

Управление образования администрации Сорочинского городского округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Родинская средняя общеобразовательная школа»
Сорочинского городского округа Оренбургской области

Принята на заседании
педагогического
совета от 12.05.2017г.
Протокол №4

«СОГЛАСОВАНО»:

Начальник лагеря
Кучеренко А.И.

«УТВЕРЖДАЮ»:

Директор МБОУ
«Родинская СОШ»
Т.П.Мешкова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
организации летнего отдыха и оздоровления детей и подростков
спортивно-оздоровительной направленности

«Здоровейка»

Возраст детей: 7 - 16 лет

Срок реализации:

1 смена(01.06.17г. – 25.06.17г.)

2 смена (27.06.17г. – 20.07.17г.)

3 смена (24.07.17г. – 16.08.17г.)

Авторы: Баскакова Ольга Александровна,
ЗДВР МБОУ «Родинская СОШ»,
Гончарова Алена Николаевна,
педагог - психолог МБОУ «Родинская СОШ»

п Родинский
2017

1. Информационная карта.....	3
2. Пояснительная записка.....	7
2.1. Направленность программы.....	8
2.2. Обоснование актуальности программы.....	8
2.3. Концептуальные особенности программы.....	9
2.4. Отличительные особенности программы.....	9
2.5. Новизна и педагогическая целесообразность	10
2.6. Направления деятельности программы.....	10
2.7. Цель и задачи программы.....	10
2.8. Ожидаемые результаты.....	11
2.9. Оценка эффективности программы.....	11
2.10. Основные методы работы.....	12
2.11. Основные формы организации деятельности детей.....	12
3. Образовательная деятельность в рамках смены.....	12
3.1. Учебно-тематический план	12
3.2. Содержание образовательной деятельности.....	13
4. Оценка эффективности программы.....	16
5. Принципы отбора содержания.....	17
6. Методическое обеспечение программы.....	17
7. Условия реализации программы.....	20
8. Детское самоуправление в лагере.....	21
9. Список литературы.....	24
10. Приложения.....	25
10.1. План- сетка смены.....	25
10.2. Карта диагностических методик.....	27
10.3. Диагностические методики.....	29
10.4. Материально-техническое обеспечение.....	34
10.5. Сценарий спортивно-развлекательного конкурса «Мисс Грация....	34

10.6. Подвижные игры на свежем воздухе	38
10.7. Сценарий мероприятия «Юмор в спорте нужен – не спорьте!».....	43
10.8. Игровая познавательная программа «В гостях у Айболита».....	46
10.9. Игра – викторина по ППБ «Огонь – друг, огонь – враг».....	50
10.10. Конспект практического занятия «Кожа человека. Как ухаживать за кожей».....	55
10.11. Анализ реализации программы.....	59

Информационная карта программы.

1	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа организации летнего отдыха и оздоровления детей и подростков спортивно-оздоровительной направленности «Здоровейка»
2	Цель программы	Цель: формирование мотивации у детей к занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью и осмысленному отношению к своему здоровью в условиях лагеря дневного пребывания.
3	Направление деятельности	• Образовательная спортивно-оздоровительная деятельность; • Художественно-творческая деятельность; • Физкультурно-спортивная деятельность;

		• Гражданско – патриотическая деятельность. • Трудовая деятельность
4	Содержание программы	Программа «Здоровейка» по своей направленности является комплексной, предусматривает разноплановую деятельность детей, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания в условиях оздоровительного лагеря. Программа является тематической (спортивно-оздоровительной) и реализуется в трех сменах.
5	Авторы программы	Баскакова Ольга Александровна, Зам. директора по ВР МБОУ «Родинская СОШ», Зобнина Галина Александровна, старшая вожатая МБОУ «Родинская СОШ»
6	Образовательное учреждение	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Родинская средняя общеобразовательная школа» Сорочинского городского округа Оренбургской области
7	Адрес, телефон	461916, поселок Родинский, ул. Юбилейная, дом 5; Рабочий телефон – 8 (36346) 2-17-56
8	Место реализации	Лагерь дневного пребывания МБОУ «Родинская СОШ»»

9	Количество детей в смене количество потоков возраст учащихся	1 смена: 30 человек 2 смена: 30 человек 3 смена: 20 человек 3 учащиеся с 7 лет до 16 лет
10	Сроки проведения	1 смена: 01.06.17г. – 25.06.17г. 2 смена: 27.06.17г. – 20.07.17г. 3 смена: 24.07.17г. – 16.08.17г.

Программа содержит образовательный компонент и разработана с учетом нормативно-правовых документов:

Международных:

- «Конвенция ООН о правах ребенка» - Принята резолюцией 45/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1989 г., ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 13 июня 1990 г.

Федеральных:

- Конституция РФ.
- «Об образовании в Российской Федерации» - Закон Российской федерации № 273 от 29 декабря 2012 года.
- «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы» - Указ Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 года № 761.
- «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года» - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996 – р.

Правительственных:

- «О плане первоочередных мероприятий по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 -

2017 годы» - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15 октября 2012 г. № 1916-р.

- «Концепция развития дополнительного образования детей» - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
- Приказ Минобразования РФ от 13 июля 2001г N22688 «Об утверждении порядка проведения смен профильных лагерей, лагерей с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха».
- Указ Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 года № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы»
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ)

Ведомственных:

- «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» - Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008.
- Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул (Санитарно - эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.2599 - 10).

Региональных (Оренбургская область):

- Указ Губернатора Оренбургской области от 12.04.2012 года №211-ук «Об организации отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков в Оренбургской области в 2012 году и последующие годы».

Муниципальных (город Сорочинск):

- Распоряжения главы администрации Сорочинского городского округа, приказы Управления образования администрации Сорочинского городского округа
- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Родинская средняя общеобразовательная школа» Сорочинского городского округа Оренбургской области.

2. Пояснительная записка

Лето – это время, когда дети могут отдохнуть, восстановить силы, здоровье. Проблема здоровья детей относится к категории таких проблем, которые постоянно находится под пристальным вниманием государства.

Одной из причин снижения здоровья учащихся является их переутомление в школе: чрезмерные учебные нагрузки, новые предметы, увеличение учебной информации, сокращение двигательной активности.

В нашей школе по результатам медицинского осмотра самые распространённые заболевания у учащихся в течение учебного года: острые респираторно – вирусные инфекции, сколиоз, снижение зрения.

Как утверждает Всемирная организация здравоохранения, здоровье человека лишь на 10% зависит от качества медицинского обслуживания, на 20% определяется наследственностью, на 20 % - состоянием окружающей среды и на 50% оно определяется образом жизни. Исследуя данную проблему, педагогический коллектив сделал вывод, что именно учитель может сделать многое для профилактики различных заболеваний.

Всем известно, что физическая культура и спорт укрепляют здоровье, воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение с честью выходить из непростых ситуаций.

Летний лагерь с дневным пребыванием детей при МБОУ «Родинская СОШ» может помочь в решении проблемы снижения качества здоровья. В

нашей школе есть спортивный зал, стадион с футбольным полем и площадка для игр на свежем воздухе, беговая дорожка.

Наш лагерь с дневным пребыванием представляет собой благоприятную среду для формирования у детей здорового образа жизни. Для того чтобы отдых сделать полноценным была разработана краткосрочная программа летнего отдыха и оздоровления детей «Здоровейка».

Программа ЛДП «Здоровейка» реализуется на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Родинская средняя общеобразовательная школа» Сорочинского городского округа Оренбургской области. Основной состав лагеря – это учащиеся *в возрасте* от 7 до 16 лет. По продолжительности программа является краткосрочной, т.е. *реализуется* в течение 21 дня.

Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в разновозрастных отрядах по 30 человек. Количество учащихся в лагере 80 человек. При комплектовании особое внимание уделяет детям из малообеспеченных, неполноценных семей, из семей имеющих родителей пенсионеров, а также детей, находящимся в трудной жизненной ситуации.

2.1.Направленность программы

Направленность данной программы *спортивно-оздоровительная*. Главным в деятельности смены лагеря будут оздоровительные мероприятия, направленные на укрепление физического, психического, нравственного здоровья детей, формирование здорового образа жизни развитии личностных качеств воспитанников ЛДП.

2.2Обоснование актуальности программы

Период летних каникул – это особый период в школьной жизни каждого ребёнка. Летом образовательное учреждение не должно завершать своё педагогическое воздействие на учащихся. Школа должна непосредственно принимать активное участие в организации летнего отдыха детей. Это обусловлено существующими проблемами:

1. Наличие детей, относящихся к «группе риска» и требующих особого внимания: дети, стоящие на учёте, из неблагополучных семей, опекаемые, дети из малообеспеченных семей.

2. Неумение детей организовать полезный и интересный досуг.

3. Нежелание детей заниматься спортом и укреплять своё здоровье, что приводит к ещё большему снижению уровня здоровья и физического развития учащихся.

Лето – период, благоприятный для разрешения многих проблем. Лето дает возможность выявить самые разнообразные таланты всех детей независимо от учебной успеваемости самого ребенка. Летнее время благоприятно для позитивной социализации детей, освоения ими различных социальных ролей и функций. Летом в рамках ОУ дети могут свободно общаться, удовлетворять свои интересы, развивать способности, поправлять свое здоровье, отбросить усталость, накопленную за учебный год.

2.3. Концептуальные особенности программы

Создание благоприятных условий для укрепления здоровья и организации досуга детей во время каникул, развитие творческого и интеллектуального потенциала личности, ее индивидуальных способностей и дарований, творческой активности с учетом индивидуальных особенностей и интересов. Развитие культурных и духовно-нравственных ценностей, воспитание патриотизма, стремления к разумному выбору здорового образа жизни.

Программа направлена на удовлетворение потребностей:

- ***Школы*** - в создании условий для воспитания здорового подрастающего поколения;
- ***Детей и подростков*** - стимулирующих развитие познавательных интересов, разносторонних способностей и творческих проявлений личности;
- ***Родителей*** - в обеспечении условий для максимального вовлечения учащихся в цикл оздоровительно- досуговых мероприятий, в создании комфортных условий отдыха;
- ***Общества*** - в реализации Программы развития, направленной на формирование личности, способной к продуктивной деятельности в сфере производства, культуры, общественных отношений.

2.4. Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной программы является дополнительное обучение детей в, так называемой, «Школе безопасности», прививающей навыки правильного поведения и оказания первой доврачебной помощи в экстренных ситуациях.

2.5.Новизна и педагогическая целесообразность

Новизна программы заключается в гармоничном сочетании физкультурно-оздоровительной деятельности учащихся и психологизации процесса оздоровления посредством вовлечения детей в интеллектуальную, спортивно-игровую деятельность.

Педагогическая целесообразность - привлечение педагогов дополнительного образования, учителей физвоспитания и работа с библиотекой даст эффект в развитии культуры безопасного и здорового образа жизни детей.

2.6.Направления деятельности программы

Основные направления программы: здоровый образ жизни, минутки здоровья, школа безопасности, физкультурно-спортивная работа.

2.7.Цель и задачи программы

Цель программы: формирование мотивации у детей к занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью и осмысленному отношению к своему здоровью.

Задачи:

Образовательные: приобретение конкретных знаний в области гигиены, здорового образа жизни, самоопределение учащихся, в каком либо виде спорта;

Воспитательные: развитие лидерских качеств, профилактика вредных привычек, формирование мотивации к физкультурно-спортивной деятельности через историю развития спорта, развитие психологической и коммуникативной культуры, создание благоприятного психологического климата в коллективе, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание культуры поведения;

Развивающие: развитие физических качеств, командного мышления, рефлексивной культуры, самоконтроля.

2.8.Ожидаемые результаты

Программа направлена на оздоровление и спортивное развитие каждой личности через положительную мотивацию, интересы и ведение индивидуальных, групповых и коллективных занятий.

В ходе реализации данной программы ребята:

- изменят отношение к своему здоровью, осознают необходимость сохранения физического здоровья, начиная с раннего возраста;
- повысят уровень развития физических качеств (силы, ловкости, выносливости);
- получат навыки здорового образа жизни, правил личной гигиены, разучат комплекс утренней гимнастики;
- научатся оказывать первую само- и взаимопомощь при ожогах, тепловых ударах, ранах, ушибах, растяжениях, укусах и т.д.;
- получат возможность развивать лидерские, организаторские и творческие способности, умение работать в команде;
- расширят кругозор и получат более широкое представление о различных видах спорта.

2.9.Оценка эффективности программы

ведется по двум направлениям: физическое развитие и оздоровление и психологическая комфортность воспитанников. Для получения более точных параметров диагностика делится на три этапа: входная, текущая и итоговая. В зависимости от цели исследования подбирается методика. Карта диагностических методик (приложение 10.2.).

2.10.Основные методы работы

- методы состязательности;
- методы равноправного духовного контакта;
- методы импровизации;

- методы воспитывающих ситуаций;
- метод интерактивного обучения;
- методы игры и игрового тренинга;
- методы театрализации;
- метод коллективной творческой деятельности (КТД).

