на коньках, смотреть через замороженное окно на улицу, ловить снежинки, согреваться движениями от холода) и т.д.

Затем они продумывают, как можно с помощью актерских выразительных средств (мимика, пластика, жесты, движения) показать этот образ участникам противоположной команды, чтобы те без слов догадались. После этого выбирается столько человек, сколько нужно для выразительной демонстрации действия (один или несколько):

Что мы делаем - не скажем,

Лучше вам мы всё покажем!

Дайте нам скорей ответ:

Вам понятно или нет?

Как и в предыдущей игре, если участники отгадывающей команды затрудняется с ответом, то они задают вопрос, на который участники загадывающей команды могут ответить лишь «да» или «нет». Далее команды меняются местами: «загадку» загадывает вторая команда первой. Выигрывает та команда, которая задала меньше вопросов команде противников.

«Семечко»

Дети слушают рассказ о том, что однажды на спящее в земле семечко попала дождевая капля. Семечко стало разбухать от влаги, из него пробился росток, который через некоторое время превратился в некое растение. Это может быть подсолнух, колокольчик или просто колосок. А может и колючий кактус:

Дождик землю поливает

Влагой семечко питает.

Вот проклюнулся росток...

Что же это за цветок?

Для каждого растения (с помощью концертмейстера или используя фонограмму) дети выбирают музыкальную зарисовку (например, для колокольчика). С детьми обязательно обсуждается, почему та или иная музыкальная зарисовка подходит для этого образа. Например, «эта музыка подходит для колокольчика, потому что она звонкая», «потому что она такая же весёлая как колокольчик», «потому что она также дрожит от ветра» и т.д.

Затем педагог просит детей (по одному или сразу нескольких желающих) попробовать перевоплотиться («превратиться») в образ колокольчика, используя соответствующие, по их мнению, выражение лица, жесты, движения корпуса и ног. Педагог вместе с детьми выявляет удачные находки.

«Волшебное гнездышко»

Дети слушают музыкальные пьесы и, выбирая для каждой какой-либо образ (лиса, медведь, кенгуру, лебедь и т.д.), объясняют свой выбор. Например, «музыка хитрая и мягкая, как лиса», или «музыка тяжёлая и неуклюжая как будто медведь идёт», или «музыка прыгает с места на место, как кенгуру», или «музыка плывёт будто лебедь» и т.д. Наиболее удачные находки детей отмечаются.

Затем педагог предлагает детям (по одному или группой) попробовать, прислушавшись к музыке, «превратиться» в тот или иной музыкальный образ, используя соответствующие мимику и жесты: ковёр, на который садится ребёнок, превращается в волшебное гнездышко, а сам ребёнок - в яичко, из которого должен проявиться необыкновенный обитатель этого гнездышка (лиса, медведь, кенгуру, лебедь и т.д.).

Гнездышко волшебное...

Странное яичко...

Кто сейчас появится:

Волк или лисичка,

Зайчик или ежик?..

Кто в яичке все же?

«Музыкальный портрет»

Педагог предлагает детям прослушать музыкальные пьесы, представляющие портреты-зарисовки некоего характера. Это пьесы из сборника И.Смирновой «Забавные портреты»: «Плакса», «Засоня», «Забияка», «Озорник» и др. Дети сопоставляют изображаемый характер с выразительными особенностями музыки (темп, динамика, штрихи и др.), а затем эти выразительные музыкальные особенности с выразительными мимико-пластическими возможностями.

Далее кто-либо из детей (или несколько желающих детей) с помощью мимики и пластики пробует «поиграть» в один из характеров. Для комфортности молено создать детям некую обстановку для выполнения действий с помощью сценических атрибутов: кубов, стульев, стола или ширмы.

