

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования Архангельской области  
«Дворец детского и юношеского творчества»

## **РОСТ**

**«Развитие. Образование. Совершенствование. Творчество»**

Областной информационно-методический сборник

10/2019

## *Содержание*

### *Методист – педагогу*

**Костро Е.Н.** Интернет-портал «Навигатор дополнительного образования» как единое информационное пространство Архангельской области.....4

**Тараканов К.Г.** Школьные музеи Архангельской области: библиографический указатель (по материалам отдела «Русский Север» Архангельской областной научной библиотеки им. Н.А Добролюбова).....7

### *Педагог – педагогу*

**Небелюк М.В., Чиркова С.М., Пяткова А.А.** Опыт участия обучающихся и педагогов Детского театра костюма «Каприз» в инновационном проекте «Молодые таланты Поморья».....14

**Корепанова С.В., Тахтарова Л.К., Панова Е.Н.** Развитие творческой активности обучающихся через проектную учебную деятельность (в рамках федеральной инновационной площадки «Молодые таланты Поморья».....19

**Щетинина Г.А.** Алгоритм действий педагога дополнительного образования по разработке или адаптации дополнительной общеобразовательной программы для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов.....22

**Яковлева А.О.** Творческая мастерская как эффективная форма работы с родителями.....25

**Филиппова И.Б.** Особенности восприятия правил дорожного движения детьми дошкольного возраста.....28

**Леонова Е.А.** «Свои, споемся!» Вечер незадаанных вопросов в музыкально-творческой студии «Добрый день».....31

## *Мозаика опыта*

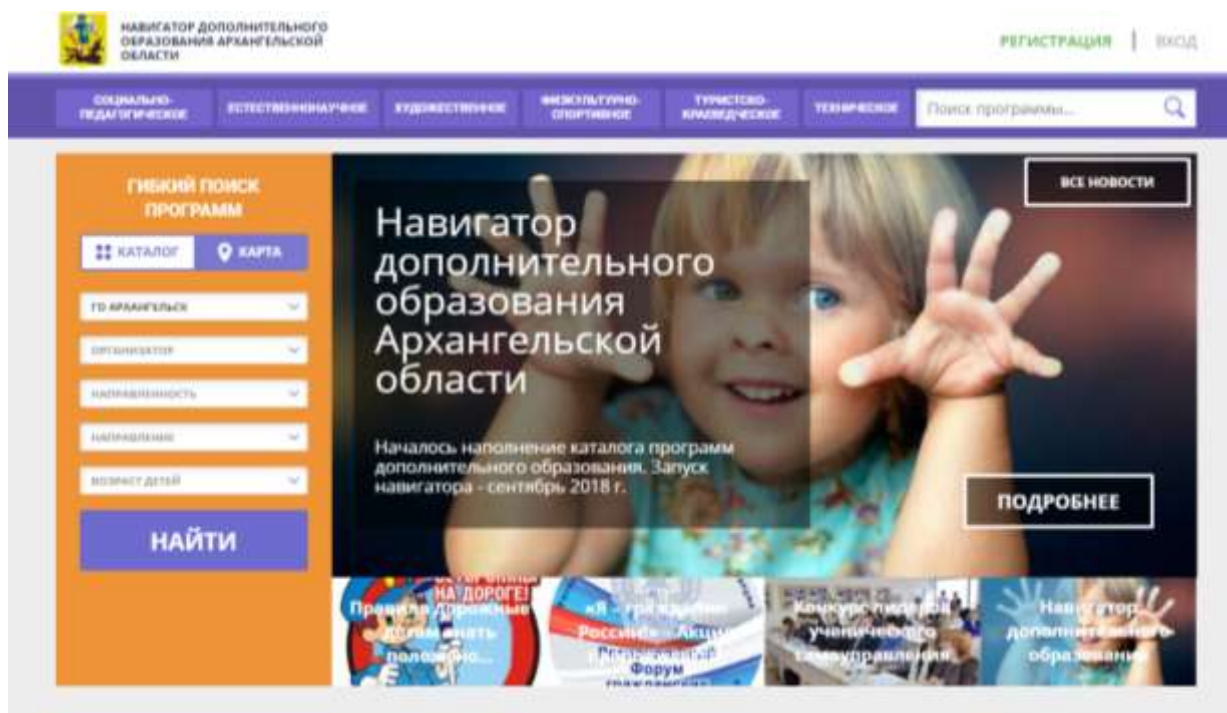
<b>Минина Е.П.</b> Образовательный проект «Художественная галерея».....	37
<b>Колодий Л.Я.</b> Специальная физическая подготовка в парах с предметами в художественной гимнастике.....	45
<b>Мякушина С.И.</b> Методическая разработка сценария развлекательного мероприятия «День именинника».....	54
<b>Буланович Н.И., Поршнева С.В.</b> Методическая разработка занятия на тему «Природа Архангельской области».....	61
<b>Рудный Н.Г.</b> План – конспект тренировочного занятия по лыжным гонкам.....	68