2.11. Основные формы организации деятельности детей

Для их реализации поставленных задач используются индивидуальные, групповые, коллективные, массовые *формы занятий* включающих практическую и теоретическую части занятий.

Виды занятий:

- утренняя гимнастика;
- подвижные игры, прогулки на свежем воздухе;
- игровые тестирования, опросы, анкетирование;
- беседы на тему здорового образа жизни;
- конкурсы, праздники;
- познавательные игры и викторины;
- спортивные игры и соревнования;
- кружковая деятельность.

3. Образовательная деятельность в рамках смены

3.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Блоки	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Здоровый образ жизни	7	5	2
	беседы		3	
	викторина			2
	презентации, видеоролики		2	

2	Минутки здоровья	8	5	3
	беседы		5	
	викторины			2
	конкурсы			1
3	Школа безопасности	11	5	6
	познавательные игры			2
	конкурсы			1
	беседы, инструктажи		5	
	практические занятия			3
4	Физкультурно-спортивная работа	42	5	37
	спортивные игры			7
	праздники			5
	соревнования, эстафеты			9
	беседы (история Олимпиады)		5	
	кружки			16
	итого	68	20	48

3.2.Содержание образовательной деятельности

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту, и здоровому образу жизни. Эта работа ведется по 4 блокам.

1. Здоровый образ жизни

В лагере уделяется большое внимание формированию навыков здорового образа жизни. Это осуществляется через психолого-педагогическое сопровождение воспитательного процесса в лагере.

Задачами данного направления являются:

1. профилактика асоциального поведения детей;
2. формирование духовно-нравственных качеств личности детей;
3. профилактика употребления алкоголя и курения среди детей.

Они реализуются по средствам:

- бесед, проведённых медицинским работником: «О вреде наркотиков, курения, употребления алкоголя», «Как поднять настроение?», «Значение спорта в жизни человека»;
- просмотра видеороликов, презентаций;
- викторины «Вредные привычки и их последствия для организма».

2. Минутки здоровья

Большое место в лагере отводится пропаганде правильного питания и формированию навыков гигиены. С этой целью реализуется тесное сотрудничество с врачом.

Задачей данного направления является выработка и укрепление гигиенических навыков, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Проводятся:

- беседы «Детям о личной гигиене», «Хочешь здоровым быть, умей правильно питаться», «Чтоб всегда красивым быть, надо...», советы доктора Пилюлькина, «Как ухаживать за кожей»;
- викторины «Помощники здоровья», «Чтоб «нюх как у собаки, а глаз как у орла»;
- практические занятия «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки»;
- конкурс рисунков «Витамины вокруг и на столе»;
- ежедневно ведется «Журнал здоровья».

3.Школе безопасности

Задачей данного направления является осознание ребенком ценности человеческой жизни, воспитание представления о правилах поведения в образовательном учреждении, дома, на улице, в населенном пункте, в общественных местах, на природе.

- «День Айболита», «Что делать, чтобы тебя не укусили, поцарапали, ужалили, лягнули, забодали, заразили. И что делать, если это всё-таки случилось», «Солнечный и тепловой удар. Первая помощь при солнечно ми тепловом ударе», где дети учатся оказывать первую медицинскую помощь и применяют на практике дыхательные упражнения, упражнения для улучшения осанки, профилактики плоскостопия и близорукости, самостоятельно учатся выполнять антропометрические измерения.
- Занятия и соревнования с использованием знаков: по ППБ с инструктором ВДПО и по ПДД вместе с инспектором ГИБДД.
- инструктажи для детей: «Правила пожарной безопасности», «Правила поведения детей при прогулках и походах», «Правила при поездках в автотранспорте», «Безопасность детей при проведении спортивных мероприятий», «Правила безопасного поведения на водных объектах и оказания помощи пострадавшим на воде» и др.
- беседы: «Безопасность в доме», «Правила поведения с незнакомыми людьми», «Правила поведения и безопасности человека на воде».

4. Спортивно–оздоровительная работа

Задачи физкультурно-оздоровительной деятельности:

1. вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;

2. расширение знаний о разных видах спорта.

Для этого проводятся:

- утренняя гимнастика (зарядка);
- спортивные игры на стадионе, спортивной площадке (футбол, волейбол, пионербол, бадминтон);
- подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты; посещение бассейна;

- спортивные праздники: «Малые олимпийские игры», «Юмор в спорте важен, не спорьте», «День футболиста», «День народных игр»; спортивные соревнования, веселые эстафеты.

Спортивные праздники развивают у детей ловкость и смекалку, помогают им развивать различные двигательные способности и реализуют потребность детей в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни. Для максимального достижения результата при проведении спортивных мероприятий присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После конкурсов, которые развивают не только физическое состояние детей, но и укрепляют их дух, дети получают призы.

4. Оценка эффективности программы

Оценка эффективности велась по двум направлениям физическое развитие и оздоровление и психологическая комфортность воспитанников.

Сопоставлялись данные двух медицинских осмотров в начале и в конце лагерной смены. Анализировались: физическое развитие, функциональное состояние организма, уровень физической подготовленности, уровень заболеваемости. Чтобы оценить эффективность данной программы с воспитанниками лагеря проводится постоянный мониторинг, промежуточные анкетирования. Разработан механизм обратной связи. Каждый день ребята заполняли «Экран настроения», что позволяло организовать индивидуальную работу с детьми. В конце дня и недели педагоги анализировали качество и содержание своей работы по результатам обратной связи. Дополнительно для анализа работал «Листок откровения». Он служит для того, чтобы получить от детей отзыв о проведенных мероприятиях, жизни в лагере. Листок откровений постоянно висел на территории лагеря, обновлялся. Сделать там запись мог каждый.

В течение всей смены в лагере с ребятами регулярно проводились диагностические исследования по методикам «Градусник», «Мишень настроения», «Чудо – дерево», позволяющие своевременно выявлять проблемные поля и находить пути их устранения.

Благодаря результатам, полученным на первом этапе психодиагностического исследования, стало возможным организовать работу вожатых, воспитателей и психолога, учитывая эмоциональное состояние и настроение каждого ребенка.

5. Принципы отбора содержания

1. Принцип многообразия видов и форм работы с детьми.
2. Принцип учета мнения воспитанников.
3. Принцип социальной активности учащихся.
4. Принцип учета возрастных психических и индивидуальных особенностей и возможностей.
5. Принцип взаимосвязи педагогического управления и самоуправления детского коллектива.

6. Методическое обеспечение программы

«В воспитании нет каникул» – эта педагогическая формула становится правилом при организации детского летнего отдыха, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребенка. Праздники и соревнования в лагере составлены с учетом желаний и интересов юных воспитанников и применением новых **игровых технологий**: «Развед-шоу», «Мисс грация», «Водный переполох», а также открытие и закрытие лагеря. Организована «Школа безопасности», целью и задачей, которой стало изучение опасностей, угрожающих школьнику и разрабатывающих способов защиты

от них в любых условиях обитания человека, закрепление практических навыков и умений, находясь в экстремальных ситуациях.

В условиях летнего отдыха стремление к познанию нового, неизвестного, реализуется у ребят в других, отличных от школьного урока, формах. Они стремятся к практической реализации тех знаний, которые дала им школа, окружающая среда. Поэтому интеллектуальная работа направлена на расширение кругозора, развитие мышления, памяти, внимания ребят и их познавательной деятельности, формирование положительных эмоций от обучения и потребности в непрерывном образовании.

Понятие **"игровые педагогические технологии"** включает большую группу методов и приемов организации учебного процесса в форме игры.

Викторина – это познавательная игра, состоящая из вопросов и ответов на темы из различных областей науки и искусства. Викторины имеют большое значение для расширения кругозора учащихся. При подборе вопросов необходимо учитывать возрастные особенности и подготовленность детей. Эта игровая форма занятий особенно часто применяется педагогами в воспитательной работе. Во время проведения викторин учебная деятельность подчиняется правилам игры, а учебный материал становится её средством. В этой игровой форме обязательно присутствует элемент соревнования, который побуждает учащихся к активной умственной деятельности, заставляет чётко и быстро формулировать ответ, делать выводы. Каждый участник может проявить себя, показать свои знания, умения, характер. Результат зависит от каждого игрока, его способностей, быстроты реакции, выдержки, дисциплинированности. Так как часто игровые занятия предполагают деление на группы, то здесь проявляется коммуникативная деятельность, которая позволяет учащимся во время игры сплотиться, сосредоточиться на общем деле. Во время игры создаётся благоприятная атмосфера, раскрепощение, совместные эмоциональные переживания укрепляют отношения между учащимися.

Состязательность – это неотъемлемая часть любой игры, именно это и привлекает детей. Удовлетворение, полученное от игры, создает комфортное настроение и усиливает желание изучать предмет.

Используя **образовательные технологии**, различные знания и умения в таких предметах как: биология, математика, русский язык, ОБЖ, история были разработаны новые праздники. А именно:

- физкультура и ОБЖ (занятия в школе безопасности, игры по правилам дорожного движения, «Школа пешехода», «Огонь-друг, Огонь – враг»);
- физкультура и биология (день Айболита);
- физкультура и история («Спортивная викторина», праздник «По дорогам Олимпиады»);
- физическая культура и математика («Развед-шоу»);
- национальные традиции (изучение игры «Лапта»). Цель – возрождение народных игр.

Технология дифференцированного (индивидуального) подхода к ребятам с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств, стала важнейшим требованием в воспитании. Дифференцированный подход важен для детей, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры. При разработке мероприятий в лагере обязательно учитываются уровень физических способностей и возможностей воспитанников.

Методика КТД.

Суть каждого дела – забота о своем коллективе, друг о друге, об окружающих людях, о далеких друзьях. Дело это – коллективное, потому что совершается вместе – ребятами и старшими товарищами, как их общая забота. Дело это – творческое коллективное, потому что представляет собой совместный поиск лучших решений жизненно важной задачи, потому что творится сообща – не только выполняется, но и организуется: задумывается,

планируется, оценивается. Оно творческое еще и потому, что всегда выступает в разных вариантах, всегда выявляет новые свои возможности, ведь оно – частица жизни.

Виды КТД:

1. Организаторские дела (метод взаимодействия)
2. Познавательные КТД влияют на формирование мировоззрения, обогащают мир знаний, расширяют кругозор ребят, развивают гибкость ума.
3. Спортивные КТД - приобщение к здоровому образу жизни.
4. Досуговые КТД несут заряд веселья, улыбки, радости, что уже делает их педагогически ценными.
5. КТД с целенаправленным нравственным содержанием (огонек знакомств, огонек прощания, откровения и т.п.). Все модели работы с детьми летом имеют нравственный аспект. Однако существуют просветительские и тренинговые формы деятельности, несущие этическую направленность.
6. КТД в работе с активом. Все дети, находящиеся в лагере, должны находиться в «самочувствии актива». Будет ли он сменным или постоянным (мы выбираем сами) с активом надо работать: учить, консультировать, инструктировать, помогать осваивать сферу организаторской работы.

7. Условия реализации программы

Оздоровление и развитие детей зависит от знаний, умений и подготовленности взрослых, которые организуют жизнедеятельность лагеря.

Подбор кадров. В реализации программы участвуют педагоги МБОУ «Родинская СОШ». Каждый работник лагеря знакомится с условиями труда, правилами внутреннего распорядка и своими должностными обязанностями.

Координаторы: начальник лагеря, старший вожатый. Кураторы: воспитатели отрядов (классные руководители 1-11 классов), вожатые (учащиеся из числа актива школы). Руководители творческих мастерских - педагоги ДО, учителя-предметники, библиотекарь и медицинские

работники.

Педагогических коллектив школы составляют 20 педагогов. Из них: 18 человек (90%) - имеют высшее педагогическое образование, 2 учителя (10%) - средне – специальное. Стаж работы в ДОЛ: 12 педагогов (60%)- 20 лет и более, 6 педагогов (30%) от 11 до 20 лет, 2 педагога (10%) – от 6 до 10 лет. Квалификация педагогов: 4 человека (20%) - высшая квалификационная категория, 14 человек (70%) - I квалификационная категория, соответствует занимаемой должности 1 учитель (5%), не аттестован – 1 педагог (5%)

Психолого-педагогическое сопровождение деятельности осуществляют начальник лагеря и воспитатели.

Материально – техническое обеспечение создает оптимальные условия для проведения разнообразных мероприятий. Необходимо обеспечение соответствующими помещениями, спортивным инвентарем, аппаратурой и канцелярскими товарами. Таблица (приложение 10.4.).

