

Муниципальное бюджетное
учреждение дополнительного образования
Центр развития творчества детей и юношества
городского поселения «Рабочий поселок Чегдомын»
Верхнебуреинского муниципального района
Хабаровского края



СБОРНИК
летних программ профильных лагерей



МБУ ДО ЦРТДиЮ п. Чегдомын 2021 г.

В данный сборник вошли обновленные программы оздоровительных и профильный лагерей, реализация которых, запланирована на летний период 2021 г.

Содержание

| | |
|--|----|
| ПРОГРАММА летнего лагеря труда и отдыха «К.Р.У.Т.О.»..... | 3 |
| ПРОГРАММА летнего профильного эколого-биологического лагеря «Кедровка»..... | 7 |
| ПРОГРАММА летнего сетевого лагеря социально-педагогической направленности «Поколение РДШ»..... | 12 |
| ПРОГРАММА летнего многодневного похода туристско-краеведческой направленности..... | 18 |
| ПРОГРАММА физкультурно-спортивной направленности «Вечерний стадион»..... | 21 |
| ПРОГРАММА летнего профильного лагеря технической направленности «Стоп-кадр»..... | 28 |
| ПРОГРАММА летнего профильного лагеря «Калейдоскоп»..... | 32 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ..... | 36 |

ПРОГРАММА
летнего лагеря труда и отдыха
«К.Р.У.Т.О.»
(Команда ребят, умеющих трудиться и отдыхать)
Срок реализации - 6 дней.
Возраст детей с 14-16лет.

Автор-составитель
Керн И.Ю.: педагог-организатор

Пояснительная записка.

Летние каникулы – это лучшая пора для совершенствования возможностей ребёнка, вовлечения его в новые социальные связи, удовлетворения его интересов и потребностей.

Главная идея создания летнего лагеря труда и отдыха – помочь подросткам использовать период летнего отдыха для укрепления здоровья, развития физических сил.

Программа «К.Р.У.Т.О.» («Команда ребят, умеющих трудиться и отдыхать») направлена на предоставление возможности каждому подростку проявить свои творческие, организаторские способности, приобщить к трудовой деятельности, расширить круг общения через совместное обсуждение тех или иных вопросов со своими педагогами, сверстниками.

Деятельность во время лагерной смены осуществляется одним отрядом.

Цель программы: создание условий для развития социальной активности подростков, основанной на социально значимом труде.

Задачи:

- ☀ вовлечь подростков в общественно полезную деятельность;
- ☀ способствовать воспитанию социально ответственного отношения к процессу и результату своей деятельности;
- ☀ сформировать потребности к занятиям спортом и здоровому образу жизни.

Возраст участников: 14-16 лет. Количество участников: от 12-16 человек (четное количество). Данная программа краткосрочная, реализуется в течение 6 дней. Режим работы лагеря с 9.00 до 13.30.

Режим дня

| | |
|-------------|---------------------|
| 9.00 – 9.30 | Общий сбор, зарядка |
| 09.30 | Завтрак |
| 10.00 | Инструктаж по ТБ |
| 10.00-10.45 | Трудовой десант |
| 10.45-11.00 | Перерыв |
| 11.00-11.45 | Трудовой десант |
| 12.00-12.45 | Общее мероприятие |
| 13.00 | Обед |
| 13.30 | Уход домой |

Основные направления деятельности по реализации задач лагеря труда и отдыха:

- ☀ трудовое;
- ☀ досуговое;
- ☀ спортивно-оздоровительное.

Лагерь труда и отдыха размещается на базе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центр развития творчества детей и юношества.

Формы организации деятельности:

- ☀ трудовые десанты;
- ☀ викторины;
- ☀ соревнования;
- ☀ линейка;
- ☀ эстафеты.

ПЛАН РАБОТЫ

| № | Наименование мероприятия | Количество часов |
|--------|---|------------------|
| 1 день | • Трудовой десант | 2 |
| | • Соревнование «Сильные, смелые, ловкие» | 1 |
| 2 день | • Трудовой десант | 2 |
| | • Соревнования по волейболу. | 1 |
| 3 день | • Трудовой десант. | 2 |
| | • Викторина 75- летию Победы в ВОВ. | 30 мин. |
| | • Спортивная эстафета. | 1 |
| 4 день | • Беседа по ЗОЖ | 30 мин. |
| | • Трудовой десант. | 2 |
| | • Спортивная игра «Футбол». | 1 |
| 5 день | • Интерактивная игра «Азбука дорожного движения». | 30 мин. |
| | • Трудовой десант. | 2 |
| | • Соревнования по настольному теннису. | 1 |
| 6 день | • Трудовой десант. | 2 |
| | • Награждение и подведение итогов смены. | 1 |

Содержание

1 день:

Встреча детей в ЦРТДиЮ. Сбор документов: медицинская справка о состоянии здоровья, разрешение родителей на трудовую деятельность. Знакомство с детьми, представление педагогов. Основные режимные моменты, план работы на смену и первый день. Разделение отряда на два звена, выбор бригадиров. Инструктаж по охране труда.

Прополка клумб с цветами, полив.

Спортивная эстафета «Сильные, смелые, ловкие».

2 день:

Сбор детей, утренняя зарядка. Линейка, получение заданий на день.

Инструктаж по охране труда. Обрезка кустарников, прополка, побелка деревьев в палисаднике.

Спортивная игра «Волейбол».

3 день:

Сбор детей, утренняя зарядка. Линейка, получение заданий на день. Инструктаж по охране труда.

Реставрация «сказочного замка» и каркаса цветочной клумбы.

Проведение викторины «Минувших лет живая память», посвященной 75-летию Победы.

Спортивная эстафета.

4 день:

Сбор детей, утренняя зарядка. Линейка, получение заданий на день. Инструктаж по охране труда.

Беседа по ЗОЖ «Мы за здоровый образ жизни»: оптимальный режим труда и отдыха подростков, правильное питание, двигательная активность, личная гигиена, закаливание, искоренение вредных привычек.

Установка декоративного ограждения палисадника.

Спортивная игра «Футбол».

5 день:

Сбор детей, утренняя зарядка. Линейка, получение заданий на день. Инструктаж по охране труда.

Интерактивная игра «Азбука дорожного движения». Закрепление теоретических знаний по правилам дорожного движения.

Установка декоративного ограждения палисадника.

Соревнования по настольному теннису.

6 день:

Сбор детей, утренняя зарядка. Линейка, получение заданий на день. Инструктаж по охране труда.

Покраска ограждения территории ЦРТДиЮ. Торжественная линейка, награждение участников лагеря.

Ожидаемые результаты смены:

- ☀️ получение участниками смены умений индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности;
- ☀️ повышение ответственного отношения к процессу и результату своей деятельности;
- ☀️ укрепление физических и психологических сил подростков.

Материально-техническое обеспечение:

Территория и помещения:

- кабинет
- спортивный зал;
- спортивная площадка.

Спортивный и садовый инвентарь:

- мячи: резиновые, волейбольные, футбольные, теннисные;
- скакалки;
- бадминтон;
- теннисные ракетки;
- грабли;
- лейки;
- лопаты,

Спецодежда:

- перчатки

Оборудование:

- столы и стулья в необходимом количестве;
- фотоаппарат.

Кадровое обеспечение

В лагере работают 2 педагогических работника – организатор лагеря и педагог.

Методическое обеспечение

Одно из важных направлений программы – *трудовое*. Именно в процессе трудовой деятельности происходит физическое и умственное развитие, воспитание аккуратности, желание поддерживать чистоту и порядок. В проявлении этих качеств помогут мероприятия, направленные на благоустройство территории ЦРТДиЮ - прополка сорняков, рыхление, прореживание, полив клумб, обрезка и побелка деревьев, покраска ограждений.

Отряд «Круто» делится на две бригады, в каждой бригаде выбирается бригадир. Каждый день бригадам выдается наряд с перечнем заданий, в наряде ставится количество баллов за отработанный день. Учитывается активное участие бригады в трудовых, спортивных и досуговых мероприятиях в течение дня. Победившая бригада в конце дня награждается переходящим вымпелом.

Для реализации спортивно-оздоровительного направления каждый день запланирована утренняя зарядка, спортивные эстафеты и соревнования, игры «Футбол», «Волейбол», «Настольный теннис». Все мероприятия направлены на укрепление физического и психического здоровья подростков, привитие положительного отношения к здоровому образу жизни, знание элементарных правил личной гигиены.

В перерывах между трудовой деятельностью проводятся подвижные игры.

Ежедневно проводятся инструктажи по технике безопасности перед выполнением различных форм деятельности.

Список литературы и интернет источников

1. А.П. Гузенко Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Волгоград: Учитель, 2007
2. А.Н. Сысоева Организация летнего отдыха детей. М., 2010г.
3. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. С.И. Лобачева. Москва: ВАКО, 2007 г.
4. <https://go.mail.ru/redirect?type=sr&redirect> – Программа лагеря труда и отдыха с дневным пребыванием;
5. <https://go.mail.ru/redirect?type> – Программа лагеря труда и отдыха;
6. <https://go.mail.ru/redirect?type> – Методическая разработка по теме: «Программа летнего трудового лагеря».
7. <https://go.mail.ru/redirect?type>- Программа пришкольного лагеря труда и отдыха.

ПРОГРАММА
летнего профильного эколого-биологического лагеря «Кедровка»
Естественно - научная направленность
Возраст детей 11-15 лет.
Срок реализации – 14 дней.

Автор-составитель: Андросюк Е.В.
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Проблема взаимоотношений человека, природы и общества стояла на всех этапах развития человечества, но особой остроты достигла на пороге третьего тысячелетия. Анализ подлинных причин экологического кризиса убеждает нас в том, что главное противоречие не между человеком и природой, а между культурой и деятельностью в природе. Поэтому основная задача сегодня - достижение экологической грамотности всего населения страны, и, прежде всего, наших детей, т.е. формирование экологических компетенций. Одним из условий формирования экологической компетентности подрастающего поколения является создание единой системы теоретических и практических видов деятельности школьников: учебной, исследовательской, игровой, общественно полезной, что возможно в рамках экологического лагеря.

Смена учебной деятельности на альтернативные формы групповой, индивидуальной и коллективной работы в рамках профильного экологического лагеря позволяет ребёнку уйти от стереотипов обучения, что делает его более увлекательным, мобильным и повышает образовательный потенциал. Работа экологического лагеря наиболее полно способствует также расширению и углублению знаний о природе; вырабатывает умения оценивать состояние окружающей среды, формирует и развивает умения реальной природоохранной деятельности.

Цель: формирование экологической компетентности обучающихся.

Задачи:

- организовать активный отдых и досуговые мероприятия;
- углубить знания и умения в области биологии и экологии в непосредственном общении с природой;
- совершенствовать умения проведения исследовательской деятельности в условиях природы;
- формировать опыт проведения экологических акций.

Участники: учащиеся объединений ЦРТДиЮ, школ района в возрасте 11-15 лет.

Форма проведения: профильный лагерь с дневным пребыванием, без питания. Количество учащихся: 12-15 человек.

Программа реализуется в течение 14 дней. Режим работы лагеря: с 10.00 до 13.00, понедельник-пятница.

Режим дня в лагере:

10.00 - 11.00 Встреча детей. Спортивный час.

11.00 - 13.00 Деятельность по программе

13.00 Уход детей домой

Направление деятельности по реализации задач

- организация и проведение спортивно-оздоровительных мероприятий;
- проведение обучения в различных формах;
- организация и проведение исследовательской деятельности;
- организация и проведение экологических акций.

Формы организации деятельности:

спортивный час,

- викторины,
- экологические игры,
- встречи со специалистами природоохранных организаций,
- практикумы,
- экскурсии,
- экспедиция,

- практические работы,
- экологические акции.

Ожидаемые результаты

Участники смены:

- оздоровятся;
- смогут выполнять простые экологические исследования в полевых условиях;
- станут участниками экологических акций;
- научатся:
- распознавать объекты живой природы (растения, животные);
- правильно вести себя в природе.

Способы проверки результатов

В конце смены проводится «Круглый стол», на котором ребята демонстрируют свои достижения (*фотоальбомы, презентации, фильмы т.п.*)

Учебный план

| № | Название тематических разделов и тем занятий | Всего часов | Кол-во часов | |
|----|--|-------------|--------------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| I | Эколого-биологический | 30 | 8 | 22 |
| 1. | Экология. Цивилизация. Культура | 1 | 1 | |
| | Экологические проблемы и пути их решения. | | 1 | |
| 2. | Экология растений | 9 | 1 | 8 |
| | Биологические методы исследования | | 1 | |
| | Практикум «Биоиндикация» | | | 2 |
| | Практикум "Гербаризации растений" | | | 4 |
| | Практикум «Экологический паспорт древесного растения» | | | 2 |
| 3. | Экология животных | 11 | 4 | 7 |
| | Методы зоологических наблюдений. | | 1 | |
| | Прижизненный анализ птиц, как метод изучения их биологии. Практикум «Прижизненный анализ птиц» | | | 2 |
| | Ихтиофауна рек Верхнебуреинского района | | 1 | 2 |
| | Экология насекомых. Экскурсия «Город муравьев» | | | 2 |
| | Биоразнообразие позвоночных животных Верхнебуреинского района | | 1 | 1 |
| | Беседа «Чем опасны клещи» | | 1 | |
| 4. | Охрана природы и туризм | 9 | 2 | 7 |
| | Туристическая подготовка | | 1 | 2 |
| | Экскурсия - практикум «Антропогенное воздействие на природу» | | | 2 |
| | Экскурсия в визит-центр заповедника «Буреинский». Тема «Заповедник «Буреинский» – жемчужина дальневосточной природы» | | 1 | 1 |
| | Ориентирование на местности | | | 2 |
| II | Воспитательный | 10 | | 10 |
| 1. | Диагностика | | | 2 |
| 2. | Встреча с сотрудниками заповедника | | | 1 |

| | | | | |
|-----|--|-----------|--|----|
| | «Буреинский» | | | |
| 4. | Экскурсия в краеведческий музей. Тема: «История п. Чегдомын» | | | 1 |
| 5. | Акция «Чистый берег» | | | 2 |
| 6 | Игра на местности «Посвящение в экологи» | | | 1 |
| 7 | Экологический брейн-ринг | | | 1 |
| 8 | Акция «Чистая поляна» | | | 1 |
| 9 | «Круглый стол» | | | 1 |
| III | Спортивно-оздоровительный | 14 | | 14 |
| 1 | Спортивные игры | | | 5 |
| 2 | Подвижные игры | | | 6 |
| 3 | Занятия в бассейне | | | 3 |
| | ИТОГО | 54 | | |

(Календарно-тематический план в [Приложении 1](#)).