**Интернет-портал «Навигатор дополнительного образования»  
как единое информационное пространство Архангельской области**

*Костро Елена Николаевна,  
методист ГБОУ «ДДЮТ»*

Внедрение национального проекта «Образование» предусматривает функционирование региональных систем дополнительного образования детей, которые на основе лучших практик обеспечивают реализацию дополнительных общеобразовательных программ различных направленностей. Программы должны соответствовать интересам детей и их родителей, региональным особенностям и потребностям социально-экономического и технологического развития страны.

В связи с этим в регионах, в том числе и в Архангельской области, были созданы навигаторы дополнительного образования. Что же это такое – навигатор дополнительного образования?



*Рис. 1 Скриншот экрана «Навигатор дополнительного образования  
Архангельской области»*

Навигатор дополнительного образования – это сайт, где можно найти образовательные организации, представляющие свои дополнительные общеразвивающие программы для детей. Он рассчитан на детей и их родителей, а также представителей учреждений дополнительного образования и органов местной власти, принимающих управленческие решения в области дополнительного образования.

С помощью навигатора дополнительного образования учреждения могут представлять свои программы, а родители смогут выбирать занятия для детей в соответствии с индивидуальными запросами, уровнем подготовки ребенка и его способностями. Также родители детей, посещавших детские объединения, могут оценить программы, представленные на сайте, что поможет другим родителям в выборе для своего ребенка наиболее качественных занятий. На основании таких отзывов учреждения получают обратную связь об уровне работы преподавателей и удовлетворенности родителей.

Сайт навигатора представлен шестью секциями по направленностям дополнительного образования:

- социально-педагогическое;
- естественно-научное;
- художественное;
- физкультурно-спортивное;
- туристско-краеведческое;
- техническое.

В каждой секции есть разделы, где можно выбрать интересующее направление.

Так, например, чтобы записать ребёнка на обучение рисованию, через «Гибкий поиск программ» родители могут выбрать «Муниципалитет», «Организатора», соответствующее направление (в данном случае рисование) и указать возраст ребёнка. По результатам поиска для них будет создан

список программ, которые реализуются в учреждениях того муниципалитета, где проживает ребёнок.

Таким образом, данный сайт позволяет родителям найти необходимую информацию о доступных мероприятиях в том районе, где проживает семья. Так, например, желая записать своего ребенка на программы физкультурно-спортивной направленности, достаточно ввести в строке поиска ключевое слово и выбрать учреждение, которое будет наиболее удобно расположено для посещения.