Информационные ресурсы - материалы сайтов:

- nsportal.ru
- <http://uchkopilka.ru/letnij-lager/organizatsiya-deyatelnosti-letnego-lagerya/4107-programma-lagerya-dnevnogo-prebyvaniya-zvjozdnyj>
- doklad_programma_organizatsii_letnego_otdykha_v_ou.doc
- www.1september.ru.
- <http://www.vozhatyj.ru/>;
- <http://www.solnet.ee/>
- <http://www.murzilka.org/igrodrom/>

8. Детское самоуправление в лагере

Детское самоуправление – форма организации жизнедеятельности коллектива лагеря, обеспечивающая развитие у детей самостоятельности в принятии и реализации решения для достижения групповых целей. С одной стороны, этот процесс обеспечивает их включенность в решение значимых

проблем, с другой, - формирует социальную активность, способствует развитию лидерства. Новый подход к пониманию сущности развития самоуправления предполагает создание условий для освоения детьми комплекса новых социальных ролей. Это обеспечивается включением их в решение сложных проблем взаимоотношений, складывающихся во временном детском объединении. Через свое участие в решении этих проблем дети вырабатывают у себя качества, необходимые для преодоления сложностей социальной жизни. От отношения детей к целям совместной деятельности зависит их участие в решении управленческих проблем. Самоуправление в лагере развивается практически во всех видах деятельности временного детского коллектива.

Весь лагерь – олимпийская деревня, жизнь которой подчинена девизу “Мы всегда сильнее всех, впереди нас ждет успех!” Каждый отряд представляет страну-команду. Каждую страну-команду возглавляет капитан и спортивный комитет (воспитатели). У каждой страны есть своя символика: герб, флаг, отличительные знаки. Все отдыхающие-жители починаются законам олимпийской деревни, имеют свои права и обязанности. Направляет и координирует всю деятельность в лагере Вице президент олимпийского комитета (старшая вожатая) и судейский совет (вожатые отрядов). Каждая страна-команда оформляет свой уголок и выпускает отрядный альбом, в котором ежедневно отражаются успехи и достижения ее жителей. В конце лагерной смены будет проводиться конкурс отрядных альбомов «Самая ЗОЖ страна-команда».

Основной формой реализации программного материала являются прилагаемые олимпийские состязания и игры, основанные на мифах, легендах и исторических фактах, отражающих суть и назначение олимпийского движения. В финале смены проводятся «Общелагерные малые олимпийские игры» - театрализованный зрелищно-спортивный праздник. На нем учащиеся за проявленные способности и достижения в лагере дневного пребывания так же получают Грамоты и памятные сувениры.

Схема самоуправления «Олимпийская деревня»



9.Список литературы для педагогов

1. Григоренко Ю.Н., Кострцова У.Ю., Кипарис-2: Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. – М.: Педагогическое общество России, 2002.
2. Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Волгоград: Учитель, 2007
3. Н. В. Боровик «Педагогика лета» Минск ,2002г.
4. Н. А. Горбунова «Школьный лагерь» Волгоград ,2003г.
5. В. А. Караковский, Л И Новикова «Воспитание? Воспитание... Воспитание!» М.,1996г.
6. Т. М. Кумицкая «Мастер-класс для заместителей директора по воспитательной работе» М,2006г.
7. И. К.Дракина, С. Горбунова « Организация здоровьесберегающего образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях» Омск,2005г.
8. Журнал «Начальная школа», 2010-2012.
9. Серия: «Праздник в школе». – Минск: «Красико-Принт», 2007.
10. Газета «Педсовет» за 2010-2012 год.
11. Газета: «Последний звонок» за 2010-2012 год

Список литературы для детей

12. Абгарян М. Легенда об Олимпийских играх: [стихи] / М. Абгарян // Чем развлечь гостей. - 2010. - №5. - С.83.
13. Добротворский И. Как развить свои физические возможности. //
14. Воспитание школьников. – 2006. - №6.
15. Прокофьева С., Сапгир Г.Румяные щёки-М., Физкультура и спорт, 1987.
16. Чурина Л. Игры, конкурсы, задания. – М., АСТ; СПб.: Сова, 2007.
17. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М., 2009 г.
18. «Полезные привычки»: учеб. пособие для нач. школы / Т.Б.Гречаная , Л.Ю.Иванова, Л.С.Колесова – М.: Project NOPE, 1999

10. Приложения

10.1. План-сетка смены

Основная идея смены: мир открытий, творчества, приключений, веселых испытаний для непоседливых и спортивных мальчишек и девчонок жителей Олимпийской деревни детского оздоровительного лагеря дневного пребывания «Мы вместе». Вместе ребята и взрослые каждый день открывали для себя новые знания, умения и навыки, принимая участие в сюжетно-ролевой игре программы смены «Мы вместе» это творческая спортивно-оздоровительная игра, ярмарка идей и т.д. Сказочное путешествие в страну Олимпию. Знакомство, с историей олимпийского движения начиная с мифических и реальных героев древней Эллады до наших дней, с подвигами и достижениями олимпийцев разных поколений. Древние и современные ритуалы Олимпиад. Олимпийский девиз: «Быстрее, выше, сильнее».

Педагоги подбирают соответствующий материал, исходя из степени готовности детей, к восприятию заложенной в раздел программы информации. Детям читаются короткие и наиболее простые по сюжету сказки: «Достойный победитель», «Легенда об Олимпийских играх», «Олимпийский огонь» и др. Педагоги обращают внимание на вопросы, которые появляются у детей в процессе игры, их настроение, переживания.

В течение смены педагогическим коллективом проводится ежедневная диагностика эмоционального состояния участников: ребята заполняют экран настроения своей страны-команды. От того как прошел день интересно, весело, увлекательно или нет – ребята на экране настроения показывают золотой, серебряный или бронзовый смайлики.

Это служит основой для корректировки программы.

План мероприятий на 1 поток

Дата	Мероприятия
01.06.	1. Создание имиджа страны - команды: оформление комнат в Олимпийской деревне, уголков, выборы актива. 2. Инструктаж по ТБ 3.«Легенда об Олимпийских играх» 4. Спортивно - игровая программа «По рекордам Гиннеса».
02.06.	1. Театрализованный праздник «По дорогам Олимпии» (открытие лагеря). 2. Практическое занятие «В гостях у Айболита». 3.Кружки по интересам , «Спортивные игры».
03..06	1. Игра «Развед-шоу». 2. Эстафета “От игры – к спорту”. 3. Беседа–инструктаж «Правила поведения и безопасности человека на воде».
05.06.	1. Викторина «Помощники здоровья». 2. Конкурсная программа «Мисс грация». 3.Кружки по интересам.
06.06.	1. Беседа «О вреде наркотиков, курения, употребления алкоголя». 2. Шашечный турнир. 3.Кружок «Подвижные игры»
07.06.	1. Игры с мячом на школьной площадке. 2. Беседа «Детям о личной гигиене». 3. «Возрождение Олимпийского движения».
08.06.	1. Беседа «Как ухаживать за кожей». 2. Первенство лагеря по настольному теннису. 3. Кружки по интересам
09.06.	1. Викторина «Чтоб «нюх как у собаки, а глаз как у орла». 2. День народных игр. 3. Кружок «Подвижные игры»
10.06.	1. Игра по станциям «Огонь-друг, Огонь – враг». 2. Легкоатлетическая эстафета. 3. Кружки по интересам.
13.06.	1. Презентация «Моё здоровье в моих руках!» 2. Общелагерная спартакиада «Быстрее, выше, сильнее». 3. Кружок «Подвижные игры»
14.06.	1. Беседа – инструктаж «Правила пожарной безопасности». 2. Викторина «Символы России». 3. «Наши Олимпийские чемпионы».
15.06.	1. День футболиста 2. Практическое занятие «Что делать, чтобы тебя не укусили, поцарапали, ужалили, лягнули, забодали, заразили. И что делать, если это всё-таки случилось».

	3. Кружки по интересам
16.06	1. Познавательная игра «Школа пешехода». 2. Игровая программа «Юмор в спорте важен, не спорьте». 3. Кружок «Подвижные игры»
17.06.	1. Беседа «Как поднять настроение?» 2. Эстафеты на стадионе. 3. «Летние Олимпийские игры».
19.06.	1. Беседа «Чтоб всегда красивым быть, надо...» 2. «На дворе у нас игра» - подвижные игры на свежем воздухе. 3. Кружки по интересам
20.06.	1. Практическое занятие «Солнечный и тепловой удар. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе». 2. Соревнования по лапте. 3. Кружок «Подвижные игры
21.06	1. Беседа – инструктаж «Правила при поездках в автотранспорте». 2. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. 3. Кружки по интересам
22.06.	1. Викторина «Вредные привычки и их последствия для организма». 2. Кружки по интересам 3. Спортивно – игровая программа «Лето! Ах, лето!»
23.06.	1. Игра по станциям «Значение спорта в жизни человека». 2. Конкурс рисунков на асфальте «Дорожные знаки». 3. «Параолимпийские игры».
24.06	1. Презентация «Хочешь здоровым быть, умей правильно питаться». Советы доктора Пилюлькина. 2. Конкурс отрядных альбомов «Самая ЗОЖ страна - команда». 3. Веселые старты «Навстречу Олимпиаде».
26.06	1. Театрализованный спортивный праздник «Малые олимпийские игры» (заккрытие лагеря). 2. Кружок «Подвижные игры» 3. Беседа – инструктаж «Правила поведения с незнакомыми людьми».

Директор МБОУ «Родинская СОШ» _____ Мешкова Т.П.

10.2. Карта диагностических методик

Подразделы	Название методики	Назначение методики
Раздел 1. Входная диагностика (проводится с целью определения ожиданий ребят и родителей от пребывания в лагере, и педагогов, начинающих работу на смене).		
«Давайте познакомимся» или «Расскажи нам о себе»	1. живая анкета «Давайте познакомимся»	изучение потребностей и интересов ребенка
	2. оценка оздоровительного эффекта	фиксирование результатов физического развития по различным параметрам организма
	3. анкета «Я выбираю» (приложение 4)	изучение интересов и желаний ребенка
	4. «Фантастический выбор» (приложение 4)	изучение нравственных ценностей
	5. «Волшебное озеро» (приложение 4)	получение информации о качествах и поступках ребенка через его самохарактеристику
	6. анкета «Семь желаний»	
	7. «Геометрическая фигура» (приложение 4)	исследование черт характера
Познай себя	8. рисуночный тест «Какой я?»	получение информации о характере ребенка
Раздел 2. Текущая диагностика (направлена на выявление эмоционального фона настроений в течение деятельности пришкольного лагеря).		
Эмоциональное самочувствие ребенка и группы в целом	1. «Мишень настроения» (приложение 4)	получение информации о настроении ребенка
	2. эмоциональная цветопись	изучение эмоционального самочувствия ребенка
	3. «Градусник» (приложение 4)	выявление эмоциональных состояний ребенка
Изучение временного детского коллектива	4. «Рисунок-образ», «Рисунок-символ»	выявление эмоционального отношения ребенка к коллективу
	5. «Аналогия»	получение характеристики детского коллектива
Раздел 3. Итоговая диагностика (проводится с целью определения		

уровня удовлетворенности пребывания в лагере и соответствия заявленных ожиданий реальности).		
Вот и настало время проститься нам с тобой	1.«Чудо-дерево» (приложение 4)	выявление отношения каждого ребенка к содержанию работы объединения, группы в течение всей смены
	2. анкета «Итоговое анкетирование» (приложение 5)	получение информации с том, почему подростку понравилось пребывание в лагере
	3. методика «Поляна цветов»	анализ и отражение участия детей в отрядных и лагерных делах
	4 . Оценка оздоровительного эффекта	фиксирование результатов физического развития по различным параметрам организма

10.3. Диагностические методики

1. Я выбираю

Детям предлагается прослушать утверждение и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале: 4 – совершенно согласен 3 – согласен 2 – трудно сказать 1 – не согласен 0 – совершенно не согласен

1. Я жду наступления нового дня в лагере с радостью.
2. В детском лагере у меня обычно хорошее настроение.
3. У нас хорошая вожатая.
4. Ко всем взрослым в нашем лагере можно обратиться за советом и помощью в любое время.

5. У меня есть любимый взрослый в нашем лагере.
6. В отряде я всегда могу свободно высказывать своё мнение.
7. У меня есть любимые занятия в нашем лагере.
8. Когда смена закончится, я буду скучать по нашему лагерю.

Обработка полученных данных.

Показателем удовлетворённости детей (У) является частное от деления общей суммы баллов всех ответов на общее количество ответов.

$У = \text{общая сумма баллов} / \text{общее количество ответов}$

Если У больше 3, то можно констатировать высокую степень удовлетворённости, если же У больше 2, но меньше 3, то это свидетельствует о средней и низкой степени удовлетворённости детей жизнью в лагере.

2. Методика «Волшебное озеро»

Воспитатель предлагает детям закрыть глаза и совершить небольшое путешествие.

Представьте себя на полянке в лесу. Вокруг качают ветвями вековые дубы и шумят стройные сосны. Под ногами ярко-зеленая трава. В кронах деревьев раздается птичий гомон. По небу плывут легкие облака.