Содержание программы

I Эколого-биологический раздел

1. Экология. Цивилизация. Культура (1 час)

Теоретическая часть - 1 час. Глобальные экологические проблемы человечества. Современные проблемы охраны природы. Региональные экологические проблемы.

2. Экология растений (9 часов). *Теоретическая часть* - 1 час

Биологические методы исследования.

Практическая часть - 8 часов

Практикум "Гербаризация растений". Сбор, сушка, определение вида растения, изготовление гербария. Практикум «Экологический паспорт древесного растения» Составление паспорта древесного растения (вид, семейство, параметры, оценка экологического состояния). Практикум «Биоиндикация». Экология лишайников. Исследование загрязнения воздуха методом лишеноиндикации.

3. Экология животных (11 часов)

Теоретическая часть - 4 часа

Методы зоологических наблюдений. Позвоночные животные, обитающие в Верхнебуреинском районе. Экология птиц. Птицы бассейна р. Чегдомын. Прижизненный анализ птиц, как метод изучения их биологии. Кольцевание птиц - метод их учета. Рыбы бассейна р. Чегдомын. Экология муравьев. Наблюдение за муравьями. Учет муравейников, их замеры. Таежный клещ - биология, методы защиты от укуса.

Практическая часть - 7 часов

Экскурсия в лес «Город муравьев».

Практикум «Прижизненный анализ птиц».

«Голубой патруль» на р. Чегдомын.

Экскурсия «Позвоночные животные парковой зоны п. Чегдомын».

4. Охрана природы и туризм (9 часов)

Теоретическая часть - 2 часа

Правила поведения в природе. Решение экологических задач. Туристическая подготовка: экипировка, правила установки палатки, техника безопасности во время похода, оказание первой помощи в полевых условиях. Ориентирование на местности по компасу, и биологическим объектам. Основные типы современных антропогенных воздействий на природу. Заповедник «Буреинский» - охраняемая природная территория Верхнебуреинского района. Функции заповедника, основные направления деятельности. Знакомство с сотрудниками заповедной территории.

Практическая часть - 7 часов

Экскурсия в визит-центр заповедника «Буреинский». Тема «Заповедник «Буреинский» – жемчужина дальневосточной природы». Экскурсия – «Антропогенное воздействие на природу». Практикум «Установка туристической палатки». Практическая работа «Оценка

воздействия человека на природу городского парка п. Чегдомын». Соревнование «Ориентирование на местности».

II Воспитательный раздел (10 ч.)

Диагностика: анкетирование в начале и конце смены на предмет ожиданий и удовлетворенности деятельностью. Ежедневное заполнение экрана настроения. Встреча с сотрудниками заповедника «Буреинский». Деятельность научных сотрудников, госинспекторов и руководителя отдела экологического просвещения охраняемой территории. Экскурсия в краеведческий музей на тему «История освоения Верхнебуреинского района».

Акция «Чистая поляна»: очистка от твердых бытовых отходов участка территории городского парка, места, где проходят практические занятия участников лагеря. Интеллектуальная игра на опережение (брейн-ринг) «Сохраним места обитания растений и животных!». Игра на местности «Посвящение в экологи» (подвижная игра с интеллектуальными и творческими заданиями). Акция «Чистая поляна»: очистка от твердых бытовых отходов береговой линии р. Эльганджа (место стоянки лагеря во время экспедиции) и вывоз мусора на свалку. Дежурство по кухне во время экспедиции: участие в приготовлении пищи, мытье посуды. «Круглый стол»: демонстрация результатов своей деятельности (гербарии, исследования, отчеты по материалам экспедиции).

III Спортивно-оздоровительный раздел (14 ч.)

Ежедневный спортивный час «Все игры, в гости к нам!». Спортивные игры (пионербол, волейбол). Подвижные игры (лапта, городки, салки, котел и др.), посещение плавательного бассейна.

Условия реализации программы

Классная комната.

Возможность проводить занятия на природе (близость сквера, парка или пришкольного участка).

Материально-техническое обеспечение:

компьютер, проектор, экран, фотоаппарат; оборудование для практикумов (лупы, линейки, сантиметровые ленты, нитки, швейные иголки); гербарные папки, мешки для мусора, резиновые перчатки, планшеты; канцелярские принадлежности (ножницы, клей, бумага для черчения, калька, карандаши, ручки).

Информационное обеспечение: атласы для определения растений, учебные презентации.

Методическое обеспечение:

Программа реализуется на базе МБУ ДО ЦРТДиЮ, и на прилегающей к учреждению парковой зоны п. Чегдомын. Программа включает в себя следующие разделы:

- эколого-биологический (образовательный);
- воспитательный;
- спортивно-оздоровительный.

Образовательная часть включает теоретические и практические занятия, учебные экскурсии, практикумы. Воспитательные мероприятия подобраны с учётом тематики лагеря и возрастных особенностей детей. Среди них акции, игры, встречи с интересными людьми. Спортивно-оздоровительные мероприятия включают проведение ежедневного спортивного часа.

Каждый день проводится теоретическое изучение материала образовательной части, которое завершается практической частью (практикум, экскурсия, игра и т.д.) продолжительностью 1-1,5 часа, на открытом воздухе, в природе. На проведение мероприятий воспитательной и оздоровительной части отводится ежедневно до 2 часов.

Главным мероприятием эколого-биологического лагеря является трехдневная экспедиция. Её участники выезжают на р. Эльганджа, в район памятника природы «Уникальный природный ландшафт» (*Программы экспедиции в Приложении 2*).

Список литературы:

1. Агафонова Л. Н., Беляева Н.А. Программа работы летнего профильного экологического лагеря. – М.: Издательский дом «Первое сентября»,2010.
2. «География 5-6 класс» А.И. Алексеев, В.В. Николина, Е.К. Липкина ОАО «Издательство «Просвещение», 2015.
3. Зачем нужны заповедники: Сборник методических разработок Экоцентра Лазовского заповедника. Составитель Хохрякова О. Ф. – Владивосток: "РИЦ Автограф", 2003.
4. Почитаева М. В. На тропинках природы: Методическое пособие для работы с детьми среднего и старшего школьного возраста по изучению биоразнообразия и охране экосистем. Часть II. – Йошкар-Ола: Маар ГТУ, 2004.
5. Савченко Е.В., Жиренко О.Е., и др. Летний лагерь на базе школы. – М.:2007.

ПРОГРАММА
летнего сетевого лагеря
социально-педагогической направленности
«Поколение РДШ»
Срок реализации - 18 дней
Возраст детей 7-12 лет.

Авторы программы:
Лукин А.А., методист
Керн И.Ю., педагог-организатор
Зюкова А.В., методист РДШ

Пояснительная записка

Современные дети и подростки активно включаются в общественные отношения, участвуют в общественной деятельности наравне с взрослыми. Естественной потребностью детского возраста является стремление к объединению. Дети приобретают в коллективных отношениях новые знания, опыт и возможности, объединяются в разновозрастные сообщества с целью достижения общественно значимой цели в различных видах деятельности.

В 2016 году в Верхнебуреинском районе создано первичное отделение Российского движения школьников, которое позиционируется как объединяющий формат, включающий все существующие и создаваемые объединения обучающихся (детские общественные объединения, клубы, волонтерские центры, советы ученического самоуправления и пр.). Для развития движения возникла необходимость создания сетевого взаимодействия между детскими объединениями в летний период. Моделью такого взаимодействия стал сетевой лагерь «Поколение РДШ». Сетевой лагерь «Поколение РДШ» объединяет четыре летних оздоровительных лагеря с дневным пребыванием детей (далее площадки). Участники площадок – учащиеся образовательных учреждений района в возрасте 7-12 лет. Организаторами основных мероприятий лагеря выступают педагоги МБУ ДО ЦРТДиЮ и актив старшекласников РДШ в Верхнебуреинском районе. Работа лагеря имеет социально-педагогическую направленность. основополагающим принципом при реализации программы является взаимосвязь педагогического управления, детского самоуправления, творческих и социальных инициатив детей.



При разработке программы были учтены конкретные возможности МБУ ДО ЦРТДиЮ п.Чегдомын.

Актуальность программы

Для современной школы проблема стимулирования детского лидерства и подготовки детей к реализации организаторских функций является весьма актуальной. Это обусловлено

задачей развития детского самоуправления и создания условий для проявления социальной активности детей. Ключевым в работе с детьми является высокий уровень их готовности к социальной деятельности, способность устанавливать зрелые, конструктивные отношения с окружающими людьми, реализуя лидерский потенциал.

Деятельность в Российском движении школьников строится по четырем направлениям: «Военно-патриотическое», «Личностное развитие», «Гражданская активность», «Информационно-медийное». Совокупность этих направлений способствует разностороннему развитию детей.

Детские оздоровительные лагеря являются частью социальной среды, в которой дети имеют возможность реализовать свои лидерский и социальный потенциал. Летний лагерь - это пространство для оздоровления, разностороннего развития и самореализации школьников. Объединение мероприятий разных направлений деятельности помогает детям легче адаптироваться к реалиям современной жизни подростка.

Новизна программы

В России накоплен значительный опыт подготовки школьников к организаторской деятельности. При этом решение этой задачи осуществляется по-разному. Чаще всего преобладают дидактические методы этой подготовки, предполагающие проведение комплекса занятий с детьми. В других случаях преобладают игровые формы, в которых дети приобретают опыт решения организаторских задач и взаимодействия с другими людьми. Новизна данной программы заключается в том, что, используя игровые формы и методы работы, дети знакомятся с системой самоуправления и со управления во временном детском коллективе, получают опыт руководящей и командной деятельности. А использование рефлексии позволяет выявить более эффективные форматы организации работы в детских объединениях.

Цель программы: создание единого развивающего и воспитательного пространства РДШ в городском поселении «Рабочий поселок Чегдомын».

Задачи:

- создать оптимальные условия для вовлечения в общественно полезную и творческую деятельность;
- воспитывать активную жизненную и гражданскую позицию;
- развивать организаторские и лидерские качества актива старшекласников Российского движения школьников.

К работе сетевого лагеря привлечены педагоги МБУ ДО ЦРТДиЮ, учителя общеобразовательных учреждений, актив старшекласников РДШ.

Условия реализации программы

Материально-технические условия – наличие помещений МБУ ДО ЦРТДиЮ для проведения мероприятий, в том числе актовый зал с проектором, помещение для работы актива старшекласников РДШ, ноутбуки, фото- и видеоаппаратура.

Форма и режим занятий

Для реализации цели и задач программой предусмотрены итоговые мероприятия по направлениям деятельности РДШ, объединяющие работу детей в оздоровительных лагерях, охватываемых программой сетевого лагеря. Каждый понедельник руководителям детских лагерей выдаются недельные задания, результат выполнения которых необходимо представить в конце недели. Запланированные мероприятия проводятся в форме интеллектуальных игр, викторин, спортивно-познавательных мероприятий, квестов, творческих номеров.

Педагоги МБУ ДО ЦРТДиЮ и актив старшекласников РДШ на всем протяжении реализации программы оказывают консультационную, методическую и организационную поддержку участникам сетевого лагеря.

Объем работы актива РДШ

| Период | Мероприятие | Продолжительность мероприятия | Количество мероприятий в неделю | Количество часов |
|----------|--|-------------------------------|---------------------------------|------------------|
| 1 неделя | Открытие лагеря; участие в мероприятиях, | 1 ч | 1 | 1ч |

| | | | | |
|----------------------|--|-------|---|-------|
| | посвященных Международному дню защиты детей | | | |
| | Подготовка и рассылка недельного задания | 1,5 ч | 1 | 1,5 ч |
| | Консультационная работа с учреждением | 2 ч | 4 | 8 ч |
| | Игровое познавательное мероприятие «По сказкам Пушкина» (викторина, творческий номер) | 2 ч | 1 | 2 ч |
| | Рефлексия | 0,5 ч | 5 | 2,5 ч |
| Итого за неделю 15 ч | | | | |
| 2 неделя | Подготовка и рассылка недельного задания | 1 ч | 1 | 1ч |
| | Консультационная работа с учреждением | 1,5 ч | 1 | 1,5 ч |
| | Защита школьных социальных проектов | 2 ч | 4 | 8 ч |
| | Квест-игра «У истоков Чегдомына» | 2 ч | 1 | 2 ч |
| | Рефлексия | 0,5 ч | 5 | 2,5 ч |
| Итого за неделю 15 ч | | | | |
| 3 неделя | Подготовка и рассылка недельного задания | 1 ч | 1 | 1ч |
| | Консультационная работа с учреждением | 1,5 ч | 1 | 1,5 ч |
| | Подготовка альманаха «Я в РДШ» | | | |
| | Военно-спортивная игра «Юные защитники» | 2 ч | 4 | 8 ч |
| | Презентация альманаха «Я в РДШ» Игровая программа, заккрытие лагеря | 2 ч | 1 | 2 ч |
| | Рефлексия | 0,5 ч | 5 | 2,5 ч |
| Итого за неделю 15 ч | | | | |

Актив РДШ организует планирование работы сетевого лагеря. Актив обозначает основные направления своей работы, распределяет обязанности по направлениям РДШ. Для каждого дела создается проектная группа. Актив РДШ осуществляет свою деятельность, основанную на следующих принципах:

- *принцип демократизации*: предоставление участникам деятельности определенных свобод для саморазвития, самоопределения;
- *принцип рефлексивности*, нравственного осмысления обучающимися собственного жизненного опыта;

- *принцип динамизма*: формирование личности, адаптированной к динамичной социальной мобильности, смене видов деятельности, способной находить эффективные решения в динамичных условиях;
- *принцип толерантности* - терпимости к мнению других людей, к инакомыслию и другим культурам, другому образу жизни;
- *принцип индивидуализации*: каждый получает свободу проявления своих индивидуальных особенностей и способностей в полной мере.