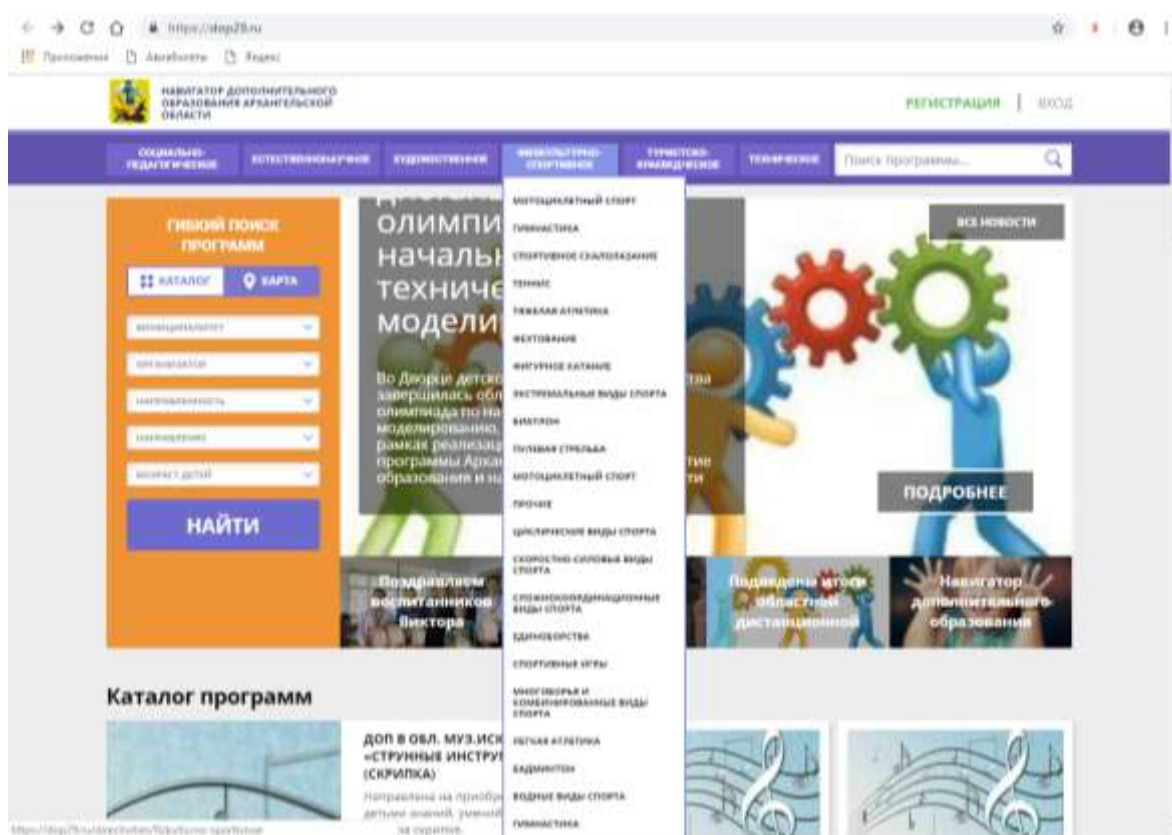


Рис. 2 Направление физкультурно-спортивное.

Для организаций сайт «Навигатор дополнительного образования» является большим подспорьем, так как именно здесь собраны все учреждения дополнительного образования Архангельской области. На сайте также можно найти общеразвивающие программы, которые реализуются в учреждениях культуры и спорта и записать ребенка, например, на обучение

в детской художественной школе, обучение по предпрофильной программе на более высоком уровне.

Текущий год показал, что в Архангельской области сайт «Навигатор дополнительного образования» пользуется большим спросом среди родителей и организаций. Очень многие пользователи отметили удобный интерфейс сайта и удобство его использования. Создатели сайта продолжают работу, стремясь сделать его сделать еще более доступным и интересным не только для детей и родителей, но и руководителям учреждений дополнительного образования.

Более подробно деятельность сайта «Навигатор дополнительного образования» описана в статье Р.В. Горбовского, Т.А. Мерцаловой, А.В. Петлина «Навигатор по программам дополнительного образования детей» в информационно-методическом журнале «ПроДОД», размещенном в сети Интернет:

[http://prodod.moscow/wp-content/uploads/2019/01/ProDod\\_Desember\\_2018.pdf](http://prodod.moscow/wp-content/uploads/2019/01/ProDod_Desember_2018.pdf)

### **Школьные музеи Архангельской области:**

#### **библиографический указатель**

**(По материалам отдела «Русский Север» Архангельской областной научной библиотеки им. Н.А Добролюбова)**

*Тараканов Константин Геннадьевич,  
научный сотрудник научно-методической службы  
ГБУК АО «Архангельский краеведческий музей»*

В газетном фонде отдела «Русский Север» Архангельской областной научной библиотеки им. Н.А. Добролюбова содержатся сведения о 219 статьях и заметках, рассказывающих о деятельности школьных музеев в Архангельской области. Практически все регионы области, в том числе и Ненецкий Автономный округ, пресса которого с начала 2000-х годов в почти перестала поступать в Архангельск, смогли найти своё отражение в газетном каталоге библиотеки.