По тропинке подходим к озеру. Это необычное озеро. Оно – волшебное. На его поверхности отражается не внешность человека, а то, какой он есть – со своими качествами, чертами характера. В этом озере отражаются поступки человека, которые показывают, какой он человек.

Посмотрите в озеро. Что отражается на его поверхности? А теперь по той же тропинке, не спеша, вернемся к полянке, откуда началось наше путешествие. Постоим несколько секунд, прощаясь с лесом. Откроем глаза.

Кто хочет рассказать о своем отражении в волшебном озере?

Обсудим наши впечатления.

Обработка полученных данных. Качественный анализ «отраженных в озере» поступков воспитанников позволяет выявить их личностную направленность.

3. Методика «Мишень настроения»

Игра.

Устанавливаются две мишени; между группами и членами групп организуется коллективное и личное первенство. Попадание в цель приносит одно очко: в личный счет – мишень слева, в счет группы – мишень справа. Каждый член отряда бросает мяч 10 раз в ту мишень, которую выбирает сам. Если мяч не попал в мишень, то игрок должен указать жюри, с чьего счета снять очко: с его личного счета или со счета группы (решение сообщается так, чтобы группа не знала о нем).

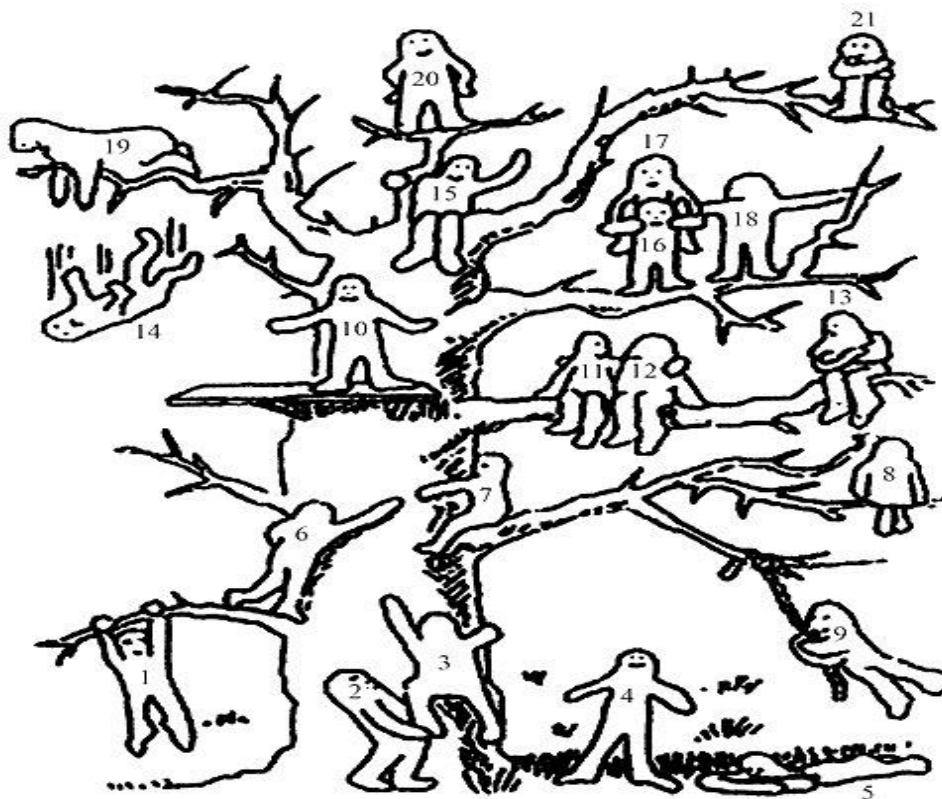
Обработка данных. Подсчитывается число очков, набранных подростком в личный счет и в счет группы. По этим данным педагог может судить о коллективистической или индивидуалистической направленности личности.

4. Методика «Чудо-дерево»

Может использоваться как в первый день пребывания ребенка в лагере, так и потом, с целью отслеживания комфортности пребывания ребенка, его самооценки.

Предварительно на листе ватмана необходимо нарисовать дерево с расположенными на нем человечками.

Инструкция дается в следующей форме: «Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Выберите того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение и ваше положение».



Для удобства объяснения каждой фигурке присвоен свой номер.

Выбор позиции № 1, 3, 6, 7 характеризует установку на преодоление препятствий.

№ 2, 11, 12, 18, 19 — общительность, дружескую поддержку.

№ 4 — устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности).

№ 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость.

№ 9 — мотивация на развлечения.

№ 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность.

№ 8 — отстраненность от учебного процесса, уход в себя.

№ 10, 15 — комфортное состояние, нормальная адаптация.

№ 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть».

Позицию № 20 часто выбирают как перспективу с завышенной самооценкой и установкой на лидерство. Следует заметить, что позицию

№ 16 дети не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим.

5.Методика «Фантастический выбор»

Этот метод требует от педагога игровой инструментровки. Производится апелляция к воображению, и на фоне воображаемой «волшебной» ситуации актуализируются и вербально оформляются потребности детей. Они называют личностные ценности и указывают лица, находящиеся в зоне их ценностной сферы. Например:

- Приплыла к тебе золотая рыбка, спросила: «Чего тебе надобно?»
Ответь ей.

- Если бы ты стал на час волшебником, что бы ты сделал?

- У тебя в руках цветик-семицветик. Отрывай мысленно лепестки, чего ты попросишь для себя?

- Мы нашли волшебную палочку, которая исполняет все желания, стоит только потереть ее шелковой нитью. Что бы ты предложил для исполнения?

-Ты отправляешься на необитаемый остров, и будешь жить там всю оставшуюся жизнь. С собой можешь взять все, что обозначишь пятью словами. Назови пять слов.

Фантастический выбор может получить письменное оформление: выпускается бюллетень с текстом и рисунками, рассказывающий о характере произведенного выбора. Детям такой бюллетень чрезвычайно интересен: они сравнивают свои ответы с ответами товарищей. Безусловно, материалы безымянны.

6. Методика «Градусник»

Перед процедурой диагностирования воспитатель проводит предварительную беседу с ребятами, в ходе которой он предъявляет предмет, который есть в каждом доме. Это – градусник. Педагог объясняет ребятам, что при высокой температуре человеку плохо, тревожно. Такая температура бывает 38, 39, 40, 41 градус (запись на доске). Нормальная температура 36,6 у него нет тревоги, всё хорошо, у него всё получается, он здоров. Температура бывает 35. При такой температуре человек испытывает слабость, усталость, отсутствие интересов и желания что-либо делать. После объяснения педагог предлагает учащимся поиграть в игру. Ребятам

предлагается пофантазировать и назвать или написать ту температуру, которая у них появилась сегодня.

Это позволяет определить степень тревожности детей.

7. Итоговое анкетирование

Фамилия, имя.

1. Самое яркое впечатление за эти дни у меня ...
2. Из дел, проведённых в отряде, мне больше всего понравилось ...
3. Из дел, проведённых в лагере, мне больше всего понравилось ...
4. Несколько слов о нашем отряде ...
5. Мои впечатления о лагере.
6. Если бы я был вожатым, то бы я ...
7. Хочу пожелать нашему лагерю ...
8. Хотел бы ты ещё раз отдохнуть в нашем лагере?

8. Анкета на выходе

Близится к концу время нашей встречи. Подводя ее итоги, мы хотим задать тебе некоторые вопросы. Надеемся на помощь.

1. Что было самым важным для тебя:

В этом лагере _____

В твоей «семье» _____

В отношениях между людьми _____

2. Какие события; переживания были самыми запоминающимися?

3. Переживал ли ты здесь такие состояния (если «да», то в связи с чем?)

Восторг _____

Потрясение _____

Обиду _____

Творчество, полет фантазии _____

Одиночество _____

Уверенность в себе _____

Усталость _____

«Меня не поняли» _____

«Я нужен!» _____

Счастье _____

4. Что изменилось в тебе?

5. Что нового ты узнал (понял) про себя?

6. Можно ли сказать, что ты чему-то научился в «Нашем Доме»? Если

«да» - чему?

7. Какие радости и трудности ждут тебя в будущем:

Завтра _____

Через 2 месяца (в сентябре) _____

Через год _____

8. Может ли это лето в «Нашем Доме» помочь тебе в будущем? Если «да», то как?

9. Кому и за что ты бы хотел сказать «спасибо» (постарайся выбрать трех важных для тебя людей.)

Спасибо! За _____

Спасибо! За _____

Спасибо! За _____

10. Пожалуйста, закончи предложения:

Я рад, что _____

Мне жаль, что _____

11. Главное для меня в «Нашем Доме»- это _____

12. Я надеюсь на _____

13. Твой автограф на память _____

(Имя, Фамилия)

10.4. Материально-техническое обеспечение

№ п/п	наименование	применение
1.	Кабинет (3 шт)	Отрядное место
2.	Спортивный зал	Занятия спортом, состязания, линейка (в случае плохой погоды)
3.	Спортивная площадка, стадион, беговые дорожки	Линейка, зарядка, проведение общелагерных игр на воздухе, спартакиады, спортивные состязания
4.	Школьный двор	Отрядные дела, игры-путешествия
5.	Сенсорная комната	Релаксация, психологические занятия
6.	Школьная библиотека	Литература для педагогов и детей лагеря
	Школьная столовая	Завтрак, обед, полдник
7.	Музей	Краеведческая работа

Дополнительно:

№ п/п	Наименование	Кол-во		№ п/п	Наименование	Кол-во
1.	Телевизор	1		14.	Карандаши	6 н.
2.	Интерактивная доска	1		15.	Маркеры	3
3.	Фотоаппарат	1		16.	Фломастеры	6 н.
4.	Принтер	1		17.	Настольный теннис	2
5.	Музыкальный центр	1		18.	Конструктор	4
6.	Микрофоны	2		19.	Бадминтон	2
7.	Ноутбук	1		20.	Шашки	9
8.	Видеопроектор	1		21.	Мячи резиновые	6
9.	Диски (МЧС)			22.	Мяч волейбольный	1
10.	Альбомы	10		23.	Мяч футбольный	1
11.	Цветная бумага	6 п.		24.	Игры настольные	10
12.	Гуашь	5 н.		25.	Пазлы	10

13.	Кисточки	10		26.	Призы и награды	
-----	----------	----	--	-----	-----------------	--

10.5. Сценарий спортивно-развлекательного конкурса «Мисс Грация»

Цель: Привлечь девочек к занятиям спортом. Воспитывать желание хорошо выглядеть, быть красивыми за счет физических упражнений.

Содержание конкурса:

1. Участвуют девочки 10 –12 лет
2. Ведущий предлагает несколько заданий, за выполнение которых девочки получают определенное количество баллов
3. Участницы, набравшие наибольшее количество баллов, объявляются «Мисс Грация», «Вице Мисс 1», «Вице Мисс 2», «Мисс Симпатий»

Подготовительная работа:

1. Оформление зала
2. Запись фонограмм
3. Приглашение коллективов для выступления между конкурсами
4. Приготовить эмблемы для каждой участницы конкурса с номером и именем
5. Подготовить карточки с вопросами по спорту для игры со зрителями

Необходимый реквизит:

1. Лист бумаги и карандаш для каждой участницы
2. Флажки с цифрами 1, 2, 3.
3. Куб и 1,5 метров ленты из картона с делениями
4. Призы для участниц и ленты с надписями «Мисс Грация», «Вице Мисс 1», «Вице Мисс 2», «Мисс Симпатий»

Ведущий: Здравствуйте дорогие ребята! Скажите, что значит слово Грация. Действительно грация - Красота во все времена ценилась, и вы, наверное согласитесь со мной, что на красивых людей смотреть приятно. Поэтому сегодня мы с вами выберем «Мисс Грацию». Давайте поприветствуем наших участниц

конкурса (под фанфары выходят девочки – участницы)

Конкурс 1. Представление. Участницы представляют себя сами.

Конкурс 2. Танцевальный. Участницы демонстрируют под предложенную музыку подвижность, ритмичность, плавность движений.

Конкурс 3. Знатоки спорта. Звучит музыка, нужно написать как можно больше видов спорта.

Конкурс 4. Эрудит. Зачитывается вопрос и дается 3 варианта объекта, нужно поднять ту цифру, которая соответствует правильному ответу.

Конкурс 5. Самая гибкая. Участницы делают наклон с куба вперед.

Конкурс 6. Самая сильная. Оценивается по количеству правильно выполнивших сгибание и разгибания рук из упора лежа от пола.

Конкурс 7. Самая прыгучая. Участницы выполняют прыжок в длину с места.

Между конкурсами выступают учащиеся с номерами художественной самодеятельности.

Оценочная система:

Конкурс 1 по 10 – бальной системе

Конкурс 2 по 10 – бальной системе

Конкурс 3 по количеству видов спорта (каждый по 1 баллу). 1 балл.