План работы сетевого лагеря «Поколение РДШ»

| Дата | Мероприятие | Образовательное учреждение | Место проведения |
|--------|---|---|--------------------|
| 01.06. | Открытие лагеря; участие в мероприятиях, посвященных Международному дню защиты детей | ЦРТДиЮ, МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | Площадь Блюхера |
| | Рассылка недельного задания | ЦРТДиЮ, МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | Эл. почта, соцсети |
| | Консультационная работа с учреждением | ЦРТДиЮ | ЦРТДиЮ |
| 02.06. | Консультационная работа с учреждением | МБОУ МПЛ | МБОУ МПЛ |
| 03.06. | Консультационная работа с учреждением | МБОУ «Гимназия» | МБОУ «Гимназия» |
| | Консультационная работа с учреждением | МБОУ СОШ №10 | МБОУ СОШ №10 |
| 04.06. | Игровое познавательное мероприятие «По сказкам Пушкина» (викторина, творческий номер) | ЦРТДиЮ МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | ЦРТДиЮ |
| 07.06. | Рассылка недельного задания | ЦРТДиЮ МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | Эл. почта, соцсети |
| | Консультационная работа с учреждением | ЦРТДиЮ | ЦРТДиЮ |
| 08.06. | Консультационная работа с учреждением | МБОУ МПЛ | МБОУ МПЛ |
| 09.06 | Консультационная работа с учреждением | МБОУ «Гимназия» | МБОУ «Гимназия» |
| 10.06. | Консультационная работа с учреждением | МБОУ СОШ №10 | МБОУ СОШ №10 |
| 11.06. | Защита школьных социальных проектов | ЦРТДиЮ МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | ЦРТДиЮ |
| | Квест-игра «У истоков Чегдомына» | ЦРТДиЮ МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | ЦРТДиЮ |
| 14.06. | Рассылка недельного задания | ЦРТДиЮ МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | Эл. почта, соцсети |
| | Подготовка альманаха «Я в РДШ» | ЦРТДиЮ МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | По учреждениям |

| | | | |
|--------|---|--|-----------------|
| 15.06. | Консультационная работа с учреждением | ЦРТДиЮ | ЦРТДиЮ |
| | Консультационная работа с учреждением | МБОУ МПЛ | МБОУ МПЛ |
| 16.06 | Консультационная работа с учреждением | МБОУ «Гимназия» | МБОУ «Гимназия» |
| | Консультационная работа с учреждением | МБОУ СОШ №10 | МБОУ СОШ №10 |
| 17.06. | Военно-спортивная игра «Юные защитники» | ЦРТДиЮ МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | ЦРТДиЮ |
| 18.06. | Презентация альманаха «Я в РДШ». Игровая программа, закрытие лагеря | ЦРТДиЮ МБОУ «Гимназия», СОШ №10, МБОУ МПЛ | ЦРТДиЮ |

Содержание программы

Неделя знакомства с направлением «Личностное развитие»

Выбор викторины и творческого номера по мотивам сказок А.С. Пушкина обусловлены основной недельной тематикой «Личностное развитие», данные форматы охватывают разные направления развития личностных качеств. Участие в викторине «По сказкам Пушкина» развивает умение анализировать информацию, внимание, образное и логическое мышление, формулировать собственную точку зрения; формирует умение отвечать на вопросы по содержанию викторины. Подготовка и представление творческих номеров формирует умение эмоционально воспринимать и передавать содержание произведений классической русской литературы; позволяет проявить свои способности в творческой деятельности, учит использовать прочитанное в других видах деятельности; способствует развитию свободного общения с взрослыми и сверстниками в ходе подготовки мероприятия.

Неделя знакомства с направлением «Гражданская активность»

Направление деятельности РДШ «гражданская активность» подразумевает воспитание активной гражданской позиции и патриотизма у школьников. Выбранные мероприятия «Защита социальных проектов» и «Квест-игра» «У истоков Чегдомына» соответствуют патриотической направленности, участие в них развивает коммуникативные и исследовательские умения, знакомят школьников с понятиями «социальная проблема», «социальный проект», что важно для успешной волонтерской деятельности – одного из приоритетных направлений молодежной политики в России.

Неделя знакомства с направлениями «Информационно-медийное» и «Военно-патриотическое»
Военно-спортивная игра «Юные защитники» выбрана для знакомства с направлением работы РДШ – военно - патриотическое. Военно-спортивные игры воспитывают у участников целеустремленность, настойчивость и чувство товарищества при выполнении коллективных заданий. Военно-спортивная игра состоит из 7 конкурсов: визитная карточка, строевая подготовка, военно-спортивная эстафета, оказание первой медицинской помощи, теоретический конкурс на знание истории Великой Отечественной войны 1941-1945 г., разборка автомата и снаряжения магазина, спортивное ориентирование.

В современном обществе важна работа в информационно-медийном пространстве. Информационное сопровождение деятельности объединения повышает его эффективность, повышает мотивацию участников к личному развитию и развитию объединения. Работа над созданием и презентацией альманаха «Я в РДШ» позволит участникам проанализировать полученный опыт за время пребывания в сетевом лагере, провести самостоятельную внутри командную рефлексию.

Прогнозируемые результаты реализации программы

В результате реализации программы школьники 7-12 лет:
получают опыт публичных выступлений;
-узнают исторические факты развития поселка Чегдомын;

-будут уметь применять метод рефлексии для анализа и подведения итогов своей работы;
-получат опыт командной и соревновательной деятельности;

-познакомятся с движением РДШ.

В результате реализации программы актив старшеклассников РДШ:

-приобретет опыт организации и проведения мероприятий;

-сможет в дальнейшем использовать полученные знания и навыки в общественно-полезной деятельности.

Список литературы

1. Медведева О.Г., Андреев В.М. Программа профильной смены участников Российского движения школьников в Республике Коми «Радуга РДШ», Сыктывкар, 2018.
2. Михаил Кипнис «Большая книга лучших игр и упражнений для любого тренинга», Москва: издательство АСТ, 2016.
3. «Океанские сценарии «Грани-IX»: в помощь организаторам детского и молодежного досуга», Владивосток: ООО «Типография «Африка», 2017.
4. «Игры на каждый день» - пособие для организаторов досуга в летних и оздоровительных центрах», Хабаровск, 2000.

ПРОГРАММА
летнего многодневного похода
туристско-краеведческой направленности
Срок реализации - 14 дней
Возраст детей 12-16 лет

Автор-составитель:
Ковальчук А.В.,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Программа туристско-краеведческой направленности разработана для обучающихся туристического клуба «Янкан» с целью прохождения пешего маршрута и проверки полученных знаний, умений и навыков.

Основное назначение программы – расширение возможностей обучающихся для их саморазвития и самоорганизации, проявление самостоятельности и умение работать в команде.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что выполнение поставленных задач, развитие физической и технической подготовленности, соблюдение постоянного режима способствует воспитанию волевых качеств обучающихся. В походе формируются инициативность и самостоятельность, решительность и смелость, выдержка и самообладание. Волевые качества при рациональном педагогическом руководстве становятся постоянными чертами личности. Это позволяет детям проявлять их в трудовой, учебной, общественной и других видах деятельности.

Адресат программы: программа рассчитана на детей и подростков в возрасте 12-16 лет. Для того, чтобы принять участие в походе, у каждого участника должна быть прививка от клещевого энцефалита.

Срок реализации программы – 14 дней

Цель – прохождение туристического пешего маршрута и проверка полученных знаний, умений и навыков.

Задачи:

- изучить район маршрута, определить возможные естественные препятствия и способы их преодоления;
- закрепить знания и умения прохождения естественных препятствий, разбивки бивуака и туристического быта.

Учебный план

| п/п | Мероприятие | Дни | Общее кол-во часов |
|-----|---------------------|-----|--------------------|
| 1 | Подготовка к походу | 4 | 12 |
| 2 | Прохождение похода | 8 | |
| 3 | Подведение итогов | 2 | 6 |

Содержание программы

Подготовка к походу

Изучение и сбор информации о районе маршрута. Определить естественные препятствия и способы их прохождения. На карте Баджальского хребта определить нитку маршрута и примерные места ночёвок. Составление меню похода, закупка продуктов и их фасовка. Подготовка личного и группового снаряжения, ремонт снаряжения, укладка рюкзаков, подготовка походной медицинской аптечки (*приложение 1,2*).

Прохождение похода

Прохождение пешего туристического похода 3 степени на Баджальский хребет. Преодоление естественных протяжённых и локальных препятствий: переходы рек вброд, лесные участки, марь, болото, заросли кедрового стланика, перевал.

Разбивка бивуака: установка палаток, натягивание тента, заготовка дров, разведение костра, приготовление пищи на костре.

Программа похода:

| Участки маршрута | Дни пути |
|---|----------|
| Выезд от п. Чегдомын (ЦРТДиЮ) до ст. Ургал-1 (автобус) от ст. Ургал-1 до ст. Герби (поезд) ст. Герби – р. Муннах (ночёвка). | 1 |
| Пеший переход от р. Муннах, вдоль по р. Герби до р. Имку, ночёвка на р. Имку. | 2 |
| Пеший переход от р. Имку вдоль р. Герби, р. Омот-Макит до оз. Омот | 3 |
| Радиальный выход: на гору Купол (2000 м над уровнем моря) | 4 |
| Днёвка на оз. Омот. Проведение экологической акции: уборка туристической базы на оз. Омот от твёрдых бытовых отходов. | 5 |
| Пеший переход: оз. Омот – р. Омот-Макит – р. Герби. | 6 |
| Пеший переход: р. Герби – р. Муннах – ст. Герби | 7 |
| Ст. Герби – ст. Ургал-1 (поездом) Ст. Ургал-1 – п. Чегдомын ЦРТДиЮ (автобусом) | 8 |

Итоги и выводы

Ремонт снаряжения, стирка и сушка спальных мешков и рюкзаков. Подведение итогов маршрута, просмотр фото и видеоматериалов похода, сдача письменных отзывов о походе.

Режим дня в походе

| Время | Действия |
|-------|--|
| 6:30 | Подъём, туалетные процедуры |
| 6:45 | Приготовление завтрака дежурными по кухне |
| 7:30 | Завтрак |
| 8:00 | Сбор снаряжения, укладка рюкзаков |
| 8:30 | Выход на маршрут, пятиминутные привалы через каждые 30 минут пешего пути |
| 13:00 | Привал на обед, приготовление обеда |
| 15:00 | Выход на маршрут |
| 19:00 | Определение места ночёвки, привал на ночёвку, приготовление ужина |
| 20:00 | Ужин |
| 21:00 | Подведение итогов дня |
| 22:00 | Отбой |

Материально-техническое обеспечение:

Туристическое снаряжение для пеших походов:

палатка летняя - 4 шт.;

спальный мешок-одеяло - 12 шт.;

коврик пенополиуретановый - 12 шт.;

тент от дождя (солнца) — 1 шт.;

костровые принадлежности: топор, пила (ножовка);

котлы, ремонтный набор, аптечка первой доврачебной помощи.

Кадровое обеспечение: педагоги дополнительного образования, руководители туристического клуба «Янкан».

Список литературы.

1. Константинов Ю.С., Слесарева Л.П. Туристско-краеведческая деятельность в школе: учебно-методическое пособие. – М.: ГОУМосгорСЮтур, 2011.
2. Курилова В.А. «Туризм». Учебное пособие для пединститутов. М., Просвещение, 1988. Линчевский Э.Э. «Психологический климат в туристической группе» М., Физкультура и спорт, 1981.
3. Маслов А.Г Юные инструкторы туризма, М.ЦДЮТиК, 2002г.

4. Никшин Л.Ф., Коструб А.А. «Туризм и здоровье». К.: Издательство «Здоровья» 1991.
5. Поплёвко А.В. «Спортивно-массовый туризм», МОУ ДОД ЦДиЮТиЭ г. Брянск, 2011.
6. Ривкин Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками: практическое пособие.- М.: АРКТИ, 2011 – 80 с.
7. Скопина С.Ю. «Самоучитель по спортивному туризму», г. Киров, МОУ ДОД ЦДиЮТЭ, 2008.
8. Юные туристы. Программа для внешкольных учреждений. М., Просвещение, 1982.

**Программа
физкультурно-спортивной направленности
«Вечерний стадион»
срок реализации 1 месяц для обучающихся 7-17 лет**

*Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Переверзева Т.Г.*

Пояснительная записка

Одним из основополагающих условий, обеспечивающих здоровье детей и подростков, является систематическая двигательная активность, которая оказывает благотворное влияние на эмоциональное состояние человека, воспитывает «стойкий иммунитет» к вредным привычкам.

Летние каникулы - самая лучшая и незабываемая пора для развития и совершенствования возможностей ребенка, удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей. В это время происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных физических и моральных сил и здоровья.

Содержание программы физкультурно-спортивной направленности «Вечерний стадион» включает в себя занятия ОФП (общая физическая подготовка), настольным теннисом, пионерболом и волейболом. Программа отвечает социальным запросам обучающихся и их родителей, так как направлена на самореализацию учащихся, организацию их активного отдыха посредством занятий физкультурой и спортом.