Первая статья «Музей в школе», опубликованная в окружной газете НАО «Няръяна Вындер» 21 апреля 1971 года под авторством В. Беленького, студента МГУ, рассказывает об открытии музея в одной из московских школ. Это событие заинтересовало работников газеты в первую очередь потому, что новое музейное учреждение по своей тематике оказалось непосредственно связанным с Архангельским Севером. Московский школьный музей стал мемориальным, посвященным деятельности Петра Смидовича, руководителя Комитета Севера при ЦИК СССР. Петр Герардович принимал активное участие в непосредственном создании Ненецкого Автономного округа. Собирать материалы для своего музея школьники планировали не только в Москве, но и в Архангельске, и Нарьян-Маре, то есть в местах непосредственной деятельности коммунистического политика.

Три остальных материала НАО были опубликованы уже в первое десятилетие XXI века. Статьи посвящены школьным музеям, действовавшим, на тот момент в самом округе. Это – музеи Нарьян-Марской школы №1, Тельвисочной и Великовисочной средних школ.

Первая статья, повествующая о деятельности школьного музея на территории Архангельской области, появилась в газете «Правда Севера» 19 декабря 1959 года. Публикация П. Облупина «Школьный музей» рассказывает о работе музея Красноборской средней школы, имевшего на тот момент статус районного. Начало музею положил директор школы С.И. Тупицын в 1958 году. В инициативную группу также вошли учителя – супруги Брызгаловы, выпускницы школы – Татьяна Тулубенская, Лидия Ваганова, Капа Ярушникова, а также краевед-любитель П.Г. Зашихин.

Экспозиция музея рассказывала о том, как в 20-е годы XVII века начиналось освоение красноборской земли, как она развивалась после победы Великой Октябрьской социалистической революции.

Музей оказывал большую помощь школе. Учителя нередко использовали на уроках собранные в музее документы. Кроме учащихся



средней школы непременными посетителями музея были ученики и других школ района – семилетней, восьмилетней и нескольких начальных школ района. Нередко в музей заходили и взрослые.

20 июля 1987 года на базе коллекций школьного краеведческого музея был создан Красноборский историко-мемориальный и художественный музей. В 2006 году он получил имя первого директора и основателя – Сергея Ивановича Тупицына. За время существования школьного краеведческого музея в газетном фонде библиотеки имени Н.А. Добролюбова сохранились две статьи, рассказывавшие о его деятельности. 3 марта 1979 года, в районной газете «Знамя» сам Сергей Иванович обратился к читателям газеты с просьбой о помощи. После этого обращения экспозиции музея пополнились новым экспонатом – картиной художника Александра Борисова. Художник на своем полотне изобразил одного из красноборских крестьян.

Всего же о деятельности школьных музеев Красноборского района в отделе «Русский Север» библиотеки имени Н.А. Добролюбова собрано шесть статей. Кроме выше упомянутой публикации в каталоге можно найти статью о жизни самого Сергея Ивановича, талантливого педагога и краеведа, одним из первых удостоенного звания «Почетный гражданин Красноборского района».

Упоминания в районной прессе удостоился еще один красноборский учитель и краевед. Статья Татьяны Лапиной «Черевковцы помнят своего краеведа», опубликованная в газете «Знамя» 14 февраля 2014 года, рассказала о прошедшем в селе Черевково вечере памяти Василия Пономарева, учителя местной школы, основателя черевковского школьного музея.