Конкурс 4 – правильный ответ 1 балл.
длина прыжка в см. минус 100.

Конкурс 5 – сколько см

Ниже куба, столько баллов.

Конкурс 6 – каждое отжимание

Конкурс 7 – формула вычисления

Звучит песня. Выходит ведущая.

Ведущая. Добрый день, друзья! Сегодня мы с вами собрались на нашем традиционном спортивном празднике «Мисс грация». Нам предстоит выбрать самую красивую, грациозную, гибкую, сильную, которая станет символом нашей школы под девизом «Красота и Грация».

Звучит марш. Ведущий.

Внимание! Внимание!

На сцене – обаяние,

Плюс юность, привлекательность,

Веселье, оптимизм,

Пусть с вами обязательно

Идут они всю жизнь.

На нашем празднике, друзья,

Раскроем секрет красоты не тая!

Звучит марш и выходит группа спортивного танца и участницы праздника.

Представляют конкурсантов и членов жюри.

Ведущий: Итак, конкурс 1-й Представление. Оценивается этот конкурс по 10- бальной системе. Участницы рассказывают о себе и показывают то, что она умеет делать.

Жюри оценивает все: спортивный костюм, прическу, походку (костюм и прическа должны быть удобны для занятия спортом).

Участницы по очереди выходят под музыку в центр и выполняют задание.

Музыкальная заставка. Слово жюри.

Конкурс 2-й Танцевальный. Оценивается по 10-бальной системе. Под предложенную музыку участницы должны продемонстрировать подвижность, ритмичность, плавность движений.

Звучит танцевальная музыка, в центр выходит первая пятерка участниц, а затем вторая пятерка.

Слово жюри.

Конкурс 3-й Знатор спорта. Оценивается по количеству видов. Каждая участница получает карандаш и листок бумаги за 2 мин., пока звучит музыка, участникам нужно написать как можно больше видов спорта.

Слово жюри.

Конкурс 4-й Эрудит. Оценивается по количеству правильных ответов, за каждый ответ 1 балл. Участницам раздают флажки с цифрами 1,2,3. Зачитываются вопросы с тремя вариантами ответов, участницы поднимают флажок с цифрой, которая, по их мнению, соответствует правильному ответу.

Вопросы:

1. Назовите вид спорта, имеющий самый высокий титул «Королева спорта»:

- фигурное катание; - гимнастика; - легкая атлетика.

2. Назовите самые престижные соревнования:

- чемпионат мира; - чемпионат Европы; - Олимпийские игры.

3. Назовите родину Олимпийских игр:

- Греция; - Америка; - Франция.

4. Она может быть художественная, спортивная, ритмическая, атлетическая:

- акробатика; - гимнастика; - атлетика.

5. Какая страна считается родиной акробатики:

- США; - Россия; - Англия.

6. Какая страна считается родиной шейпинга:

- Россия; - США; - Испания.

7. Как часто проводятся Олимпийские игры:

- ежегодно; - 1 раз в 4 года; - 1 раз в 2 года.

8. Какой из игровых видов спорта можно назвать и зимним, и летним видом: хоккей; - футбол; - бейсбол.

Музыкальная пауза. Слово жюри.

Конкурс 5-й «Самая гибкая». Участницы делают наклон вперед с куба, чем меньше сантиметров до пола не хватает участнице, тем больше она получает баллов.

Конкурс 6-й «Самая сильная». Оценивается по количеству выполненных отжиманий, за каждое отжимание по 1 баллу.

Музыкальная пауза. Слово жюри.

Конкурс 7-й «Прыжок в длину с места». Оценивается по формуле вычисления: длина прыжка в сантиметрах минус 100.

Игра со зрителями «Лучший танцор»

Музыкальная пауза. Слово жюри.

Награждение конкурсантов

Слово жюри: Вручение лент с надписями «Мисс Грация», «Вице Мисс 1», «Вице Мисс 2», «Мисс Симпатия».

10.6. Подвижные игры на свежем воздухе

1. «Пингвины». Первая группа играющих становится на исходную линию, у каждого по одному мешочку. По команде педагога дети зажимают мешочек между коленями — они пингвины, и на следующий сигнал передвигаются прыжками на двух ногах до условной черты — это льдина (дистанция 5 м). Когда все дети переберутся на льдину, вторая группа детей приступает к заданию.

2. Игра «Горелки». Играющие строятся в две колонны, взявшись за руки, впереди — водящий. Дети хором говорят:

Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.
Гляди на небо:
Птички летят,
Колокольчики звенят!
Раз, два, три — беги!

После слова «беги» стоящие в последней паре опускают руки и бегут в начало колонны — один справа, другой слева от нее. Водящий пытается поймать одного из детей, прежде чем он успеет опять взяться за руки со своим партнером. Если водящему удастся это сделать, то он берется за руку с пойманным, и они становятся впереди колонны. Оставшийся без пары становится водящим. Для увеличения двигательной активности можно разделить на две команды.

3. «Лягушки и цапли», дети идут по кругу друг за другом в умеренном темпе. На сигнал педагога *Цапли!* играющие прыгают в круг на двух ногах, а затем переходят в стойку на одной ноге, подняв согнутую ногу, руки на поясе (или за головой), затем обычная ходьба. На сигнал Лягушки дети прыгают на двух ногах в кругу, приседают. Педагог подает сигналы в разной очередности.

4. «Лиса и куры» Играющие (куры) ходят по двору, присаживаются, клюют зернышки. Лиса находится в норе (кружок). По сигналу педагога «Лиса вышла на охоту!» куры быстро прыгают на насест — гимнастическую скамейку или невысокое бревно. Тех, кто не успел занять место на насесте, лиса отводит к себе. Через некоторое время назначают другого водящего.

5. «Качалка» Дети распределяются на тройки. Двое детей держат веревку и умеренно раскачивают ее вправо и влево, а третий перепрыгивает через нее двумя ногами по мере ее приближения (высота – не более 20 см). По сигналу педагога дети меняются местами поочередно.

6. «Пройди — не задень!» Ходьба на носочках между кеглями (8— 9 шт.), поставленными на расстояние 40см одна от другой в один ряд вдоль

зала (площадки). Руки можно держать за головой.

7. «Игра «Мяч соседу!». Играющие становятся в круг на расстояние вытянутых рук друг от друга. Один из играющих держит мяч, водящий занимает место вне круга, за игроком с мячом. По сигналу педагога дети начинают перебрасывать мяч друг другу, а водящий, бегал за кругом, старается коснуться мяча на лету. Если это ему удастся, то новым водящим становится тот, кто бросал мяч. Мяч можно бросать только ближайшему соседу (справа или слева). Если водящему долго не удастся коснуться мяча или поймать его, то назначается другой водящий.

8. Игра «Бездомный заяц». Из числа играющих выбираются бездомный заяц и охотник. Остальные дети (зайцы) чертят себе кружки, встают в них — это их домики. По сигналу педагога бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоящий в кружке, должен быстро убежать, так как уже он становится бездомным и охотник гонится за ним. Если охотнику удастся поймать (запятнать) зайца, который остался без дома, то они меняются ролями.

9. «Перебрось — поймай!» Дети распределяются на пары, в руках у одного из играющих мяч большого диаметра. Свободно расположившись, дети перебрасывают мяч двумя руками из-за головы, снизу, от груди (темپ произвольный).

10. «Ловкие ребята». Играющие располагаются по кругу. Перед каждым на полу (земле) мешочек с песком (можно положить камешек, шишку, брусочек). В центре — двое водящих. По сигналу педагога дети прыгают в круг на одной ноге, перепрыгивая через предметы, а обратно на двух ногах; водящие стараются осадить их, прежде чем те успеют прыгнуть обратно из круга. Тот из играющих, до кого дотронулся водящий, получает штрафное очко (но из игры не выбывает). Через 30—40 с игра останавливается и подсчитывают количество проигравших. Выбираются водящие из числа тех, кто ни разу не был голящим. Игра повторяется.

11. Эстафета «Мяч соседу». Играющие становятся в три колонны. Расстояние в колонне между детьми — один шаг. Исходное положение — стойка ноги врозь, руки произвольно. По сигналу педагога игроки, стоящие в колонне первыми, наклоняются вниз и передают мяч между ног следующему в колонне, и так далее. Последний игрок в колонне, получив мяч, бежит в начало колонны и снова передает мяч тем же способом. Когда первый игрок окажется на своем месте, он поднимает мяч высоко над головой. Побеждает команда, быстро и без потерь мяча выполнившая задание.

12. «Удержи равновесие!» Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, положенные на расстояние одного шага ребенка, руки на поясе. Основное внимание уделяется сохранению устойчивого равновесия и правильной осанке (голову и спину держать прямо). Для удержания устойчивого равновесия можно руки расставить в стороны, свободно балансируя ими по мере необходимости.

13. «Брось—поймай!» Играющие становятся перед стенкой (заборчиком) на расстоянии 2—2,5 м от нее, У каждого по одному мячу малого диаметра. Дети бросают мяч о стенку одной рукой, а ловят после отскока от земли двумя руками. Следующая группа становится на исходную линию.

14. «Перемена мест». Игроки двух команд строятся в две шеренги одна напротив другой на расстоянии 10м. Между каждым ребенком расстояние 2—3 шага. По сигналу педагога дети перебегают на другую сторону площадки, стараясь, не задевать друг друга. Побеждает команда, первой построившаяся в шеренгу на противоположной стороне площадки. 2. Ловкие ребята. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на дистанцию 15 м (2—3 раза). Играющие становятся в шеренгу на исходную линию и по сигналу педагога прыгают на правой и левой ноге попеременно — два прыжка на правой и два на левой, и так до конца дистанции. При этом предлагается использовать взмах рук и энергичное отталкивание от земли (пола).

15. «Перебрось – поймай!» Играющие становятся в две шеренги и по команде педагога бросают мячи малого диаметра друг другу Бросить мяч надо в середину между шеренгами одной рукой, а поймать после отскока от пола (земли) двумя руками. Броски детьми выполняются поочередно одной и другой шеренгами.

16. Подвижная игра «Мороз Красный нос». На противоположных сторонах площадки обозначается два дома, играющие располагаются в одном из них. Входящий (Мороз Красный нос)становиться посередине площадки лицом к играющим и говорит:

Я – Мороз Красный нос,
Кто из вас решит
В путь – дороженьку пуститься?

Играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз.

После произнесения слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их, стараясь коснуться рукой – заморозить. Замороженные останавливаются на том месте, где до них дотронулся водящий, и до окончания перебежки стоят, не двигаясь. Педагог вместе с Морозом подсчитывает количество замороженных. После каждой перебежки выбирают другого Мороза. В конце игры сравнивают, кто из водящих был более ловким и заморозил больше ребят.

17. «Два Мороза». На противоположных сторонах зала (площадки) на расстоянии 10—20 м линиями отмечают дом и школу. Выбираются два водящих — морозы, остальные играющие ребята, которые располагаются в одну шеренгу за линией дома, а посередине площадки — на улице стоят два мороза Морозы обращаются к ребятам со словами:

Мы два брата молодые,

Два мороза удалые
Один из них, указывая на себя, говорит:

Я мороз – красный нос.

Другой:

Я мороз – синий нос

И вместе:

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?

Все ребята отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз!

После этих слов ребята бегут из дома в школу (за черту на другой стороне). Морозы ловят и замораживают перебегающих. Осаленные сейчас же останавливаются и стоят неподвижно на том месте, где их заморозил мороз.

Затем морозы опять обращаются к ребятам с теми же словами, а ребята, ответив, перебегают обратно в дом, по дороге выручая замороженных ребят: дотрагиваются до них рукой, и те присоединяются к остальным игрокам. Морозы снова салят перебегающих ребят и тем самым мешают им выручать замороженных. Во второй раз морозы не говорят весь речитатив, а только последнюю фразу: Кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?»

После двух перебежек выбирают новых морозов из непойманных ребят, а пойманных подсчитывают и отпускают. Игра начинается сначала.

Водящих меняют 3—4 раза. В конце игры отмечают ребята, не попавшиеся морозам ни разу, а также лучшая пара водящих.

Играющие выбегают из дома только после слов: не страшен нам мороза. Выбежав из дома, нельзя бежать обратно или задерживаться в доме. Пойманный игрок остается на том месте, где его заморозили.

18. «Белые медведи». Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшое место — льдина. На ней располагается водящий белый медведь, остальные — медвежата. Они размещаются произвольно по всей площадке.

Медведь кричит: Выхожу па ловлю! — и устремляется ловить медвежат. Сначала он ловит одного медвежонка (отводит на льдину), затем — второго. После этого два пойманных игрока берутся за руки и начинают ловить остальных играющих. Медведь отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, пара медвежат соединяет свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками. После этого они кричат: «Медведь, на помощь! Медведь подбегает и осаливает пойманного, который также идет на льдину.