Адресат программы

Программа предназначена для детей и подростков в возрасте от 7 до 17 лет, не охваченных организованными формами отдыха, в том числе, обучающихся объединений «Настольный теннис» и «Волейбол». Рассчитана на группы детей и подростков от 12 до 25 человек.

Место реализации программы: спортивный зал и спортивная площадка ЦРТДиЮ.

Цель: обеспечение организованного активного досуга детей и подростков в каникулярный летний период.

Задачи:

- развивать интерес детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом;
- научить основным приемам игры в волейбол, пионербол и настольный теннис;
- способствовать развитию основных физических качеств: ловкости, быстроты реакции, выносливости.

Планируемые результаты:

обучающиеся будут знать:

- правила игры в настольный теннис, волейбол и пионербол;
- правила техники безопасности при занятиях физическими упражнениями и спортом.

Будут уметь:

- применять основные приемы игры в пионербол, волейбол и настольный теннис;
- играть в пионербол, волейбол и настольный теннис по правилам.

Разовьют следующие качества:

- ловкость, быстроту реакции, выносливость.

По продолжительности программа является краткосрочной, реализуется в течение одного летнего месяца.

Занятия проводятся 4 раза в неделю. Ежедневная часовая нагрузка распределена следующим образом:

| № п/п | Содержание занятий по программе | Объем часов в неделю | Всего часов в месяц |
|-------|---------------------------------|----------------------|---------------------|
| 1. | Настольный теннис | 8 | 32 |
| 2. | Пионербол | 8 | 32 |
| 3. | Волейбол | 16 | 64 |

График работы

| № п/п | Дни недели | Направление | Продолжительность занятия | Время проведения занятий |
|-------|-------------------------------------|-------------------|---------------------------|---|
| 1 | Вторник, четверг, пятница, суббота. | Настольный теннис | 2 часа | 15.00-16.30 |
| | | Пионербол | 2 часа | 16.30-18.00 |
| 2 | | Волейбол | 2 часа | 18.00-19.30 |
| | | | 2 часа | (средняя группа) 19.30-22.00 (старшая группа) |

Учебно-тематический план

Настольный теннис

| № п/п | Наименование темы (раздела) | Общее кол-во учебных часов | В том числе | |
|-------|--|----------------------------|---------------|--------------|
| | | | Теоретических | Практических |
| 1. | Вводное занятие. | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2 | Основы теоретических знаний | 2 | 2 | - |
| 2.1. | Правила техники безопасности во время занятий физкультурой и спортом. Профилактика травматизма. | 1 | 1 | - |
| 2.2 | Влияние физкультуры и спорта на здоровье. Составляющие здорового образа жизни. | 0,5 | 0,5 | - |
| 2.3. | Оборудование и инвентарь для игры в настольный теннис (особенности инвентаря). Правила игры и судейство соревнований. | 0,5 | 0,5 | - |
| 3. | Общая физическая подготовка | 6 | - | 6 |
| 4. | Подвижные и спортивные игры | 6 | - | 6 |
| 5. | Настольный теннис | 13 | 1 | 12 |
| 5.1 | Исходные положения (стойки) теннисиста. Способы передвижений. Способы держания ракетки. Техника и тактика игры. Подачи и приём мяча. | 4 | 1 | 3 |
| 5.2. | Виды и разновидности ударов. | 2 | - | 2 |

| | | | | |
|-----|---------------------------|----|-----|------|
| 5.3 | Игра в настольный теннис. | 7 | - | 7 |
| 5. | Соревнования, эстафеты. | 4 | - | 4 |
| | Всего часов | 32 | 3.5 | 28.5 |

Содержание разделов программы

1. Вводное занятие – 1 ч.

Правила поведения во время занятий, режим работы секции. Инструктаж по технике безопасности. Игры на знакомство.

2. Основы теоретических знаний – 2 ч.

Правила техники безопасности во время занятий физкультурой и спортом (просмотр учебного фильма). Профилактика травматизма (требования к форме и обуви занимающегося, требования педагога, правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке, профилактика переутомления).

Влияние физкультуры и спорта на здоровье человека. Составляющие здорового образа жизни: здоровый сон, правильное питание, закаливание, физические упражнения.

Оборудование и инвентарь для игры в настольный теннис (особенности инвентаря). Правила игры в настольный теннис (способы хватки ракетки, перемещения у стола, подброс мяча, подача, переходы, правила судейства соревнований и жесты судьи).

3. Общая физическая подготовка – 6 ч.

Общеразвивающие упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого пояса, туловища и ног. Упражнения на внимание, ловкость и координацию движения. Упражнения с предметами (скакалка, гимнастическая палка, малые набивные мячи).

4. Подвижные и спортивные игры - 6 ч.

Игры с бегом, с прыжками, с метанием и ловлей мячей. Игры и упражнения с теннисным мячом. Пионербол. Бадминтон. Дартс.

5. Настольный теннис – 13 ч.

Исходные положения (стойки) теннисиста: правосторонняя, нейтральная (основная), левосторонняя. Способы держания (хвата) ракетки: вертикальная хватка - «пером», горизонтальная хватка - «рукопожатие». Основные технические приемы игры. Способы передвижений: бесшажный, шаги, прыжки, рывки. Основная стойка, позиция и перемещения. Понятие – техника и тактика игры. Классическая подача в настольном теннисе.

Виды и разновидности ударов (промежуточные, атакующие, защитные). Разновидности ударов: по назначению, направлению мяча, силе удара, траектории полета мяча, времени выполнения удара. Различные виды жонглирования мячами. Игра с мячом у стены. Двусторонние учебные игры на теннисном столе одним и двумя мячами.

6. Соревнования, эстафеты- 4 ч.

Соревнования по настольному теннису и спортивному многоборью (Приложение 1), эстафеты с элементами настольного тенниса (на развитие внимания, координацию движения и ловкость).

Учебно-тематический план

Пионербол

| № п/п | Наименование темы (раздела) | Общее кол-во часов | Количество часов | |
|-------|---|--------------------|------------------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие. | 1 | 0.5 | 0.5 |
| 2. | Основы теоретических знаний | 2 | 2 | - |
| 2.1. | Правила техники безопасности во время занятий физкультурой и спортом. Профилактика травматизма. | 0,5 | 0,5 | - |
| 2.2 | Влияние физкультуры и спорта на здоровье. Составляющие здорового | 0,5 | 0,5 | - |

| | | | | |
|-------------|--|-----------|------------|-------------|
| | образа жизни. | | | |
| 2.3. | Оборудование и инвентарь. Правила игры в пионербол. Правила соревнований и жесты судьи. | 1 | 1 | - |
| 3. | Общая физическая подготовка | 6 | - | 6 |
| 4. | Подвижные и спортивные игры | 6 | - | 6 |
| 5. | Пионербол | 13 | 1 | 12 |
| 5.1. | Расстановка игроков, перемещения и стойки. Подача мяча. Техника передачи и ловли мяча в парах и тройках. | 4 | 1 | 1 |
| 5.2. | Игра в пионербол. | 9 | - | 9 |
| 6. | Соревнования, эстафеты. | 4 | - | 4 |
| | ВСЕГО ЧАСОВ | 32 | 3.5 | 28.5 |

Содержание разделов программы

1. Вводное занятие – 1 ч.

Правила поведения во время занятий, режим работы секции. Инструктаж по технике безопасности. Игры на знакомство.

2. Основы теоретических знаний – 2 ч.

Правила техники безопасности во время занятий физкультурой и спортом (*просмотр учебного фильма*). Профилактика травматизма. Первые признаки переутомления и его профилактика.

Влияние физкультуры и спорта на здоровье человека. Составляющие здорового образа жизни: здоровый сон, правильное питание, закаливание, физические упражнения.

Оборудование и инвентарь. Правила игры в пионербол (расстановка игроков на площадке, правила переходов и замены игроков, жесты судьи). Правила проведения соревнований.

3. Общая физическая подготовка – 6 ч.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения с предметами: гимнастической палкой и скакалками. Упражнения на внимание, ловкость и координацию движения.

4. Подвижные и спортивные игры - 6 ч.

Подвижные игры на развитие внимание, быстроту реакции и ловкость. Игры с бегом: «Быстро возьми, быстро положи», «Челночный бег», «Охотники и утки». Игры с прыжками: «Не попадись», «Удочка». Бадминтон.

5. Пионербол - 13 ч.

Расстановка игроков, перемещения и стойки. Подача и приём мяча. Техника передачи и ловли мяча в парах и тройках.

Учебные игры в пионербол одним и двумя волейбольными мячами без счета и на счёт. Игра в пионербол на малом поле фитболом для укрепления мышц плечевого пояса.

6. Соревнования, эстафеты – 4 ч.

Соревнования по пионерболу и спортивному многоборью, эстафеты с элементами пионербола.

Учебно-тематический план

| № п/п | Наименование темы (раздела) | Общее кол-во часов | Количество часов | |
|-------|--|--------------------|------------------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие. | 1 | 0.5 | 0.5 |
| 2. | Основы теоретических знаний. | 4 | 2 | 2 |
| 2.1. | Правила игры и судейства соревнований по волейболу. Жесты судьи. | 2 | 1 | 1 |
| 2.2. | Профилактика травматизма. Первая медпомощь при спортивных | 2 | 1 | 1 |

| | | | | |
|------|--|-----------|------------|-------------|
| | травмах. | | | |
| 3. | Общая физическая подготовка. | 12 | 1 | 11 |
| 4. | Подвижные игры, эстафеты. | 6 | - | 6 |
| 5. | Волейбол. | 35 | 4 | 31 |
| 5.1. | Расстановка игроков, перемещения. Игра в волейбол по упрощенным правилам. | 8 | 1 | 7 |
| 5.2. | Подводящие упражнения. Поддачи: нижняя прямая, верхняя, боковая. | 6 | - | 6 |
| 5.3. | Тактика защиты и нападения. Нападающий удар. Прием мяча. Индивидуальные действия в защите и нападении. | 8 | 1 | 7 |
| 5.4. | Игра в волейбол. | 13 | - | 13 |
| 6. | Соревнования, инструкторская практика. | 6 | 1 | 5 |
| | ВСЕГО ЧАСОВ | 64 | 8.5 | 55.5 |

Волейбол

Содержание разделов программы

1. Вводное занятие. – 1 ч.

Правила поведения во время занятий; правила техники безопасности и пожарной безопасности. Игры на знакомство.

2. Основы теоретических знаний – 4 ч.

Правила игры и судейства соревнований по волейболу (расстановка игроков на площадке, правила переходов и замены игроков, жесты судьи и действия капитана команды)
Профилактика травматизма. Первые признаки переутомления и его профилактика. Первая медицинская помощь при спортивных травмах (правила оказания первой помощи при ушибе, ссадине или потёртости, растяжении, вывихе, кровотечениях: капиллярном, венозном, артериальном – наложение жгута из подручных средств).

3. Общая физическая подготовка – 12 ч.

Особенности выполнения физических упражнений, их последовательность, периоды отдыха, интенсивность. Общеразвивающие упражнения без предметов для мышц рук и плечевого пояса, туловища и ног. Упражнения на внимание, ловкость, быстроту реакции и координацию движения.

Акробатические упражнения. Инструктаж по технике безопасности при выполнении акробатических упражнений. Группировки и перекаты в различных положениях, кувырки вперед и назад. Группировка во время падения при приеме мяча.

4. Подвижные игры, эстафеты - 6 ч.

Подвижные игры на развитие внимания, быстроту реакции и ловкость. Эстафеты с элементами волейбола.

5. Волейбол - 52 ч.

Волейбол, расстановка игроков. Подготовительные упражнения на развитие основных физических качеств волейболиста. Подводящие упражнения. Перемещения и стойки волейболиста. Передачи в парах, тройках, через сетку и над собой. Отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее. Поддачи: нижняя прямая, верхняя, боковая. Имитация передачи мяча двумя руками сверху на месте и после передвижения. Обучение расположению кистей и пальцев рук на мяче. Передачи мяча вперед-вверх, подвешенного на

шнуре. Передачи мяча вперед-вверх после собственного набрасывания. То же, но мяч набрасывает партнер. Передача мяча в стену.

Подача: нижняя прямая (боковая), (нижние подачи - соревнования на точность попадания в зоны по 10-15 попыток).

Тактика защиты и нападения. Нападающий удар. Прием мяча снизу. Индивидуальные действия в защите и нападении. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов (броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке, бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Метание теннисного мяча (правой и левой рукой) в цель на стене (высота 1,5-2 м) или на полу с места, с разбега, после поворота, в прыжке; то же - через сетку.

Игры в волейбол без счёта и на счёт.

б. Соревнования, инструкторская практика-4 ч.

Соревнования по волейболу и спортивному многоборью. Инструкторская и судейская практика (судейство учебной игры).

Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации программы

Программа «Вечерний стадион» не требует больших материальных затрат и может быть реализована в условиях учреждения дополнительного образования. Необходимый для реализации программы спортивный инвентарь описан в разделе «Методическое обеспечение программы». Данная программа не содержит травм опасных упражнений и больших физических нагрузок, при выполнении которых может возникнуть риск для здоровья обучающихся.

Формы и методы организации деятельности

- игровой;
- соревновательный;
- метод круговой тренировки;
- индивидуальные и групповые профилактические беседы;
- просмотр учебных видеофильмов.

Методические рекомендации

Работа по программе «Вечерний стадион» осуществляется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и подростков. Учитывается психологическое, физическое и эмоциональное состояние каждого ребенка. Программа предусмотрена не только для неорганизованных летним отдыхом детей, но и для обучающихся объединений «Настольный теннис» и «Волейбол», которые уже имеют навыки игры по данным видам спорта. Эти обучающиеся, в отличие от новичков, выполняют упражнения и задания повышенной сложности на совершенствование изученных в течение учебного года приёмов игры в настольный теннис, пионербол и волейбол.