Еще один музей муниципального уровня, также выросший из школьного, появился в селе Емецк Холмогорского района. Историю музея поведала нам его бессменный директор Татьяна Васильевна Минина. В своей книге «Записки сельской учительницы», изданной в 1993 году,

педагог писала, что идея создать школьный музей пришла к ней в 1963 году. Основной целью создания музея было объединение восьмиклассников, у которых она была классным руководителем, общим делом.

Музей открылся в 1965 году в местном Доме культуры. Кроме собирательской работы, ребята сами организовывали выставки, по которым проводили экскурсии. В итоге школьный музей стал заметной достопримечательностью не только для Емецка, но и для всей области. Музей стал одним из пунктов Архангельского бюро путешествий и экскурсий, благодаря чему его посещали туристы Архангельской и соседних областей. Школьный музей успешно существовал до конца 90-х годов. В 2000 году, музейное учреждение перешло в ведение муниципалитета.

О Емецком музее рассказывает и заметка Виктора Садкова «Дар школьному музею», опубликованная 23 сентября 1978 года в районной газете «За коммунизм». В ней говорится о том, что дети получили документы М.В. Кузнецова, уроженца Емецка, комсорга героически погибшего ледокольного парохода «А. Сибиряков». Юные музейщики получили автобиографию Кузнецова, написанную им самим в январе 1941 года, а также педагогическую характеристику на емчанина, подготовленную начальником Емецкого РОНО И. Сабельниковым в марте 1941 года. Статья В. Садкова стала самой ранней из написанных по теме «Школьные музеи Холмогорского района Архангельской области». Всего по этой теме в библиографическом фонде отдела «Русский Север» библиотеки имени Н.А. Добролюбова удалось найти десять публикаций. Среди них, в первую очередь, хотелось бы отметить статью «Возродим школьный музей», (газета «Холмогорская жизнь»). Публикация повествует о тяжелой судьбе музея Холмогорской средней школы, разграбленного в 90-е годы. К счастью, пропали далеко не все экспонаты. В 2002 году на основе этих экспонатов был организован Холмогорский районный краеведческий музей.

В газетах 2009 года региональная пресса рассказывает об открытии в районе сразу двух музеев – в Кехотской и Ухтоостровской средних школах. Последняя публикация раздела появилась в газете «Холмогорская жизнь» уже в июне 2018 года. Статья «Пусть всё получается, всё удаётся» вышла под рубрикой «С юбилеем!». Главный герой публикации - Маргарита Алексеевна Трушева, учитель математики Двинской средней школы, руководитель школьного музея.

Больше всего публикаций – 23 статьи и заметки – подготовлено о школьных музеях Каргопольского района. Первый материал «Зачем в Лядинах детей учат ткать половики?», вышедший в газете «Правда Севера» 13 марта 2001 года под авторством Любви Подоксеновой, рассказывает о деятельности школьного музея-мастерской в селе Лядины с 1994 по 2001 год. Школа в этой деревне оказалась самым популярным музейным учреждением. О ней подготовлено одиннадцать статей, почти половина из того, что в целом было написано о школьных музеях Каргопольского района. Знаменитую школу посещают и дают ей высокую оценку даже именитые музейеды России.

Надежда Федоровна Ворошук, учитель и директор Лядинской начальной школы, за идею создания музея взялась в первую очередь для того, чтобы воспитать в детях интерес и уважение к труду старшего поколения. Школа превратилась в настоящий музей крестьянского быта. Школьники вместе с родителями и жителями семи окрестных деревень принесли старинные вещи, которые осталось у них от бабушек и дедушек. Можно сказать, что музей собирали «всем миром». Главными экспонатами школьного музея стали деревянная утварь, прялки, изделия из бересты, традиционный костюм, кованые предметы, документы по истории села. Дети сами формируют музей, проводя экскурсии по его залам.