Когда па льдине окажутся двое пойманных, они также берутся за руки и начинают ловить медвежат. Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все медвежата. Последний пойманный становится белым медведем.

Правила игры разрешают медвежонку выскальзывать из-под рук

окружившей его пары, пока его не осалил медведь. При ловле запрещается хватать игроков. Убегающие не имеют права забегать за границы площадки.

Более простой вариант игры — Ловля парами. В этом случае водящий, осалив игрока, составляет с ним пару, а затем каждые двое новых пойманных также составляют пары ловцов.

19. Игра «Невод» напоминает «Белых медведей» или «Ловлю парами. Однако пара игроков, поймав третьего (окружив руками), не отпускает его ловить игроков самостоятельно. А ставит между собой. Таким образом, трое рыбаков продолжают ловить неводом остальных играющих, которые плавают в море, изображая рыбок. Каждый пойманный (окруженный неводом) встает в середину. Игра продолжается, пока на площадке не останутся два непоиманных игрока. Как самые ловкие, они назначаются новыми рыбаками и игра повторяется. Правила те же, что и в игре «Белые медведи». Новое состоит в том, что невод разрывать нельзя. Пойманная таким неводом рыбка отпускается.

20. «Не давай мяча водящему!» Все играющие, кроме двух-трех водящих, становятся по кругу и начинают перебрасывать между собой баскетбольный мяч. Задача водящих, находящихся в кругу, коснуться мяча рукой, который играющие перебрасывают между собой. На место водящего, который осалил мяч, в середину идет тот, кто не сумел точно передать мяч товарищу по кругу. Если мяч выкатился за пределы круга, за ним может бежать любой игрок. Если завладеет мячом водящий, его место в кругу занимает игрок, потерявший мяч. Игру можно усложнить, введя в нее правило трех секунд. В течение этого времени игрок должен перебросить мяч партнеру. Усложняя игру, можно предложить играющим делать передачи на ходу (передвигаясь по кругу шагом или бегом). Это облегчает задачу водящих, но усложняет действия тех, кто владеет мячом (нельзя делать пробежки, двойное ведение). Число водящих в зависимости от подготовленности игроков может быть увеличено или сокращено.

21. «Волк во рву». Посередине площадки проводятся две линии на расстоянии 50—70 см одна от другой. Эти линии образуют ров, в котором живет волк (водящий). Остальные участники игры — козочки. Они находятся на одной из сторон площадки. По сигналу руководителя козочка перебегает на другую сторону площадки, по дороге перепрыгивая через ров. Волки, не выбегая изо рва, ловят (пятнают) перебегающих. Пойманные козы подсчитываются и отпускаются. После трех-четырех перебежек выбирают нового волка (или двух волков, если ширина зала позволяет это делать). Выигрывают козы, ни разу не попавшиеся волкам, и волки, сумевшие поймать больше козочек. Не разрешается задерживаться перед рвом более 5 секунд и заступать ногой в ров. Козочки, нарушившие это правило, считаются пойманными. Но они не считаются пойманными, если осалены волком, который заступил за пределы рва.

22. «Зайцы в огороде». На площадке (в зале) обозначаются два концентрических круга, один большой (диаметр 8—10 м) — это огород,

другой — малый (2—3 м) — домик сторожа, где помещается водящий. Зайцы охотятся за большим кругом (в поле). По сигналу руководителя зайцы впрыгивают (па двух ногах) в круг и выпрыгивают из него. Сторож, покинув свой домик, бежит по огороду и старается запятнать зайцев. Осаленный сторожем заяц отводится в домик, и игра продолжается, пока не будут пойманы три-четыре зайца. После этого выделяется новый сторож — и игра проводится еще раз. В пределах огорода зайцам разрешается только прыгать. Заяц, заступивший в домик сторожа, остается в нем.

23. «Цепочка». В каждой команде, между которыми проходит соревнование, 8—10 человек. Первые номера, встав за стартовой чертой, прыгают в длину с места, толкаясь двумя ногами. Приземление фиксируется по Пяткам. С этого места выполняют прыжки вторые номера, за ними — третьи и т. д. Заканчивается игра, когда прыжок совершит последний игрок в каждой команде. У кого цепочка из прыжков окажется длиннее, та команда игроков и объявляется победителем.

10.7. Сценарий мероприятия «Юмор в спорте нужен – не спорьте!»

Ведущий:

Добрый день, дорогие друзья! В 2010 году исполнилось 98 лет знаменитой «Оде спорта», написанной французским бароном Пьером де Кубертенем – инициатором проведения современных Олимпийских игр. Пусть её начало станет прологом к нашей встрече.

Ученик: - О спорт! Ты - наслаждение! Ты – верный, неизменный спутник жизни. Нашему духу и телу ты щедро даришь радость бытия. Ты - бессмертен!

Ведущий:

Как бессмертны юмор и веселье. Всем известно, что чувство юмора помогает в любой сложной ситуации и положительно влияет на здоровье. Не зря народная мудрость гласит: «Пять минут смеха сохраняют один год жизни». Добро пожаловать на праздник «Юмор в спорте важен – не спорьте!». В эпоху зарождения футбола судей в этой игре не было. Лишь тогда, когда в английских школах начали играть ради чести, славы и призов, и появились так называемые «ампайэс» (боковые судьи). Их было двое, каждый занимал своё место у ворот. На нашей игре судей будет трое, а располагаться они будут за столом судейской коллегии (представление жюри).

Ученик:

Итак, перейдем непосредственно к нашим сегодняшним соревнованиям, а именно:

1. Эстафета: «Весёлый бег».

Древние греки считали: если хочешь быть сильным – бегай, если хочешь быть красивым – бегай, если хочешь быть умным – бегай. Я позволю себе добавить: если хочешь быть весёлым – бегай!

Эстафета проводится в парах: участникам эстафеты связываем ноги. Каждая пара бежит до кегли, огибает её и бежит обратно на «трёх» ногах, возвращаясь, отдаёт эстафету следующей паре.

Ведущий:

2. Эстафета «Баскетбол».

Известен случай, когда чувство юмора помогло дать название одной из самых зрелищных спортивных игр. Фрэд Мэган, зритель первого матча, шутки ради соединил два слова: «бол» (мяч) и «баскет» (корзина). Что получилось? Совершенно верно, баскетбол. Тогда бросали мяч в обыкновенную корзину из под персиков. После удачного броска к стенке приставляли лестницу, и сторож вынимал попавшие в корзину мячи. И лишь несколько лет спустя догадались, что проще вынуть дно. А сейчас, проводим мяч «змейкой» между кеглями до конца, бросок в кольцо (одна попытка). Учитывается количество заброшенных мячей всей командой.

Ученик: И вот мы уже добрались до нашего третьего испытания. И это всеми любимый

3. Эстафета: «Футбол».

В 1891 году в Англии один из футбольных матчей судил полисмен. Когда же на поле возникла потасовка, то рефери – полисмен, вспомнив о своих служебных обязанностях, выхватил из кармана полицейский свисток, и над полем впервые разнеслась грозная трель. С тех пор все футбольные судьи стали вооружаться свистками.

Ваша задача. Держа два мяча в руках, участник должен провести третий мяч ногами «змейкой» между кеглями.

Ведущий: Ну как еще не устали!? Тогда продолжаем наше спортивное путешествие, и наша следующая эстафета будет интеллектуальной. И называется она

4. Эстафета «Шахматная история».

Шахматы. Эта старинная игра родилась в Индии ещё в начале нашей эры – ей по меньшей мере полторы тысячи лет. Она сочетает в себе элементы искусства, науки и спорта, и каждый может найти в ней что – то интересное. Для одних – это состязание интеллектов; для других – пища для пытливого ума, предмет познания и изучения; для третьих – средство творческого самовыражения; для четвёртых – просто приятное время – препровождение. Мы попробуем совместить все эти грани, добавив к ним порцию юмора. Команды сочиняют весёлую историю, героями которой являются шахматные фигуры, причём первый участник говорит одно предложение, второй – следующее и т.д. Учитывается искромётный юмор и количество шахматных терминов, используемых в рассказе.

Ученик: Зрители поддержите наших участников, прекрасно справившихся с предыдущим, весьма сложным интеллектуальным, но от этого не менее спортивным заданием. Ну а мы с вами отправляемся дальше и на пути у нас следующий весьма неожиданный конкурс.

5. Конкурс: «Гусиные бои».

На Руси с давних пор существовало несколько видов единоборств. Граф Алексей Григорьевич Орлов – Чесменский, живший во время Екатерины Великой, славился силой, ловкостью, а также любовью ко всяким единоборствам. В столице граф разводил бойцовских гусей. Гусиные бои стали настоящим представлением. Достаточно сказать, что для таких боёв специально оборудовали своего рода манежи с трибунами.

Участники обеих команд садятся на корточки друг против друга и в парах осуществляют, « гусиные бои». Игроки стараются схватить соперника за руку или одежду и дёрнуть на себя. Тот, кто касается пола третьей точкой, выбывает из игры. Через некоторое время после начала игры жюри подсчитывает количество оставшихся игроков.

Ведущий: Итак дорогие друзья мы все ближе и ближе подходим к кульминации нашего мероприятия и у нас остались две самые главные эстафеты.

6. Эстафета « Портрет чемпиона».

Немецкий спортивный журнал «Шпортревью» в 1991 году составил портрет идеального Чемпиона: ноги аргентинского футболиста Диего Марадоны, руки – немецкого теннисиста Бориса Беккера, сердце – марокканского бегуна Саида Аунты, а голова – шахматного короля Гарри Каспарова. Да, современный спортсмен обязан выдерживать сумасшедшие нагрузки тренировок, психологическое давление переполненных ревущих трибун стадионов, жесточайшую конкуренцию со стороны соперников, уметь быстро адаптироваться к новым климатическим условиям.

Ученик: Вашим командам сегодня также предоставляется возможность нарисовать собирательный портрет идеального Чемпиона.

Первый участник команды бежит к мольберту, рисует маркером на листе бумаги одну часть тела и возвращается к команде, передавая эстафету следующему игроку.

Ведущий: Вот такие красивые, мужественные и в тоже время улыбчивые получились у нас чемпионы (показывает рисунки команд). Давайте все дружно поаплодируем нашим художникам!! Молодцы!!

Ну и теперь напоследок мы приготовили вам самый сложный конкурс.

Ученик вместе с Ведущим:

7. Конкурс: «Олимпийская эстафета».

Ученик:

Олимпийские игры. Эти два слова знают во всех уголках нашей огромной Земли. Олимпийские игры – это всемирный праздник молодости и красоты, спорта и физического совершенства. Олимпийские игры – именно та арена, на которой человек ещё и ещё раз подтверждает, что нет предела его возможностям. Неслучайно в качестве олимпийского девиза выбраны слова: « Быстрее! Выше! Сильнее!».

Ведущий:

Передвигаясь на четвереньках, игрок несет мяч на спине (прогнувшись) до кегли, затем, развернувшись спиной вниз и ногами вперед, удерживая мяч на животе, возвращается к команде и передаёт эстафету следующему игроку.

Ведущий: Молодцы!!! Все команды справились с таким сложным заданием, ну а теперь по правилам соревнований наше жюри подведет итоги, и мы сможем поздравить и наградить наших чемпионов и всех участников!!!

Жюри подводит итоги. Церемония награждения команд и болельщиков.

Ведущий:

Итак, награды нашли своих героев. Но самой главной наградой нашей встречи стала та, которая «ничего не стоит, но много даёт. Она обогащает тех, кто её получает, не обедняя при этом тех, кто ею одаривает. Она длится мгновение, а в памяти остаётся порой навсегда». Так Дейл Карнеги сказал когда – то об улыбке – неизменной спутнице спорта и юмора, удивительном свойстве человеческой души. Ведь улыбка украшает нашу жизнь, являясь эталоном не только хорошего настроения, но и отменного здоровья.

Будьте здоровы и веселы, а значит – счастливы! До новых встреч!

10.8. Игровая познавательная программа «В гостях у Айболита»

Цели: знакомство с простейшими правилами оказания медицинской помощи и сохранения здоровья;

Задачи: развивать творческие способности;

воспитывать бережное отношение к сохранению и укреплению здоровья.

Оборудование: аптечка, медикаменты: шприц, щипцы, пинцет, бинт, вата, йод, пластырь, шины, повязка или жгут для остановки крови; маски лисы, зайца, бегемота, собаки, львенка, игрушка зайчонок; вывеска «Клиника Айболита», шапочка, халат для Айболита, рисунок дерева, столик.

Ход мероприятия.

На стене прикреплено изображение дерева. На нем – вывеска «Клиника Айболита». Рядом сидит Айболит. Перед ним - столик, на котором медикаменты и аптечка.

Ведущий.

Добрый день, ребята. Сегодня доктор Айболит и его помощники, ребята Сережа, Оля и Таня приветствует вас в своей клинике. (*Представляет помощников*). Они покажут вам несколько уроков первой помощи себе и своим близким, если возникли проблемы со здоровьем.