Педагог предъявляет четкие и единые требования к спортивной дисциплине, этике и выполнению режима занятий. Каждое занятие начинается с разминки и заканчивается подведением итогов. В конце каждого занятия педагог отслеживает настроение детей и подростков, выясняет у них пожелания к проведению следующего занятия.

Подвижные и спортивные игры, предусмотренные программой «Вечерний стадион», по возможности (в зависимости от погодных условий) проводятся на свежем воздухе на спортивной площадке ЦРТДиЮ.

Методическое обеспечение программы

| | |
|-------------------------------------|--|
| | Педагог дополнительного образования |
| Материально-техническое обеспечение | <u>Спортивный инвентарь и оборудование:</u> сетка волейбольная – 1 шт. стойки волейбольные – 2 шт. гимнастические скамейки – 3-4 шт. гимнастические маты – 3-5 шт. скакалки – 5 шт. мячи набивные (масса 2 - 3 кг) – 2 шт. мячи волейбольные – 8-10 шт. теннисные столы – 2 шт. ракетки – 4 комплекта. шарики теннисные – 10 шт. |
| Помещение | Спортивный зал и спортивная площадка ЦРТДиЮ. |

Список литературы

Для педагога:

1. Барчукова Г.В. Учись играть в настольный теннис. – М.: Советский спорт, 1989
2. Буянов В.Н.. Программа для учреждений дополнительного образования – «Настольный теннис». Ульяновск: УлГТУ 2009 г. – 20 с.
3. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
4. Голомазов В. А., Ковалёв В. Д., Мельников А. Г.. Волейбол в школе. Москва. «Физкультура и спорт» 1976.
5. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся (Волейбол). Пособие для учителей и методистов. Москва, Просвещение: 2011 г.

**Программа
летнего профильного лагеря
технической направленности «Стоп-кадр»
Возраст детей: 12 – 15 лет
Срок реализации: 18 дней**

*Автор составитель
педагог дополнительного образования:
Литвинова Д.В.*

Пояснительная записка

Организованная деятельность детей в летний период позволяет сделать педагогический процесс непрерывным в течение всего года. Летние каникулы - самая лучшая и незабываемая пора для развития творческих способностей и совершенствования возможностей ребенка, вовлечения детей в новые социальные связи, удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей. Это период, когда дети могут «сделать свою жизнь» полной интересных знакомств, полезных увлечений и занятий, могут с пользой провести свободное время. Именно такие возможности для каждого ребенка открывает профильный лагерь технической направленности «Стоп-кадр». Программа лагеря дает возможность организовать познавательный досуг детей 12-15 лет в летний период на базе ЦРТДиЮ п. Чегдомын. Программа включает в себя знакомство с основами тележурналистики и практическую деятельность по созданию видеороликов.

Разработка программы летней профильной смены «Стоп-кадр» вызвана:

- необходимостью популяризации технического творчества детей и подростков;
- повышением спроса родителей и детей на организованный летний отдых обучающихся ЦРТДиЮ;
- необходимостью выявления и поддержки потенциала одаренных детей и подростков в области технического творчества.

Цель – создание условий для активного отдыха и рационального использования каникулярного времени через погружение детей в технический процесс создания видеороликов.

Задачи:

- закрепить интерес к процессу видео творчества;
- познакомить с азами видеосъемки и монтажа;
- формировать умение работать в творческой группе;
- способствовать укреплению физического здоровья детей.

Направление деятельности по реализации задач:

Организация теоретических и практических занятий по видеосъемке и монтажу.

2. Организация творческих индивидуальных и групповых проектов.

3. Проведение игр на развитие фантазии и воображения.

4. Проведение мероприятий на сплочение команды и выявление лидерских качеств.

5. Проведение ежедневных физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Новизна программа «Стоп-кадр» состоит в том, что она позволяет ребятам попробовать свои силы в самом популярном на сегодняшний день медийном направлении – видео творчестве. Ребята полностью погружаются в мотивирующую среду технического процесса создания видеосюжета. Они узнают, о процессе создания видеосюжетов, в чем заключается работа корреспондента, оператора, сценариста и монтажера. Познакомятся с правилами видеосъемки, научатся монтировать материал в программах «PinnacleStudio» и «Movavi».

Программа «Стоп-кадр» построена с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей от 12 до 15 лет и реализуется в течение 18 дней. Недельная нагрузка на ребенка составляет 15 часов (5 дней по 3 часа). Количество детей в группе – 12-15 человек.

Освоение содержания происходит в процессе творческой деятельности детей по созданию видеосюжетов и изучения основ тележурналистики.

В течение смены деятельность лагеря будет организована как длительная имитационная игра: профильный лагерь «Стоп-кадр» превращается в телеканал.

В первый день ребята делятся на проектные группы - студии. Каждая из студий в течение смены должна снять свой видеоматериал любого формата и содержания, например, выпуск новостей, видеоролик, клип.

В рамках программы летнего лагеря «Стоп-кадр» будут организованы теоретические и практические занятия по видеосъемке и монтажу. Задача ребят реализовать свои творческие индивидуальные или групповые проекты. Сценаристы пишут тексты, ведущие работают в кадре, видеооператоры снимают весь процесс, монтажеры создают видеоролики. Каждый ребенок может попробовать себя в разных ролях. Результатом программы и работы проектных студий станут видеоматериалы, смонтированные ребятами самостоятельно.

Программа насыщена мероприятиями, направленными на выявление лидерских качеств участников, играми на развитие фантазии и воображения, ежедневными физкультурно-оздоровительными мероприятиями.

Формы реализации деятельности

Игры, конкурсы, марафоны, теоретические занятия, мозговой штурм, соревнования, презентация.

Изучение содержания программы осуществляется в разнообразных формах: групповых (реализация проектов, выполнение практических заданий), индивидуальных (выполнение творческих заданий).

Деятельность в лагере строится в соответствии с режимом дня и планом работы профильной смены.

Режим дня:

10-00 – встреча детей;

10-15 – зарядка;

10-30-12-00 - теоретические или практические занятия;

12-00-13-00 – досуговые или спортивные мероприятия;

13-00 - уход домой.

Ожидаемые результаты освоения программы

Обучающиеся будут знать:

- основные правила видеосъемки;
- основные правила монтажа;
- алгоритм создания видеосюжета.

Будут уметь:

- находить идею для своих сюжетов;
- монтировать видеоролик в монтажных программах «PinnacleStudio» или «Movavi»
- работать в команде;
- снимать на видеокамеру или телефон.

Учебный план

| Разделы | Количество часов | Теория | Практика |
|--|------------------|--------|----------|
| Раздел 1. «Видеосъёмка» | 12 | 4 | 8 |
| Раздел 2. «Монтаж» | 12 | 4 | 8 |
| Раздел 3. «Творчество» | 10 | 2 | 8 |
| Раздел 4. Досуг | 9 | - | 9 |
| Раздел 5. Оздоровительный | 8 | - | 8 |
| Раздел 6. Презентация творческих работ | 3 | - | 3 |
| Итого: | 54 | 10 | 44 |

Содержание программы

Раздел 1. Теоретические и практические занятия по направлению «Видеосъёмка»

Основные настройки камеры. Правила видеосъемки. Композиция. Планы съемки. Длительность кадра. Стабилизация камеры. Баланс белого. Ошибки видеосъемки.

Работа с микрофоном. «Stand-up». Синхрон. Лайф. Закадровый текст. Внешний вид корреспондента. Пробы съёмок.

Раздел 2. Теоретические и практические занятия по направлению «Монтаж»

Изучение программ «PinnacleStudio» и «Movavi». Монтажный план. Видеоряд. Обрезка, наложение звука. Анимация, заставка, титры. Сохранение и вывод ролика.

Раздел 3. Занятия по направлению «Творчество»

Актерские этюды. Дикция и постановка голоса. Чтение новостных текстов. Работа с интонацией. Грим. Игры на развитие фантазии. Фейковая новость.

Раздел 4. Досуг

Интерактивная игра «Джаз Денс», настольные игры, игры на коммуникативные и лидерские качества. Развлекательное мероприятие «Добро пожаловать», конкурс «Лучший оратор», творческий марафон «Познай себя», фото-квест «В поисках клада».

Раздел 5. Оздоровление

Ежедневная утренняя зарядка. Прогулки на свежем воздухе. Спортивный час (спортивные игры: бадминтон, пионербол, снайпер). Спортивные мероприятия – эстафеты, соревнования по пионерболу и бадминтону.

Раздел 6. Презентация творческих работ

Коллективное обсуждение итогов работы смены «Стоп-кадр». Выбор лучшего видеосюжета, номинации «Лучший оператор», «Лучший монтаж», «Лидер смены». Рефлексия.

Материально-техническое обеспечение

Учебный кабинет для занятий группы (парты, стулья, доска)

Основное оборудование, необходимое для реализации программы:

видеокамера;

мультимедийная проекционная установка;

принтер

цифровой фотоаппарат;

микрофон

компьютер – 4-6 шт.

3. Материалы для творчества детей: акварель, гуашь, пастель, белая и цветная бумага и картон, клей, ватманы для создания графиков съёмок и монтажа и др.

4. Канцелярские принадлежности:

- ручки, карандаши, маркеры, корректоры, блокноты, тетради;

- бумага разных видов и формата (А 3, А 4);

- клей, степлеры, скотч, ножницы;

- файлы, папки; кнопки, мелки, магниты.

Информационное обеспечение

Для реализации программы «Стоп-кадр» используются образовательные интернет – ресурсы:

- <https://vk.com/volgameet> группа в ВК «Волжские встречи»;
- <https://vk.com/liga.press> группа в ВК «Лига юных журналистов»;
- <https://vk.com/nashpress> группа в ВК «Новостное агентство «Наш пресс»;
- <https://lgo.ru/> Образовательный портал «Школьная пресса».

Применяются цифровые инструменты учебной деятельности: текстовый редактор, программа Publisher (для верстки газеты), Canva (редактор создания дизайнерских публикаций), «PinnacleStudio, «Movavi» (монтажные программы).

Кадровое обеспечение программы.

В реализации программы профильной смены «Стоп-кадр» предусмотрено участие двух педагогов дополнительного образования.

План-сетка

| | | |
|---|---|--|
| День 1 Занятие «Творчество» 2 ч. Час игры | День 2 Занятие «Видеосъемка» 2 ч. Спорт - час | День 3 Занятие «Видеосъемка» 2 ч. Час игры |
| День 4 Занятие «Видеосъемка» 1 ч. | День 5 Занятие «Видеосъемка» 1 ч. | День 6 Занятие «Видеосъемка» 1 ч. |

| | | |
|--|---|--|
| Занятие «Творчество» 1 ч. Спорт – час | Занятие «Монтаж» 1 ч. Час игры | Занятие «Творчество» 1 ч. Спортивный час |
| День 7 Занятие «Видеосъемка» 1 ч. Занятие «Монтаж» 1 ч. Час игры | День 8 Занятие «Видеосъемка» 1 ч. Занятие «Творчество» 1 ч. Спортивный час | День 9 Занятие «Видеосъемка» 1 ч. Занятие «Монтаж» 1 ч. Час игры |
| День 10 Занятие «Видеосъемка» 1 ч. Занятие «Творчество» 1 ч. Спортивный час | День 11 Занятие «Видеосъемка» 1 ч. Занятие «Монтаж» 1 ч. Час игры | День 12 Занятие «Монтаж» 1 ч. Занятие «Творчество» 1 ч. Спортивный час |
| День 13 Занятие «Монтаж» 1 ч. Занятие «Творчество» 1 ч. Час игры | День 14 Занятие «Монтаж» 1 ч. Занятие «Творчество» 1 ч. Спортивный час | День 15 Занятие «Монтаж» 1 ч. Занятие «Творчество» 1 ч. Час игры |
| День 16 Занятие «Монтаж» 2 ч. Спортивный час | День 17 Занятие «Монтаж» 2 ч. Час игры | День 18 Закрытие смены Презентация творческих работ 2 ч. Награждение 1 ч. |

Список литературы

1. Артамонова, Л.Е. Летний лагерь: организация работы вожатого, сценарии мероприятий. / Л.Е. Артамонова. - М. : ВАКО, 2006. – 288 с.
2. Байбородова, Л. В. Воспитательная работа в детском загородном лагере: Учебно-методическое пособие / Л.В. Байбородова, М.И. Рожков. – Ярославль: Академия развития, 2003. – 256 с.
3. Гамалей В.А. Мой первый видеофильм от А до Я. – СПб.: Питер, 2006.- 268 с.
4. Григоренко, Ю.Н. КИПАРИС: Учебное пособие по организации детского досуга в лагере. / Ю.Н. Григоренко, У.Ю. Костерцова. - М. : Педагогическое общество России, 2001. – 238 с.
5. Шаульская, Н. А. Летний лагерь: день за днём. День приятных сюрпризов: праздники, конкурсы, тематические дни / Н. А. Шаульская. – Ярославль: Академия развития; Владимир: ВКТ, 2008. – 224 с. – (После уроков).

ПРОГРАММА
летнего профильного лагеря
«Калейдоскоп»
Художественная направленность
Возраст детей 9-12 лет
Срок реализации – 18 дней.

Автор - составитель:
Иванова Оксана Михайловна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Каникулярное время для детей – это разрядка, накопившейся за год напряженности, восполнение израсходованных сил, восстановление здоровья, развитие творческого потенциала, совершенствование личностных возможностей, время открытий и приключений, время игры, время событий, время познания новых людей, а главное - самого себя.

Программа летнего профильного лагеря «Калейдоскоп» ориентирована на личность ребёнка, ее развитие, реализацию творческих возможностей в каникулярный период.

Цель: совершенствование творческих способностей детей.

Задачи:

- организовать активный отдых и досуг;
- расширить представление в области творческих дисциплин: вокал, хореография и актерское мастерство;
- развивать коммуникативные умения;
- удовлетворить потребность в самовыражении.