«Киндер - сюрприз»

Дети очень любят киндер-сюрпризы. Ведь они скрывают от детей приятные тайны. Педагог предлагает поиграть в необычные киндер-сюрпризы. Необычность заключается в том, что сюрприз будет скрываться в музыке. Для игры как нельзя лучше подходит цикл пьес В. Калистратова «Картины русских сказок», где каждая пьеса «рисует» какого-либо сказочного персонажа: Царевна-Лебедь, Баба-Яга, Жар-птица, Иванушка. Выявляя изобразительные особенности конкретной пьесы, дети сопоставляют их с характерными движениями сказочных персонажей. По желанию дети (по одному или сразу несколько) под музыку конкретной пьесы из киндер-сюрприза пробуют «превратиться» в того или иного сказочного героя, используя выразительные движения лица и тела (мимика, пластика), соответствующие этому образу.

«Перепревращения»

Игра имеет литературную основу. Это может быть любое стихотворение от какого-либо конкретного лица, например, от лица «зайчика».

Я все по лесу скакал,

Круглый год беды не знал.

Был зимой я белым гнетом,
Ну а серым буду летом.

Стихотворение разучивается с детьми, после чего педагог просит кого-либо из детей продекламировать стихотворение с интонациями, характерными для зайчика, а именно легко, беззаботно, весело. Но это только превращение.

Перепревращение заключается в том, что образу зайчика задается не характерное для него настроение и состояние. В случае перепревращения ребёнок пробует рассказать стихотворение от имени зайца то хвастливого, то трусливого, то рассерженного, то мечтательного и т.д. При этом поощряются не только интонационно-речевые импровизации, но и двигательные-мимические.

Можно предложить детям следующие варианты стихотворений:

Дую, дую на просторе: До зари я утром встал,
На полях, в лесу и в море. Встрепенулся и сказал:
Гну деревья до земли, «Эй, засони, хватит спать!
Подгоняю корабли. День пришёл, пора вставать!»
(Ветерок) (Петушок)

«Интересно об известном»

В основе игры лежит какое-либо хорошо знакомое детям стихотворение, написанное от лица автора. Это стихотворение нужно рассказать так, чтобы всем было интересно его слушать. Для этого придумываются различные воображаемые ситуации (т.н. «предлагаемые обстоятельства»), в рамках которых разворачиваются события стихотворения. Кто-либо из детей по желанию рассказывает это «старое» стихотворение на «новый» лад, используя выразительные возможности своего голоса (темп, динамика, высота, а также звукоподражание).

Можно, например, предложить детям стихотворение В. Степанова «Почему не спят котята?»

«Театр слова»

Игра основывается на любом известном детям стихотворении, где в диалог вступают несколько персонажей. Как и в предыдущей игре, дети вместе с педагогом придумывают различные воображаемые ситуации, в условиях которых для каждого персонажа выбираются характер, настроение, поведение. Дети распределяются по ролям. Далее разыгрывается этюд-сценка.

Можно предложить детям стихотворение В. Медведевой «У меня кругом друзья» или А. Усачева «Жужжащие стихи».

«Театр музыкального звука»

Педагог предлагает детям послушать стихотворение. После вопроса педагога «Если бы стихотворение ожило, то какие бы звуки мы могли бы слышать?», дети перечисляют «звуки стихотворения». Затем из многочисленных детских музыкальных инструментов они выбирают те, тембры которых могут взять на себя «роль» того или иного звучащего образа. Дети вместе с педагогом обсуждают выразительные возможности выбранных инструментов для «музыкальной театрализации» этих образов. Распределив «роли», дети озвучивают стихотворение, которые вновь читает педагог.

Для музыкальной театрализации можно взять следующие стихотворения: А.С. Пушкин «Зимний вечер», «Зимняя дорога», А. Фет «Я пришел к тебе с приветом», «Вечер», «Ласточки пропали», С.А. Есенин «Ночь», Я.Л. Аким «Песенка в лесу», Ф.И. Тютчев «Как весел грохот», «В небе тают облака», Н.М. Языков «Буря».