Добрый доктор Айболит!

Он под деревом сидит.

Приходи к нему лечиться

И корова, и волчица,

И жучок, и червячок, и медведица!

Всех излечит, исцелит

Добрый доктор Айболит!

И пришла к Айболиту Лиса.

Лиса. Ой, меня укусила оса!

Айболит. Не бойся, Лисонька, сейчас я тебя вылечу, больно не будет. *(Айболит вытаскивает жало).*

Лиса. Спасибо, доктор.

Ведущий. И так, первый урок Айболита: «**Что делать при укусах насекомых**» *(Название урока на доске).*

Айболит. Расскажите, ребята, что вы будете делать при укусах насекомых. *(Айболит и Ведущий выслушивают ответы детей).*

Ведущий. А сейчас послушайте советы помощника Айболита, как избежать укуса насекомых.

Сережа. Многие насекомые, привлеченные цветом, запахом, или потревоженные, жалят. Из-за укуса насекомого аллергии могут получить тяжелые осложнения: затрудняется дыхание, возникает опухоль гортани, внезапный упадок сил, а иногда наступает летальный исход. Чтобы избежать укуса:

- не гуляйте босиком в саду;
- не срывайте фрукты, не нюхайте цветы, не протягивайте руки между ветками, усыпанными цветами или плодами;
- не держите окна широко открытыми и свет зажженным – это привлекает насекомых.

Айболит. Если вас укусила пчела, постарайтесь вытащить жало пинцетом, воспользуйтесь нашатырным спиртом, теплой водой или листьями петрушки, чтобы потереть место укуса. При необходимости обратитесь к врачу.

Если вы укушены комаром, не чешите место укуса, чтобы не повредить кожу, а сделайте примочку из теплой воды или уксуса. Комары очень надоедливы, но их укусы не несут тяжелых последствий, к счастью, уже давно уничтожен комар – переносчик малярии.

Ведущий. И пришел к Айболиту Барбос.

Барбос. Меня курица клюнула в нос!

Айболит. Сейчас мы обработаем рану, закроем ее пластырем. *(Имитирует действия: промывает рану, обрабатывает вокруг раны йодом, закрывает пластырем).*

Барбос. Спасибо, доктор.

Ведущий. Второй урок Айболита: «**Первая медицинская помощь при ранах**» *(Название урока на доске).*

Айболит. Дети, что нужно делать, если у вас появилась рана? *(Выслушивает ответы детей).*

Послушайте моего помощника. Он подробнее вам все расскажет.

Таня. Вы, наверное, замечали, что при ранениях кровь идет вначале сильно, потом слабее, затем перестает идти. Это не случайно. Природа защищает наш организм, промывая рану кровью, смывает грязь и попавших в нее микробов. Немного погодя, кровь идет слабее – она густеет и сворачивается, закупоривая порезанный сосуд. При ранении рану очищают и промывают

раствором марганцовки, смазывают йодом кожу возле раны, чем убивают микробов, после чего рану перевязывают.

А как быть, если под рукой нет йода? (Размять лист подорожника, крапивы или тысячелистника). При очень сильных ранениях, когда поврежден крупный сосуд, человек, может потерять много крови и умереть от потери крови. В таких случаях руку или ногу выше раны пережимают резиновым жгутом, платком или ремнем (показывает). Таким образом, мы прекращаем сильное поступление крови и забинтовываем рану. Когда в ране кровь свернется, жгут вначале ослабить и постепенно снять, проверяя рану на поступление крови.

Ведущий. И прибежала Зайчиха,
И закричала:

Зайчиха.

Ай-ай!

Мой зайчик попал под трамвай!

Мой зайчик, мой мальчик

Попал под трамвай!

Он бежал по дорожке,

И ему перерезало ножки,

И теперь он больной и хромой,

Маленький зайнышка мой!

Ведущий. И сказал Айболит:

Айболит. Не беда! Подавай-ка его сюда!

Вылечу я ему ножки.

Он опять побежит по дорожке.

Ведущий. И принесли к нему Зайку,

Такого больного, хромого.

И доктор вылечил ему ножки (*накладывает гипсовую повязку*).

Скоро Зайка запрыгает снова.

Как рада Зайчиха-мать!

Пустилась она танцевать.

И смеется она, и кричит:

Зайчиха. Ну, спасибо тебе, Айболит!

Ведущий. Третий урок Айболита «**Первая помощь при переломах**» (*Тема урока на доске*). Ребята, а что нужно делать при переломах? (Ответы детей).

А сейчас доктор вам расскажет, что нужно делать при переломах.

Появляется Бегемотик с завязанной щекой.

Бегемотик. Плохо жить мне стало вдруг.

Разболелся сильно зуб.

Нету мочи никакой,

Надо зуб лечить больной.

Вот уже который день

С болью я хожу как тень.

Надо б к доктору идти,

Кто поможет мне дойти?

Дети помогают Бегемотику дойти к Айболиту.

Айболит. Бегемотик, у тебя, верно, зуб разболелся?

Бегемотик. Очень болит.

Айболит. Открой рот. (*Смотрит*). У тебя гнилой зуб. Придется его удалить.

Бегемотик (дрожит) Ой, как страшно мне!

Айболит. Не бойся. Я тебе укол сделаю, ты ничего не почувствуешь.

(Делает укол и удаляет щипцами зуб, показывает Бегемотику). Видишь, какой гнилой у тебя зуб!

Зуб твой разболелся оттого, что ты плохо чистишь зубы и не полоскаешь рот после еды. Уход за зубами должен быть ежедневным.

Бегемотик. Спасибо, доктор. Я теперь всегда буду чистить зубы.

Ведущий. Четвертый урок «**Как ухаживать за зубами**» (*Тема урока на доске*). Что вы, ребята, знаете об этом? (Ответы детей).

Оля. Зубы – самые твердые части нашего организма. Но как ни тверды зубы, все же они могут разрушаться. Сначала на эмали образуются маленькие трещины. После еды между зубами и в трещинах остается пища. Остатки пищи гниют, зубы разрушаются и начинают болеть. Но этого можно избежать при помощи обыкновенной зубной щетки. Жесткие волоски зубной щетки «выметут», а зубная паста снимет следы пищи. Запомните и выполняйте правила ухода за зубами:

Полощите рот теплой кипяченой водой после каждого приема пищи.

Ежедневно утром и вечером чистите зубы.

Чистите зубы не только справа налево, но и сверху вниз, с наружной и внутренней сторон.

Пользуйтесь зубной нитью и зубочистками.

Зубную щетку после чистки зубов нужно хорошо ополаскивать.

Никогда не чистите зубы чужой щеткой.

После холодной пищи никогда не берите ничего горячего - эмаль на зубах может потрескаться, что приведет к разрушению зубов.

Хорошо очищают и укрепляют десны сырые овощи и фрукты.

Ешьте также творог, сыр, пейте молоко, употребляйте в пищу те продукты, в которых содержится кальций.

Айболит. Есть у меня один знакомый Львенок. Он почти никогда не болеет. А вот, кстати, и он.

Появляется Львенок, распевая.

Львенок. Ни мороз мне не страшен, ни жара.

Удивляются даже доктора,

Почему я не болею,

Почему я здоровее

Всех зверят из нашего двора.

Здравствуйте, доктор.

Айболит. Здравствуй, Львенок. А мы как раз о тебе говорили. Ребята, посмотрите, а ведь этот Львенок действительно здоров и силен. Вы не знаете, почему? (Ответы детей).

Львенок. Потому что утром рано

Заниматься мне гимнастикой не лень,

Львенок поможет мне провести **Урок закаливания.**

Львенок. Главное в закаливании – постепенность. Начните с малого. Вставайте рано, всегда в одно и то же время. Делайте зарядку при открытой форточке. После зарядки разотрите тело холодным мокрым полотенцем. Со временем можно начать и обливание прохладной водой.

Выходя на улицу, не кутайтесь так, чтобы от малейшего движения стало жарко.

Одежда должна быть теплой, легкой, удобной. В холодные дни не забывайте надеть шарф, чтобы не простудить горло.

Занимайтесь легкой атлетикой, гимнастикой, катайтесь на коньках и на лыжах – и ваши мускулы будут упруги и крепки.

Летом в теплые дни старайтесь больше быть на свежем воздухе – в лесу, у реки. Купайтесь, но не до посинения. Загорайте, но не перегревайтесь на солнце. Играйте в мяч, в другие подвижные игры. Закаляйтесь, идите солнцу и ветру навстречу!

Львенок показывает ребятам комплекс упражнений утренней гимнастики, все вместе выполняют.

Айболит. Ребята, я надеюсь, что вы усвоили мои уроки и сможете их применить в жизни, когда это понадобится.

Ребёнок. Да, конечно, доктор. В заключение нашей встречи ребята прочитают те правила сохранения, укрепления, бережного отношения к здоровью, которые сегодня усвоили.

Дети поочередно читают стихи.

Мы усвоили уроки,
Как здоровье сохранить,
Как простейшие советы
Для здоровья применить.
Если рану получили,
Обработаем всегда.
И с вкусом насекомых
Справимся мы без труда.
Чтобы крепкими росли мы,
Зубы не болели,
Фрукты и молочные продукты
В рационе будут ежедневно.
И зарядкой заниматься
Будем каждый день с утра.
Не бояться, закаляться
Нужно всем нам, детвора.

Ведущий. Нам пора прощаться с Айболитом и его помощниками.
Дети (хором) До свидания, будем очень рады новой встрече с вами.

10.9. Игра – викторина по ППБ «Огонь – друг, огонь – враг»

Цель: Закрепить правила пожарной безопасности.

2. Вступление

Ученик читает стихотворение :

Он всегда бывает разным
Удивительный огонь.
То буяном безобразным,
То тихоней из тихонь.
То он змейкой торопливой
По сухой скользит траве
То косматой рыжей гривой
Полыхает на заре.
Да, огонь бывает разный:
Бледно-желтый, ярко-красный,
Синий или золотой,
Очень добрый, очень злой.

1. Проблемная ситуация

Огонь одно из самых больших чудес природы с которым человек познакомился на заре своего существования. Огонь дарил людям тепло, свет, защищал от диких животных, использовался для приготовления пищи, изготовления орудий труда.

Люди научились добывать и сохранять огонь. Благодаря огню человечество проникло в космос.

Однако, выйдя из под контроля, огонь превращается в страшное бедствие.
– В какое бедствие превращается огонь, вышедший из под контроля. Пожар
– Что такое пожар? (определение из толкового словаря)

Пожар – неконтролируемый процесс горения, сопровождающийся уничтожением материальных ценностей и создающий опасность для жизни.

Огонь издавна был другом человека. Наши предки считали его живым существом. Ему поклонялись. Он помогал им бороться за существование.

Проходили годы и века. Постепенно люди узнавали огонь лучше и он утратил силу божества. Но другом и помощником быть не перестал. Сила у огня – друга большая- пребольшая. Но если с его силой обращаться неосторожно и неумно, то огонь может стать страшным, коварным врагом!

На нашей планете возникает приблизительно 5 млн пожаров в год. Каждые 5 секунд вспыхивает новый пожар. Их количество растет Огонь-враг – оставил свой след в истории всех эпох и народов. Тысячи городов и сел

исчезли в гигантских языках пламени. Погибли миллионы жизней. Чтобы этого не происходило, надо осторожно обращаться с огнем.

– Что же является причиной пожара?

2. Инсценировка «Щепочка»

(Нужны макеты печки и поленницы)

Рассказчик: Однажды на крестьянском дворе нарубили дров, а щепки сложили в ведро. Но одна очень любопытная щепочка выскочила и пошла, осматривать дом. Смотрит, дверка печная открыта, а там лежит черный уголек и слегка дымится.

Щепочка: Ты кто такой, откуда взялся.

Уголек: Я береза.

Щепочка: Какая же ты береза? Ты на нее совсем не похож!

Уголек: Это я теперь такой стал, а раньше березой был! Вот пойдем со мной, полежишь в печи.

Щепочка: Не пойду я в печь, там огонь живет. Лучше пойдем со мной в поленнице полежим. Там сухо и тепло.

Рассказчик: А угольку того и надо. Привела щепочка уголек к поленнице, забрались они в самую середину и улеглись там. Прислонился уголек к дровам своим горячим боком и начал их подпаливать. Сгорела щепочка вместе с дровами. И осталась вместо березовой поленницы лишь тлеющие угольки. И кто знает, может, один из них и есть та непоседливая, глупая щепочка.

3. Причины пожаров

Воспитатель: Какая же главная причина пожаров?

(Ученики высказывают свои мнения)

4. Причины пожаров в жилище
5. Неосторожное обращение со спичками.
6. Брошенные не затушенные окурки.
7. Искры при огневых работах.
8. Неправильная эксплуатация печей.
9. Неправильная эксплуатация газовых приборов.
10. Неправильная эксплуатация электрических приборов.
11. Пиротехника.