Участники: учащиеся объединений ЦРТДиЮ художественной направленности в возрасте 9-12 лет.

Форма проведения: профильный лагерь с дневным пребыванием, без питания.

Количество учащихся: 30 человек.

Программа реализуется в течение 18 дней, в течение 3-х часов ежедневно.

Режим дня в лагере:

- 13.00 - встреча детей;
- 13.15 - 15.00 - работа творческих мастерских;
- 15.00 - 16.00- Час игры.

В лагере будут работать творческие мастерские по вокалу, хореографии и театральной деятельности. В течение всей смены обучающиеся будут готовиться к большому концерту для всех участников лагеря и родителей. Каждый день для подростков будет проводиться Час игры на свежем воздухе. Для участников лагеря подобраны игры: на сплочение коллектива, развитие коммуникативных навыков, игры на импровизацию и др. Запланированы конкурсные программы и мероприятия.

Формы организации деятельности:

- творческие мастерские;
- конкурсы;
- подвижные игры;
- брейн-ринг;
- квест;
- викторины;
- концерт.

Этапы реализации программы

1. Ознакомительный этап (1 и 2 день):

- формирование отрядов;
- диагностика;
- подготовка и проведение конкурса «Визитка»;
- игры на сплочение коллектива;
- открытие смены.

2. Основной этап (3-16 день):

- организация занятий в творческих мастерских;
- проведение творческих конкурсов;
- организация досуговой деятельности: игры на свежем воздухе, викторины.

3. Заключительный этап (17-18 день):

- диагностика;
- репетиция концерта;
- проведение концерта;
- подведение итогов смены.

Календарно-тематический план летнего профильного лагеря «Калейдоскоп» (Приложение 3).

Учебный план творческих мастерских

| № | Название тематических разделов и тем | Всего часов | Количество часов | |
|--------|--|-------------|------------------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| I | Творческая мастерская «Хореография» | 12 | 1,5 | 10,5 |
| II | Творческая мастерская «Вокал» | 12 | 2,5 | 9,5 |
| III | Творческая мастерская «Актерское мастерство» | 12 | 2 | 10 |
| ИТОГО: | | 36 | | |

Учебный план творческой мастерской «Хореография»

| № | Название тематических разделов и тем | Всего часов | Количество часов | |
|--------|--|-------------|------------------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1. | Введение | 1 | 1 | |
| 2. | Музыка и ритм | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 3. | Танцевальная разминка, шаги и комбинации | 4 | - | 4 |
| 4. | Танцевальные этюды. Концертный номер | 6 | - | 6 |
| ИТОГО: | | 12 | | |

Содержание:

Раздел 1. Введение в предмет (1 час).

Теория: Танец - ритмичные, выразительные телодвижения. Правила поведения в танцевальном зале, на сцене и в общественных местах. Техника безопасности. Комплекс упражнений для разогрева и растяжки мышц, связок и суставов. Разновидности танцевальных шагов.

Практика: игры на знакомство, поклон. Исполнение движений под музыкальное сопровождение.

Ритмические движения исполняем под эстрадную, современную музыку.

Раздел 2. Музыка и ритм (1 час).

Теория: ритмическая структура музыкального сочинения, последовательность длительностей - звуков и пауз.

Практика: самостоятельное определение на слух характера музыки, передача характера музыки в движениях. Распознавание вступления, различие двух-трех частных форм произведения. Изменение динамики, темпа, чередование музыкальных фраз, выделение акцентов, сильная доля такта. Танцевально-игровые задания на проявление инициативы и творческой активности.

Раздел 3. Танцевальная разминка, шаги и комбинации (4 часа).

Практика: упражнения под музыкальное сопровождение для рук, ног, головы, туловища, плеч, бедер.

На середине зала, по диагонали и линиям: притопы, разнообразные шаги и прыжки, с добавлением рук, танцевальные движения и поклоны; по диагонали зала: «поскоки», «галоп», «полька», «перетопы», «мячики», прыжки с «захлестом» ноги назад, спокойные классические шаги вперед на полупальцах, добавление хлопков в соединении с шагами. Шаги в парах.

Сочетание или варьирование двух-четырех движений, сбор в общую комбинацию нескольких проученных движений, исполнение комбинаций.

Раздел 4. Танцевальные этюды. Концертный номер (6 часов).

Практика: изучение и исполнение танцевальных комбинаций, собранных в этюд. Выразительное исполнение выученных движений и комбинаций под музыкальное сопровождение, отработка на сцене. Исполнение танцевального номера.

*Учебный план
творческой мастерской «Вокал»*

| № | Название тематических разделов и тем | Всего часов | Количество часов | |
|--------|---|-------------|------------------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1. | Введение | 0,5 | 0,5 | |
| 2. | Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 3. | Развивающие голосовые игры | 1,5 | 0,5 | 1 |
| 4. | Работа над репертуаром | 7,5 | 0,5 | 7 |
| 5. | Работа с микрофоном | 1,5 | 0,5 | 1 |
| ИТОГО: | | 12 часов | | |

Содержание:

Раздел 1. Введение (0,5 часа).

Теория: понятие гигиены голоса. Охрана голоса. Техника безопасности на занятии.

Раздел 2. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой (1 час).

Теория: сохранение здоровья голосового аппарата. Технология авторской гимнастики.

Практика: выполнение специальных упражнений.

Раздел 3. Развивающие голосовые игры (1,5 часа).

Теория: «фонопедический метод развития голоса» В.В. Емельянова и Карла Орфа. Комплекс вокальных упражнений для развития певческого голоса, ФМРГ 1 уровень.

Практика: выполнение комплекса вокальных упражнений для развития певческого голоса. Игры на раскрытие творческого воображения, фантазии.

Раздел 4. Работа над репертуаром (7, 5 часа).

Теория: выбор песен для концерта. Прослушивание репертуара современных детских вокальных групп.

Практика: исполнение знакомых песен. Разбор текста, содержания, настроения произведения. Чтение текста песни вне ритма, пение мелодии разными способами. Распределение дыхания по фразам.

Раздел 5. Работа с микрофоном (1,5 часа).

Теория: правила работы с микрофоном.

Практика: работа с микрофоном на сцене.

*Учебный план
творческой мастерской «Актерское мастерство»*

| № | Название тематических разделов и тем | Всего часов | Количество часов | |
|--------|--------------------------------------|-------------|------------------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1. | Введение | 1 | 1 | |
| 2. | Основы театральной игры | 6 | 1 | 5 |
| 3. | Основы сценического движения | 5 | - | 5 |
| ИТОГО: | | 12 | | |

Содержание:

Раздел 1. Введение в предмет (1 час).

Теория: театр, виды театра. Театральная культура. Зрительская культура. Техника безопасности на занятиях.

Раздел 2. Основы театральной игры (6 часов).

Теория: понятие театральной игры. Наблюдение за окружающим миром и передача впечатлений в игре. Понятия: «жесты», «движения», «чувства», их значение в театральном искусстве. Перевоплощение.

Практика: упражнения: «Сказка», «Ассоциация», «Борьба стихий», «Ладонь», «Фотография», «Три точки», «Круги внимания», «Угадать шумы», «Радио», «Слышать одного», «Узнать

запах», «Ощущения запаха», «Вкусовые ощущения», «Информация через стекло. Дальнее расстояние». Упражнения на предлагаемые обстоятельства - «Эмоциональная память», «Цветение и увядание», «А я – чайник», «Лес» и др.

Раздел 3. Основы сценического движения (5 часов).

Практика: упражнения на развитие мышечно-двигательного аппарата актера. Вводные упражнения. Вводная композиция. Упражнения на внимание, память, силу, выносливость, скорость, ловкость. Комплексные упражнения для развития мышечных групп спины, живота и ног. Парные и групповые упражнения на равновесие.

Выполнение упражнений: «Крокодил», «Видеокамера», «Ходьба по канату», «Качели», «Лодочка», «Мостик», «Паром» и др.

Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации программы:

| Помещения | Применение |
|----------------------------|--|
| Кабинет театральной студии | Творческая мастерская по актерскому мастерству |
| Актовый зал | Отрядные дела, игровые программы, концерт |
| Кабинет вокальной студии | Творческая мастерская по вокалу |
| Танцевальный класс | Творческая мастерская по хореографии |

Желательна близость парка или сквера для проведения Часа игры.

Перечень оборудования:

- видеопроектор, ноутбук, музыкальный центр, микрофоны, фотоаппарат, видеокамера, сценические костюмы.

Информационное обеспечение: картотека игр и творческих мероприятий (*Приложение 4*).

Кадровое обеспечение: педагоги дополнительного образования, по вокалу, хореографии и актерскому мастерству.

Формы контроля: по итогам смены.

Формы предоставления результатов: участие в концерте.

Оценочные материалы: опросные листы.

Для того, чтобы выявить, что ожидают дети от проведенной смены в лагере, в организационный период будет проведен вводный опрос. В конце смены будет проведен итоговый опрос (*Приложение 5*).

Список литературы

1. Слуцкая С. Л. - «Танцевальная мозаика». Москва, ЛИНКА-ПРЕСС, 2006 г.
2. Суркова М. Ю. Игровой артикуляционно-дикционный тренинг. Методическая разработка.- С.: СГАКИ, 2012 г.
3. Чистякова М.И. Психогимнастика.-М: Просвещение, 2014 г.
4. Щуркова Н. Е. Воспитание: Новый взгляд с позиции культуры. - М.: Педагогический поиск, 2013 г.
5. Эфрос А.В. Профессия: режиссер. - М., 2012 г.

*Календарно-тематический план
летнего эколого-биологического лагеря «Кедровка – 2021»*

| понедельник | вторник | среда | четверг | пятница |
|--|--|--|--|--|
| 01.06 Открытие смены. Диагностика. Игры на знакомство. Экологические проблемы человечества и пути их решения «Чем опасны клещи» <i>(беседа)</i> | 02.06 Экскурсия в заповедник «Буреинский». Биологические методы исследования. | 03.06 Практикум «Гербаризация растений». Акция «Чистая поляна». | 04.06 Практикум «Биоиндикация» Ориентирование на местности. | 05.06 Ихтиофауна рек Верхнебуреинского района. Водный патруль на реку |
| 08.06 Экскурсия «Антропогенное воздействие на природу» Практикум «Экологический паспорт древесного растения» | 09.06 Экологический брейн-ринг. Экскурсия «Город муравьев» | 10.06 Посещение музея. Тема: «История п. Чегдомын». Практикум «Гербаризация растений» | 11.06 Правила поведения в природе. Туристическая подготовка. | 12.06 День России (выходной) |
| 15.06 Экспедиция | 16.06 Экспедиция | 17.06 Экспедиция | 18.06 Диагностика. Сдача туристического снаряжения | 19.06 Круглый стол. Закрытие смены. |

Программа летней экологической экспедиции к памятнику природы «Уникальный природный ландшафт»

Автор-составитель: Андрюсюк Е.В.
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Памятники природы – отдельные природные объекты, заслуживающие особого внимания своей необычностью, красотой или исторической ценностью. Памятников природы великое множество. В Хабаровском крае выявлено более 200 уникальных природных объектов. Из них 150 утверждены в разное время решением крайисполкома как государственные памятники природы. Самые известны из них – озёра лотоса (*Бархатное, Птичьё, Лончаково*). Из зоологических объектов памятником природы является черепаха дальневосточная – амида. Она занесена в Красную книгу. Обитает амида в озере Гасси и устье реки Чирки.

Постановлением Главы администрации Хабаровского края В.И. Ишаева 20 января 1997 г. №7 «Об особо охраняемых природных территориях Хабаровского края» в Верхнебуреинском районе был организован памятник природы местного значения «Уникальный природный ландшафт». Его площадь 87га. Расположен памятник природы, на правом берегу рек Чегдомын и Эльганджа, вместе их слияния, с уникальной флорой и фауной.

Данный природный комплекс находится недалеко от поселка Чегдомын. Добраться до него можно на автотранспорте за 10-15 минут.

Близость памятника природы «Уникальный природный ландшафт» к крупному населенному пункту отражается на его экологическом состоянии.

Окрестности памятника природы является привлекательным местом для рыбаков и отдыхающих, поэтому следы от костров, остатки пищи и упаковки от еды, всё то, что не сразу сгнивает, загрязняет береговую линию и часть природного комплекса вдоль автодороги. Рядом с памятником природы ежедневно проезжает не один десяток машин. Остатки обуглившихся деревьев свидетельствуют о лесных пожарах на его территории.

Данный памятник не описан. Сведений о нём очень мало. Поэтому исследование памятника природы «Уникальный природный ландшафт», с его флорой и фауной, а так же изучение форм воздействия антропогенного фактора на него является актуальными для территории Верхнебуреинского района. Привлечение детей и подростков к этой деятельности имеет сильный воспитательный эффект.

Трёхдневная экспедиции к памятнику природы Уникальный природный ландшафт является частью программы летнего эколого-биологического лагеря «Кедровка».

Цель экспедиции: формирование у детей экологической культуры в непосредственном общении с природой.

Задачи:

- приобщить детей к изучению природы родного края;
- привлечь школьников к участию в решении экологических проблем;
- сформировать первичные туристические навыки.

В экспедиции, помимо участников эколого-биологического лагеря «Кедровка» (12-15 подростков и двух педагогов дополнительного образования) принимают участие госинспектор и научные сотрудники Государственного природного заповедника «Буреинский» (*орнитологи*).

Все участники группы привиты от клещевого энцефалита, имеют при себе специальные средства индивидуальной защиты (*репелленты*) для обработки верхней одежды от клещей и кровососущих насекомых.

В экспедиции предусмотрено 4-х разовое питание, приготовленное на костре из набора сухих продуктов, приготовленное дежурными по лагерю, под руководством педагога. Проживание в 3-4-х местных палатках. Каждый участник группы имеет туристический коврик, спальный мешок. С детьми, накануне выезда, проводится инструктаж о наличии необходимых в экспедиции: одежды, обуви и гигиенических принадлежностей.

Режим дня участников экологической экспедиции

| Элементы режима дня | Время |
|----------------------------------|---------------|
| Подъем | 8.00 |
| Утренние гигиенические процедуры | 8.15 – 8.30 |
| Зарядка | 8.30 – 8.45 |
| Свободное время | 8.45 – 9.00 |
| Завтрак | 9.00 – 9.30 |
| Свободное время | 9.30 - 10.00 |
| Работа по программе экспедиции | 10.00 – 13.30 |
| Свободное время | 13.30 – 14.00 |
| Обед | 14.00 – 14.30 |
| Свободное время | 14.30 – 15.00 |
| Работа по программе экспедиции | 15.00 – 18.00 |
| Отдых | 18.00 – 19.00 |
| Ужин | 19.00 - 19.30 |
| Свободное время | 19.30 – 20.00 |
| Досуговая программа | 20.00 – 22.00 |
| Второй ужин | 22.00 – 22.30 |
| Отбой | 23.00 |

Программа экспедиции

1 день.

- 10.00 Выезд из п. Чегдомын
- 10.30. Обустройство стоянки.
- 11.30 Акция «Чистый берег»
- 12.30 Встреча с сотрудниками заповедника "Буреинский".
- 15.00 Практическое занятие "Прижизненный анализ птиц".
- 17.00 Экологическая игра "Посвящение в экологи".

2 день.

- 10.00 Методы зоологических наблюдений. Орнитологическая экскурсия в бассейн р. Эльганджа.
- 12.00 Подвижные игры
- 15.00 Биоразнообразие позвоночных животных Верхнебуреинского района. Экскурсия в окрестности памятника природы «Уникальный природный ландшафт».
- 18.00 Подвижные игры.

3 день.

- 10.00 Акция «Чистый берег».
- 11.00 Подвижные игры.
- 16.00 Выезд в п. Чегдомын.

Ожидаемые результаты

Участники экспедиции:

- научатся выполнять простейшие экологические исследования в полевых условиях;
- примут участие в акции по очистке от твердых бытовых отходов береговой линии р. Эльганджа;
- научатся распознавать объекты живой природы (*растения, животные*);
- правильно вести себя в природе;
- организовать свой быт в полевых условиях.

Экспедиционная деятельность обладает огромным воспитательным потенциалом, так как ребёнку предоставляется выбор сфер деятельности, где можно быть успешным, где можно развить себя в соответствии со шкалой ценностей. Логическим итогом экспедиции можно считать достижение участниками определенного эффекта:

Личностного. Приобретение таких качеств, как выносливость, выдержка, терпение. Приобретение опыта самостоятельного действия в природе. Умение ориентироваться в пространстве. Умение работать в группе, в коллективе. Выполнять правила личной гигиены. Правила поведения в природе.

Предметных. Оценивать экологическое состояние окружающей среды. Различать изученные растения, животных. Изучить некоторые особенности природы своего края.

Мета предметным результатом является создание отчетов по материалам экспедиции.

Таким образом, экспедиция выступает для ребенка моделью социального мира. Именно опыт, приобретенный в экспедициях, помогает осваивать те законы, по которым живет взрослый мир, освоить различные социальные роли, межличностные отношения. Помогая социализации будущего гражданина страны.

Материально-техническое обеспечение:

- аптечка;
- групповое и туристическое снаряжение (*палатки, тенты, веревки, столы, костровое оборудование, кухонные принадлежности*);
- мешки для мусора, мячи, фотоаппарат.

Литература

1. Думикян А.Д., Ривкус Ю. З., Триликаускас Л. А. Буреинский заповедник-край девственной природы.- Хабаровск, 2005 .
2. Изучаем природу родного края (Методики для осуществления практической природоохранной деятельности.) Часть I. Хабаровский эколого-биологический центр, 2004.

Календарно-тематический план летнего профильного лагеря «Калейдоскоп».

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|---|--|---|---|--|
| 01.06 Инструктаж. Правила поведения. Игры на знакомство. Подготовка конкурса «Визитка». | 02.06 Открытие смены. Визитка. Игра-квест «Магия лета». Мини-соревнование на свежем воздухе. | 03.06 Работа творческих мастерских. «Водная эстафета». | 04.06 Работа творческих мастерских. Игра «Копи царя Соломона». | 05.06 Работа творческих мастерских. Творческое мероприятие: «Конкурс актерского мастерства». |
| 08.06 Работа творческих мастерских. Подвижные игры на свежем воздухе. | 09.06 Работа творческих мастерских. Конкурсно - развлекательное мероприятие «Киномания». | 10.06 Работа творческих мастерских Квест «Кто быстрее?». | 11.06 Работа творческих мастерских. Брей-ринг «Наш дом-Россия». | 12.06 Работа творческих мастерских. «Экологический десант» в парке. |
| 15.06 Работа творческих мастерских. Конкурс «Мисс лагеря». | 16.06 Работа творческих мастерских. Игра «Тайное общество кладоискателей». | 17.06 Работа творческих мастерских. Конкурсная программа «Фабрика звезд». | 18.06 Репетиция концерта. | 19.06 Проведение концерта «Радуга таланта». |

Опросный лист (начало смены)

| | |
|--|--|
| <i>Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:</i> | |
| Твои ожидания от пребывания в лагере? | |
| Есть ли у тебя идеи, как сделать жизнь в нашем лагере интересной и радостной для всех? | |
| Чем с удовольствием стал (а) бы заниматься? | |
| Что или о чем хотел (а) бы узнать? | |
| Чему смог (ла) бы научить своих товарищей? | |
| Какие игры и мероприятия тебе были бы интересны? | |

Опросный лист (конец смены)

| | |
|---|--|
| <i>По окончании смены в лагере, мы просим ответить тебя на некоторые вопросы:</i> | |
| Самое яркое событие в лагере? | |
| Самый замечательный день? | |
| Самое удавшееся дело? | |
| Чему я научился (лась)? | |
| Люди, которые мне стали дорогими? | |

Картотека игр

Игры ознакомительного периода

1. «Клубочек»

Играющие становятся в круг. Клубочек перебрасывается от одного играющего другому, сообщая своё имя и увлечение. После того как клубочек полностью разматывается (не останется играющих без нитки) - клубочек сматывают, по средствам названия имени и увлечения того, от кого пришла нить клубочка. Тот от кого начал разматываться клубочек должен назвать имя и увлечение последнего, кому пришла нить. О правилах сматывания клубочка заранее сообщать нельзя.

2. «Алфавит» Зал делится на 2 команды

Построиться по именам, фамилиям в алфавитном порядке, по увлечениям, по росту,

3. «Перемена мест»

Ребята становятся в шеренгу и называют водящему свои имена. Потом водящий отворачивается, участники меняются местами и водящий должен правильно назвать их по именам.

Участники изображают броуновское движение молекул. Встречаясь, здороваются и знакомятся друг с другом. По команде ведущего: «Молекула по 2, по 3 и т. д.», игроки разбиваются на группы по 2, 3 и т. д. человек. Как только звучит команда: «Хаос», участники вновь начинают двигаться как молекулы. Таким образом, игра продолжается.

Игры основного периода

Живой узел

Количество играющих: 3 - 8 и более человек.

Дети берут друг друга за руки в произвольном порядке. Каждый игрок должен держать за руки двух разных игроков, нельзя держать за обе руки одного игрока. В результате группа должна выглядеть как живой узел: руки всех игроков переплетены.

Цель игры: развязать узел, не расцепляя рук.

Распутав узел, играющие должны встать в круг, держась за руки (иногда может получиться два круга).

Лучший круг

Количество играющих: 6 и более человек.

Инвентарь: мел. Все игроки делятся на четыре команды, берутся за руки и образуют четыре круга. Эти круги должны быть равно удалены от нарисованного в центре площадки круга диаметром 2-4 метра. По сигналу команды пытаются, не расцепляя рук, как можно быстрее попасть в центральный круг. Побеждает команда, которой удалось попасть в круг, не расцепив рук.

Танец с яблоком

Количество играющих: 2, 4 или 6 человек.

Инвентарь: несколько яблок. Дети становятся друг против друга, зажав между лбами яблоко. Под веселую музыку шумового оркестра пары стараются исполнить любые танцевальные движения. Если яблоко упадет, пара выходит из круга.

Рыбаки и рыбки

Количество играющих: 6 и более человек. В начале игры одного участника выбирают «рыбаком». Остальные — «рыбки». «Рыбак» гоняется за «рыбой». Пойманная «рыба» берет «рыбака» за руку и тоже становится «рыбаком». «Невод» «рыбака» постепенно разрастается, и, в конце концов, в нем оказывается вся «рыба».

Змей Горыныч

Количество играющих: 3 - 6 - 9 человек.

Инвентарь: несколько лент ИЛИ веревок. Кому незнакомо это сказочное существо, у которого три головы, четыре лапы и два крыла! Трое участников встают рядом, кладут руки на пояс или на плечи друг другу. Ноги игрока, стоящего посередине, связываются с ногами партнеров, стоящих по бокам. Получается четыре ноги. По сигналу Змей Горыныч начинает движение,

причем участники, стоящие по бокам, должны выполнять руками «взмахи крыльев». Добежав (доскакав, долетев) до какого-то ориентира, тройка разворачивается и возвращается.

Плеть

Количество играющих: 2 - 8 человек. Дети, взявшись за руки, становятся шеренгами. Под музыку русской народной мелодии каждая из шеренг по очереди идет навстречу противоположной шеренге и кланяется. После поклона дети возвращаются на прежнее место.

С началом веселой плясовой дети выходят из своих шеренг, расходятся по комнате, танцуют, используя известные плясовые движения. По окончании музыки, каждая шеренга должна занять свое первоначальное место и быстро и правильно «заплести плетень», взявшись за руки крест-накрест.

Кто быстрее

Количество играющих: 1-6 человек. Инвентарь: одинаковые игрушки по числу игроков, лучше музыкальные. Дети сидят на стульчиках; на небольшом расстоянии от них (2-3 м) лежит несколько бубнов (дудочек, ложек). По команде необходимо добежать до бубна, погремать, оставить его и вернуться на свое место.

Аисты

Количество играющих: 6 - 8 человек.

Дети становятся в общий круг и изображают аистов. Каждый «аист» должен свить себе «гнездо» (начертить вокруг себя круг диаметром в один метр). Водящий, который не имеет «гнезда», стоит в центре большого круга. По сигналу водящего начинается игра. Все «аисты» поднимают правую ногу и стоят на левой ноге. Водящий, прыгая на одной ноге, выбирает себе любое «гнездо» и занимает его. Как только в одном «гнезде» окажутся два «аиста», они выскакивают из него и скачут на одной ноге (чередую правую и левую), огибая большой круг, один справа, другой слева, остальные же в это время могут опустить ногу. Тот, кто прискачет первым, занимает «гнездо», а кто опоздал - становится водящим. Больше двух раз одному игроку водить нельзя. Если он не успел занять гнездо, то водящим становится новый игрок.

Охотники

Количество играющих: 6 - 8 человек. Играющие разбегаются по площадке. Три «охотника» стоят в разных местах, у них по маленькому мячу. По сигналу ведущего: «Стой!» — все играющие останавливаются, и «охотники» с места целятся мячом в одного из них. «Убитые» заменяют «охотников». Играющие имеют право увертываться от мяча, но не должны сходить с места. Если игрок после команды сошел с места, он заменяет «охотника».

Схвати змею за хвост

Количество играющих: от 3 человек.

Инвентарь: веревка (скакалка) длиной около 1,5 м. Один из игроков держит в руках конец веревки. По сигналу ведущего он устремляется вперед, остальные участники пытаются догнать его, схватить за веревку, за «хвост». Тот, кому это удастся, становится водящим, и веревка переходит к нему. Побеждает участник, сумевший спасти свой «хвост» от противников, продержаться по времени больше, чем другие игроки.

Бег с надувными шариками

Количество играющих: 2 — 6 человек.

Инвентарь: воздушные шары, нитки. Участники состязания делятся на две команды. К ногам каждого бегуна привязываются по надувному шару. По команде ведущего игроки бегут наперегонки до установленного рубежа.

Каждый следующий член команды начинает бег тогда, когда его партнер достиг рубежа. За каждый лопнувший шар команда получает штрафное очко.

Вытяни репку

Количество играющих: 12 человек.

Инвентарь: пара одинаковых предметов (мячи, кегли и т. д.). В игре принимают участие две команды. В каждой из них по шесть игроков (дед, бабка, внучка и т. д.). Участники становятся в две колонны, на расстоянии нескольких метров от первого игрока ставится «репка» (кегля, мяч и т. д.). По сигналу ведущего первые номера («дедки») бегут по направлению к кегле, обегают ее, возвращаются к своей команде, берут за руку второго участника («бабку») и обегают кеглю вдвоем. Последний играющий («мышка»), обегая кеглю, должен успеть схватить ее.

Шагом марш!

Постройте детей в колонну по одному. Двигайтесь в разном темпе и в разных направлениях, например, как солдаты — строевым шагом по периметру комнаты или детской площадки или же, как цапли — по диагонали, высоко поднимая ноги, и т. д.

Набрось кольцо

Количество играющих: 1 -6 человек.

Инвентарь: табуретка (стул), 6 колец. С расстояния нескольких метров на ножки перевернутой табуретки необходимо набросить четыре кольца из шести.

Соревнования с метлой

Количество играющих: 1-6 человек.

Инвентарь: метлы по количеству игроков. С помощью метел можно устроить различные шуточные состязания. Например, проскакать на метле наперегонки. Закинуть метлу в круг. Метать метлы на дальность. Оседлав метлу, пробежать мимо городков или других предметов, не задев их. Поиграть в футбол на метлах и т. д.

Ядро барона Мюнхгаузена

Количество играющих: 2 - 6 человек.