Вывод: Главная причина пожаров – неосторожное обращение с огнем.

Если допустить пожар, то пожар приносит большие бедствия. Он уничтожает на своем пути все живое. И самое страшное гибнут люди! Ежегодно в огне погибает 30-40 детей (это целый класс) Не менее 100 получают травмы и ожоги.

Выступление врача: Если получили ожог...

- Подставьте обожженное место под струю холодной воды.
- Когда боль утихнет, наложите чистую сухую повязку.
- Обратитесь к врачу.
- Если на месте ожога образовались пузыри, их ни в коем случае нельзя вскрывать.

- Если ожог сильный, то до приезда врача пострадавшего нужно напоить теплым чаем и укрыть потеплее. При шоке дайте ему 20 капель настойки валерианы.

12. Загадки

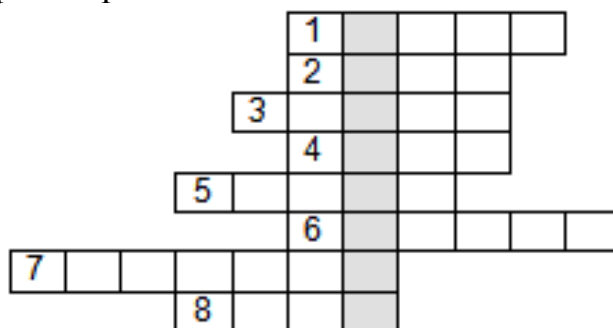
А теперь проверим, знаете ли вы что надо делать если...

А ну, ребятки, не зевайте,
 Дружно хором отвечайте.
 Выпал на пол уголек,
 Деревянный пол зажег.
 Не смотри, не жди, не стой,
 А залей его... (водой)
 Если младшие сестрички
 Зажигают дома спички,
 Что ты должен предпринять?
 Сразу спички... (отобрать)
 Раскалился если вдруг
 Электрический утюг,
 Что должны вы делать детки?
 Вынуть вилку из ... (розетки)
 Если вдруг пожар возник,
 Ты обязан в тот же миг
 В часть к пожарным позвонить,
 О пожаре... (сообщить)
 Знает каждый гражданин
 Пожарный номер... (01)
 Кто с огнем неосторожен,
 У того пожар возможен,
 Дети помните о том,
 Что нельзя шутить с... (огнем)

13. Викторина

Все учащиеся делятся на 4 команды.

Задание 1: Реши кроссворд



1. светит и обжигает
2. жидкое средство для тушения огня
3. твердое средство для тушения огня
4. бытовой прибор, который во включенном состоянии может вызвать пожар
5. чем подают воду при пожаре

6. сигнал, издаваемый пожарным автомобилем
 7. откуда набирают воду для тушения пожара
 8. основное средство борьбы с огнем
- (ответы: 1-пламя; 2-пена; 3-песок; 4-утюг; 5-шланг; 6-сирена; 7-колодец; 8-вода; по вертикали-ЛЕСТНИЦА)

Задание 2: Разложи по порядку

- Спасение людей
- Больница
- Вызов службы 01
- Спасение имущества
- Тушение пожара
- Оказание первой мед. Помощи

Задание 3: Найди пару

Возник пожар	ползи к выходу
В комнате дым	открой окно
Горит одежда	дыши через мокрую тряпку
Горит сухая трава	падай на землю, катайся
Запах газа	отключи, накрой одеялом
Трудно дышать от дыма	

Задание 4: Доскажи

1. огонь нельзя оставлять	по телефону 01
2. если увидишь пламя	нельзя прятаться
3. вызывай пожарных	без присмотра
4. от огня	зови на помощь взрослых
5. из горящего помещения	дым
6. опасней всего при пожаре	надо быстро уйти

Задание 5: Нарисуй эмблему

- Спички не тронь –
- В спичке огонь
- 01 единый телефон
- Пожарных и спасателей
- Пусть помнит
- Каждый гражданин
- Пожарный номер 01

14. По итогам викторины ребятам выдаются памятки:

Если в доме начался пожар.

Правило 1. Если огонь небольшой, можно сразу же затушить его, набросив на него плотную ткань или одеяло или вылив ведро воды.

Правило 2. Если огонь сразу не погас, немедленно убегай из дома в безопасное место. И только после этого позвони в пожарную службу по телефону 01 или попроси об этом взрослых.

Правило 3. Если не можешь убежать из горящей квартиры, позвони по телефону 01 и сообщи пожарным точный адрес и номер своей квартиры. После этого зови из окна на помощь прохожих.

Правило 4. При пожаре дым гораздо опаснее огня. Большинство людей при пожаре погибают от дыма. Если почувствуешь, что задыхаешься, опустись на корточки и продвигайся к выходу ползком – внизу дыма меньше.

Правило 5. Ожидая приезда пожарных, не теряй головы и не выпрыгивай из окна. Тебя обязательно спасут.

15.Итог

Ребята! Скажите: Огонь – друг? Или Огонь – враг?

Ребята делают свои выводы

16.Частушки

Мы, веселые подружки,
Пропоем для вас частушки,
И коснемся между тем
Противопожарных тем.

Как-то раз прилег Иван
С папиросой на диван.
В результате утром рано
Ни Ивана, ни дивана.

Братик мой курить любитель,
Я боюсь, что с ним сгорю.
Я ему огнетушитель
В день рожденья подарю.

Эх, облить бы их разок,
Этих нарушителей,
С головы до самых ног
Из огнетушителя.

У Матрены нашей дома
Отличился сын Ерема.
Он со спичками шалил
И квартиру подпалил.

Зина печку раз включила,
Ну а выключить забыла.
Чтоб пожара не навлечь,
Выключай электропечь.

Говорю я: «Тетя Маша,
Осторожнее с огнем –
Загорится дом и каша,
А потом сгорит и дом!»



10.10. Конспект практического занятия «Кожа человека. Как ухаживать за кожей»

Цели:

1. Способствовать формированию навыков и привычек ухода за кожей, ее защиты;
2. Развивать внимание, речь, сообразительность, осязательное восприятие;
3. Дать представление о строении кожного покрова, для чего он нужен человеку.

Форма проведения: беседа с элементами практики.

Ход занятия:

I. Организационный.

-Здравствуйте, ребята!

-Здравствуйте!

-Я очень рада вас видеть. Садитесь, пожалуйста.

- Как называется тема нашего сегодняшнего урока? Правильно. И сегодня я расскажу вам о том, как же устроена наша кожа, о ее значении в нашей жизни и о том, как нужно ее защищать.

II. Основной этап

1. Вводная беседа.

Мы живем во Вселенной. Наша планета Земля покрыта оболочкой, которая защищает ее от проникновения метеоритов, перегрева, переохлаждения и т.д. Наше тело тоже со всех сторон покрыто особой оболочкой. Это кожа. Вам хотелось бы знать, для чего она необходима всем нам?

- Сначала давайте познакомимся с ее строением. Посмотрите внимательно на свою кожу. Что вы видите? Ровная она или нет? Есть ли на ней какие-либо образования? Потрогайте, толстая она или тонкая? Твердая или мягкая?

- Кожа гладкая, с волосками, мягкая и тонкая.

- Наша кожа состоит из трех слоев (учитель показывает по таблице). Самый верхний слой – тонкий, но очень прочный. Он не дает пробраться внутрь микробам. Он защищает и от повреждений. Но частички верхнего слоя постоянно сшелушиваются. Чтобы удалить эти отмершие частички кожи, необходимо тщательно мыть кожу: раз в неделю с мочалкой и мылом.

Еще в коже образуется пот и сало, которые выходят на поверхность. Рядом с волосками есть отверстия сальных желез (учитель показывает по таблице).

Как вы думаете, ребята, какое имеет значение выделение пота и сала?

- С потом выходят ненужные вещества, сало защищает кожу.

- Правильно, с потом выходят из организма вода и ненужные вещества. Сало предохраняет кожу от шелушения и образования трещинок. Это своего рода природный крем, который вырабатывает сама кожа.

Ребята, а что происходит, когда вам жарко?

- Выделяется пот.

-Правильно. А для чего это нужно?

- Чтобы тело охладилось.

- Молодцы, вы все правильно сказали. Пот выделяется для охлаждения нашего тела. А как реагирует кожа на холод? Что происходит, когда вы замерзаете?

- Появляется «гусиная кожа».

- Мышцы начинают дрожать и на коже появляются пупырышки. Так кожа борется с холодом. А еще в самом нижнем слое кожи есть жир. Он тоже предохраняет от холода и замерзания.

2. Эксперимент «Свойства кожи».

А теперь давайте проведем эксперимент. Нужен самый честный ученик.

(Один из учащихся выходит, закрывает глаза, уши. Другой ученик подходит тихо к нему и прикасается к руке. Уходит и садится на место. Ученик по команде учителя открывает глаза и уши).

Что ты сейчас почувствовал? Что помогло тебе это определить?

- Прикосновение. Кожа.

- Кожа помогает нам определить (ощутить) прикосновение. Особенно чувствительны кончики пальцев. Не зря мы ощупываем кончиками пальцев какой-либо предмет, чтобы получить о нем информацию.

Давайте попробуем сравнить чувствительность кожи на разных участках. Теперь нужен самый внимательный ученик.

(Выходит ученик и отворачивается. Учитель берет ручку и катает по спине ученика).

Ощущаешь ли ты прикосновение? Можешь ли точно сказать, какой это предмет? Каких размеров, какой формы?

- Небольшой длинный предмет.

- На спине кожа воспринимает ощущения, но не так хорошо.

(Ученик закрывает глаза, учитель дает ему в руки тот же предмет, он его исследует кончиками пальцев).

Теперь ты можешь сказать, какой это предмет? Какой формы, какого размера? *(Ученик называет дополнительную информацию).*

Вот мы и убедились, что кончики пальцев куда более чувствительны, чем другие части тела. А теперь продолжим наш эксперимент. Нам нужен самый чувствительный ученик.

(Учитель показывает ученику два одинаковых стакана с чистой водой, но в одном вода холодная, а в другом горячая).

Посмотри на эти два стакана. Можешь ли ты увидеть различия? А теперь потрогай рукой. Что чувствуешь?

- Вода холодная и горячая.

- Правильно. Значит с помощью кожи мы можем ощущать тепло и холод.

А теперь вызовем самого смелого ученика.

(Учитель слегка укалывает палец ученика).

Что ты почувствовал?

-Боль.

- Кожа помогает ощутить боль и тем самым предотвратить повреждения. Ведь если нам больно, мы отдергиваем руку.

Вот видите, ребята, какой непростой и важный орган – кожа!

Она:

1. Защищает.
2. Предохраняет от жары и холода.
3. Позволяет ощущать прикосновения, боль, тепло, холод.
4. Выводит ненужные телу вещества (вместе с потом).

3. Как уберечь кожу.

Мы убедились, что кожа – удивительный орган, который может многое. Но так ли она устойчива и невредима, как это может показаться на первый взгляд?

Давайте рассмотрим картинки. Что вы можете сказать о состоянии людей, изображенных на них?

- Один загорает, другой замерз.

- Если человеку жарко долгое время, то его тело перегревается. На солнце кожа получает ожоги. А если, наоборот, долго мерзнет – тело переохлаждается. И то, и другое может привести к болезням. Давайте послушаем, как правильно себя вести при перегреве и переохлаждении (Рассказ «Как избежать перегрева и переохлаждения»).

4. Как быть, если кожа повреждена?

Порезы, ушибы, ожоги – никто из нас от них не застрахован. Все это небезопасно. И, прежде всего, страдает кожа. Что же делать?

Давайте рассмотрим плакаты, где показано, как оказать первую помощь в таких случаях.

(Посмотрев, дети рассказывают, что нужно делать).

5. Как ухаживать за кожей.

Для того чтобы кожа была здоровой, за ней необходимо правильно ухаживать. Давайте вместе попробуем составить правила ухода за кожей

1. Умываться, мыть руки с мылом.
2. Каждый день принимать душ, раз в неделю мыть тело мочалкой.
3. Своевременно обрабатывать порезы, ожоги, ушибы.
4. Не допускать перегрева или переохлаждения кожи.
5. Носить чистую, удобную одежду. Одеваться по погоде.

IV. Заключительный этап.

Ребята, сегодня вы узнали много нового о коже, как она устроена и какое имеет значение для человека. А главное – как ее сохранить здоровой. Ведь здоровье кожи – это здоровье всего тела.

Попробуйте дома тщательно изучить свою кожу, и, может быть, вы откроете еще что-то новое о коже, о чем мы с вами сегодня не поговорили. Спросите у родителей, какие бывают кожные болезни, как от них можно уберечься.

Ребята, может кому-то, было что-то непонятно? Кто что интересное запомнил?

Молодцы, много запомнили из нашего урока и активно работали.

Спасибо за работу, до свидания!

10.11. Анализ реализации программы