Инвентарь: воздушные шары по числу игроков. Помните, как барон Мюнхгаузен передвигался, оседлав пушечное ядро? Предложите ребятам освоить этот необычный вид «транспорта». Ядром может быть обычный воздушный шарик, на котором сбоку написано: «Ядро». Участники должны его оседлать, зажав между коленями и придерживая руками. По сигналу в таком положении нужно проделать путь до поворотного ориентира и обратно.

Поджарь картошку

Количество играющих: 1-6 человек.

Инвентарь: сковорода, несколько картошек. С расстояния нескольких метров надо забросить пять картофелин на сковороду так, чтобы они остались на ней.

Последний выбывает

Количество играющих: 6 - 8 человек.

Инвентарь: несколько игрушек (кубики, мячи, городки). Игроки бегут по кругу мимо лежащих предметов (игрушек). Предметов должно быть на один меньше, чем игроков. По сигналу каждый старается схватить находящийся ближе к нему предмет. Кто не успел этого сделать - выбывает из игры. Затем убирают из круга один из предметов. Игроки бегут в другую сторону и по сигналу стараются завладеть предметами. Снова один из игроков оказывается лишним. Наконец, остаются два самых ловких игрока, которые встают в десяти шагах от лежащего предмета и выполняют по указанию ведущего различные движения. По сигналу они устремляются к предмету. Кто успеет его взять, выходит победителем.

Черепашки

Дети ползают на животе, передвигая вперед одновременно правую руку и левую ногу, затем левую руку и правую ногу.

Караси и карпы

Количество играющих: 6, 8 или 10 человек. Игроки одной команды - «караси», другой - «карпы». Они встают спиной друг к другу на некотором расстоянии. Заранее определяется «домик» для каждой команды, то есть условная зона, где участники могут «спастись». Как только ведущий произносит: «Караси!», группа «карасей» ловит «карпов», а те стремятся как можно быстрее спрятаться в «домике», и наоборот.

Носильщик

Инвентарь: игрушки. Предложите ребенку проползти на четвереньках определенное расстояние и при этом провезти на спине какую-нибудь игрушку, стараясь ее не уронить. Вначале дистанция может быть короткой, затем она удлиняется, а темп движения ускоряется.

С пенька — в кружок

Количество играющих: 1-6 человек.

Инвентарь: мел. Около «пня» (скамеечки) чертят три кружка: один совсем близко, другой подальше, третий еще дальше. Дети по очереди прыгают с «пенька» в кружок. Выигрывает тот, кто точнее приземлится в каждый из кружков и не упадет.

Прыжки через скакалку

Количество играющих: от 3 человек.

Инвентарь: скакалка (веревка). Двое берут длинную скакалку (веревку) за концы и ходят с ней вдоль площадки, то ускоряя, то замедляя темп ходьбы. Остальные дети в это время перепрыгивают через скакалку. Задевший скакалку сменяет держащего ее. Если в игре участвует один ребенок, можно привязать один конец веревки к неподвижной опоре (вне дома - к дереву), а другой конец веревку держит или вращает взрослый. Игру можно усложнить, изменяя вид прыжков: на одной ноге, на двух ногах, боком и т. д.

«Ну-ка донеси!»

Количество играющих: 1-6 человек. *Инвентарь:* платки по числу игроков. Дети сидят на стульях. У каждого ребенка под ногами платок. Нужно захватить его пальцами одной ноги и, ни разу не уронив, донести любыми способами (например, прыгая на одной ноге или передвигаясь на четвереньках) до противоположного конца комнаты.

Пересаживаемся

Ребенок из положения, стоя на коленях, садится вправо, без помощи рук возвращается в исходное положение, приговаривая: «Сажусь направо, сажусь прямо». Затем садится влево и обратно, также сопровождая это словами. Взрослый сначала помогает ребенку, поддерживая его за руки. Если играют двое и более детей, можно организовать соревнование, кто это упражнение сделает лучше, с прямой спиной.

Султан

Количество играющих: 1-6 человек. Дети сидят на ковре, ноги «по-турецки» (крест-накрест, внешние края стоп одинаково ровно опираются в пол). Им нужно встать, придерживаясь за какую-нибудь опору, скрещенные ноги должны быть прямыми, стоять надо на внешних краях стоп. Так же нужно сесть. При этом тяжесть туловища должна быть равномерно распределена на внешние края стоп обеих ног. При повторении упражнения ноги скрещивают в другом порядке. Играющие встают в круг. Каждый из них выставляет правую ногу в центр круга. Ведущий кричит: «Три - пятнадцать», и все отпрыгивают назад как можно дальше.

Три - пятнадцать

Количество играющих: от 6 игроков. Затем тот, кто прыгнул дальше всех, пытается наступить на ногу игроку, стоящему слева от него. Если ему это удалось, он продолжает наступать на ноги другим играющим по ходу часовой стрелки. Если не удалось, очередь переходит к следующему участнику игры (прыгающий имеет право совершить прыжок только один раз). Тот игрок, на ногу которого прыгают, имеет право отскочить или расставить ноги одним прыжком. Игрок, которому наступили на ногу, выходит из игры. Если прыгающий, делает вид, что прыгает, заставляя своего соседа отпрыгнуть, но сам прыжка не совершает, сосед выходит из игры. Игра заканчивается, когда остается один игрок.

Пятнашки по-медвежьи

Количество играющих: 2, 4 или 6 человек. Два игрока примерно одного роста становятся лицом друг к другу и кладут руки друг другу на плечи. По сигналу ведущего каждый участник игры пытается наступить партнеру на носок ноги, не отрывая рук от его плеч. Перед началом игры желательно убедиться, что игроки обуты в подходящую обувь (кроссовки, ботинки и т. п.).

Выше земли

Количество играющих: 2-6 чел. Выбирается водящий. Его задача — «запятнать» тех игроков, чьи ноги коснулись пола (земли). Задача остальных — передвигаться с одного возвышения на другое, стараясь как можно меньше касаться пола, при этом стоять на одном месте нельзя. Когда игрок встал обеими ногами на возвышение, «запятнать» его уже нельзя. Пойманный становится водящим.

Колдуны

Количество играющих: 6-8 человек.

Выбирают двух-трех водящих, которые, бегая, стараются «осалить» - «заколдовать» игроков. Осаленные игроки останавливаются на месте, держа руки в стороны. Остальные игроки могут выручить «заколдованных» касанием руки. Игра проводится до того момента, пока все игроки не будут «осалены». Затем выбирают других «колдунов».

Догонялки с фасолью

Количество играющих: 2 - 6 человек. *Инвентарь:* фасоль, полиэтиленовые пакетики (или носки, чулки), веревочка. Возьмите полиэтиленовые пакетики, наполните их фасолью — в каждый по полчашки, не больше, так, чтобы зерна лежали там свободно. Их надо крепко завязать. Установите в комнате препятствия — стулья, кресла, коробки. На головы детям положите мешочки с фасолью. Проигрывает тот, у кого мешочек упадет первым.

Ритм по кругу

Дети садятся в круг на колени и пятки. Число участников в круге не должно быть кратно трем. Первый ребенок хлопает в ладоши один раз, второй — два раза, третий — три раза, следующий опять один раз и т. д. Ведущий (взрослый) задает различный темп игры, меняет направление игры (по часовой стрелке или против). Далее упражнение усложняется. Дети садятся полукругом. Взрослый отстукивает какой-то ритм. Дети по команде его повторяют (по отдельности или все вместе). Когда ритм освоен, звучит новая команда: «Давайте прохлопаем эту мелодию так: каждый по очереди будет делать по одному хлопку». Когда мелодия закончится, следующий по кругу ребенок выжидает короткую паузу и начинает прохлопывать мелодию сначала. И так до команды «Стоп». Опоздавший со своим хлопком, не выдержавший паузу, сделавший лишний хлопок получает штрафное очко.

Зоопарк

Ребенок изображает какое-нибудь животное. Остальные должны отгадать изображаемое животное.

Игры заключительного периода

Слепой скульптор

Водящему завязывают глаза. Одного из участников игры взрослый ставит в любую позу. Это — «скульптура». Водящий должен ощупать «скульптуру» и «слепить» из другого ребенка точно такую же (не зеркальную). Можно составить «скульптурные группы» из двух - трех человек. Очень важно, чтобы после окончания своей работы «скульптор» с открытыми глазами мог поправить допущенные ошибки.

Непоседушки

Дети встают в круг. Через одного надо то приседать, то подпрыгивать, то наклоняться в быстром темпе.

Ладушки

Дети встают друг напротив друга в парах с согнутыми в локтях руками, ладонями соприкасаясь с ладонями партнера. Сначала каждый игрок хлопает в свои ладоши и возвращает руки в исходное положение. Затем делает хлопок в ладоши партнера и снова принимает исходное положение. Потом хлопает своими ладошами и так далее. Хлопок правой ладонью по правой ладони партнера. Исходное положение. Хлопок своими руками. Исходное положение. Хлопок левой ладонью по левой ладони партнера. Повторять упражнение, постепенно увеличивая темп, пока кто-либо из партнеров не перепутает последовательность.

Хлопки

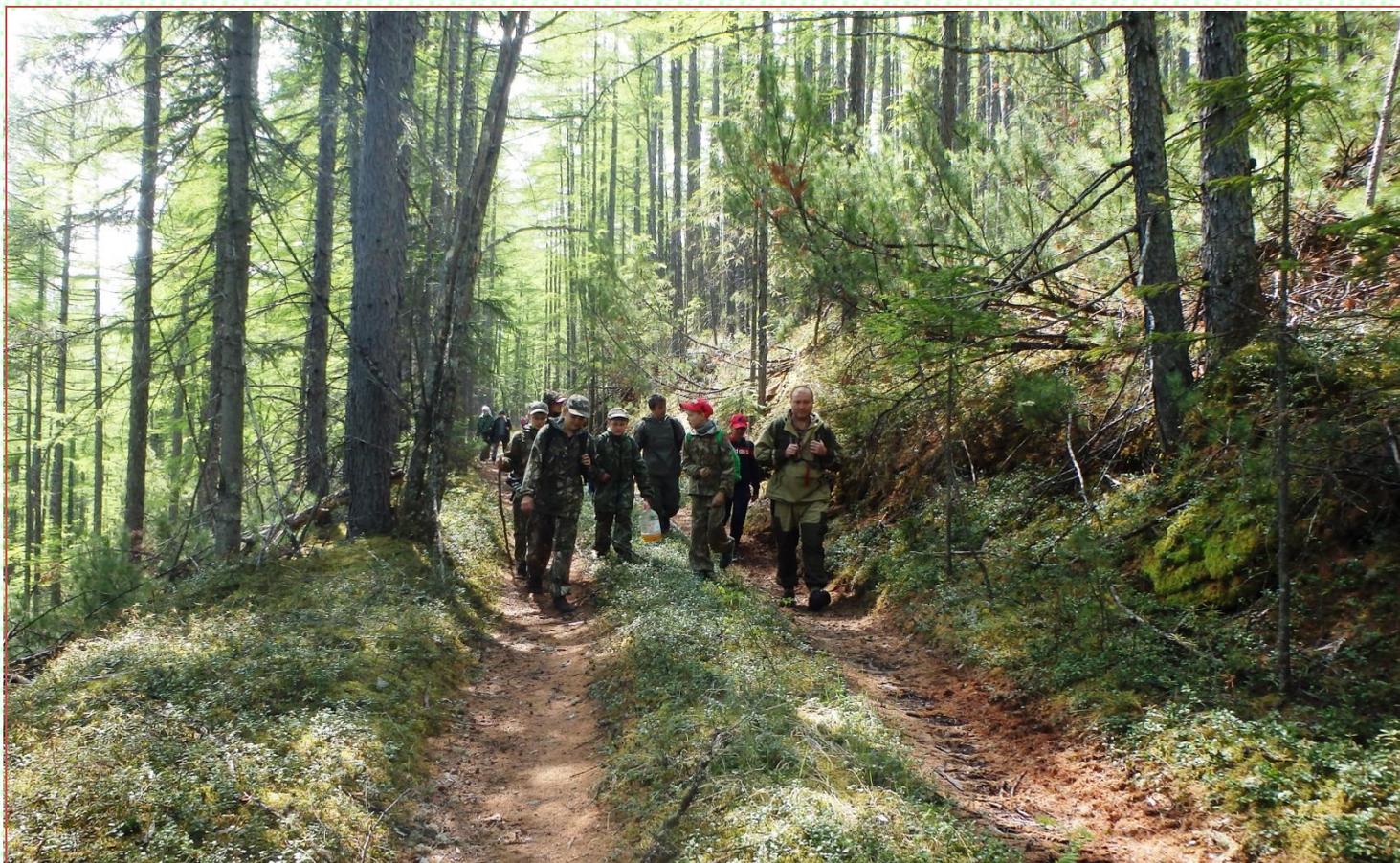
Дети свободно двигаются по комнате. На один хлопок ведущего они должны подпрыгнуть, на два — присесть, на три — встать с поднятыми вверх руками. (Можно применять любые другие варианты движений.)

Гирлянда из обезьянок

Дети встают друг за другом таким образом, чтобы руки лежали на плечах стоящего впереди. Услышав условный сигнал, первый ребенок поднимает правую руку. На следующий сигнал второй ребенок поднимает левую руку, на третий — третий поднимает правую и т. д. Затем в том же порядке руки опускаются вниз.

Передача мяча

Игра проводится в форме соревнования команд. Дети в каждой команде стоят в затылок друг другу на расстоянии вытянутой руки. Первый игрок передает мяч второму сверху над головой, второй третьему — снизу между ногами и т. д. Можно передавать мяч сбоку с поворотом корпуса то вправо, то влево. Побеждает команда, быстрее всех передавшая мяч от первого игрока к последнему.



МБУ ДО ЦРТДиЮ
682030, Хабаровский край. Верхнебуреинский район
р.п. Чегдомын, ул. Парковая 8,
тел.: (842149)5-25-46
E-mail: detstva-gorod@mail.ru