Наибольшая ценность музея – несколько подлинных ткацких станков. Педагогическим коллективом школы была написана программа по возрождению бытовавших в округе ремёсел. Школа стала центром

дополнительного образования, где начали заниматься ткачеством и шитьем. Большой интерес местная детвора проявила к процессу разведения льна и изготовлению льняной нити. Семенной материал для выращивания льна пришлось заказывать в Нижнем Новгороде. Участок земли нашли неподалеку от школы, возле старого каретного сарая. Территорию поля для развития в регионе старинного промысла и огородили по- старинному – «косой загородой» из жердей. Подобный забор в деревне уже давно не ставят.

Лён дети выращивают по технологии, полученной от Марии Павловны Гусевой – бабушки Надежды Федоровны, занимавшейся этим промыслом всю свою жизнь. Работа со льном вызвала интерес не только у молодежи, но и пожилых жителей лядин . Бабушки, помнившие свою работу на льняном поле, с удовольствием стали помогать детям «правильно завязывать снопы».

Совместными усилиями собрали все старинные орудия по обработке льна. Обучить детей процессу на практике не составило никакого труда. После очистки льна дети садились за прялку, получая льняные нити, из которых затем они вили льняную веревку.

После освоения ткацкого станка школьники стали участниками проекта по возрождению красильного промысла. В дни проводившегося в Каргополе Праздника народных мастеров России, в Лядинскую школу приезжала Галина Александровна Федосова – учёный-практик, специалист Владимирского областного центра народных ремесел. Благодаря её содействию в школе появилась мастерская по изготовлению кубовой набойки. Сто лет назад на Русском Севере набивные ткани были одними из самых распространенных. Использовались они в изготовлении деревенского костюма.

Сейчас один из самых известных в регионе школьных музеев носит название «Лядинские узоры». В 2001 году ему было присвоено звание «Школьный этнографический музей».

Кроме этого музея одним из самых известных школьных музеев можно считать музей «Макариха», открытый в 2005 году в школе №17 города Котласа. Мемориальное музейное учреждение своей главной целью ставит возвращение из небытия жертв политических репрессий 1930-х – 1950-х годов, погибших в Котласском районе.

Всего о школьных музеях Котласа и Котласского района в газетном каталоге библиотеки им. Н.А. Добролюбова имеется 15 статей. О музее «Макариха» рассказывают три публикации. Кроме них подготовлены материалы о музеях в Коряжме, Сольвычегодске, поселке Шипицино и деревне Песчанка. Подготовлена статья и о деятельности музея в средней школе №2 поселка Вычегодский Котласского района.

Что касается школьных музеев главных городов Архангельской области, то о деятельности новодвинских музеев в газетном каталоге имеется три публикации, северодвинских – 15. О деятельности школьных музеев областного центра рассказывает 67 статей и заметок. Из них 23 публикации посвящены деятельности учреждений, участвовавших в 2013 году в городском конкурсе школьных музеев. Информация о конкурсантах, размещена в газете «Архангельск – город воинской славы» в номере от 14 мая 2013 года. Победителем этого конкурса стал музей Соломбальского Дома детского творчества.

Изучение библиографии школьных музеев Архангельской области позволяет лучше понять историю и жизненный путь музеев общеобразовательных учреждений региона. Всё интересное, что писали когда-то о школьных музеях, безусловно, поможет нынешним работникам школьных музеев построить свою педагогическую деятельность, сделает их труд более эффективным и полезным для подрастающего поколения Архангельской области.

**Опыт участия обучающихся и педагогов**

**Детского театра костюма «Каприз»**

**в инновационном проекте «Молодые таланты Поморья»**

*Небелюк Марина Валерьевна,  
Чиркова Светлана Михайловна,  
Пяткова Анастасия Алексеевна-  
педагоги дополнительного образования  
ГБОУ «ДДЮТ» г. Архангельск*

В детском образцовом коллективе Театр костюма «Каприз» государственного бюджетного образовательного учреждения «Дворец детского и юношеского творчества» реализуется дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Дети в мире моды». Программа предусматривает изучение трех разделов: «Конструирование и технология швейных изделий», «Дизайн костюма», «Дефиле».

В коллективе занимается 130 обучающихся в возрасте от семи до 18 лет. Освоение комплексной программы дает возможность детям проявить свои способности в различных видах деятельности. Некоторые обучающиеся показывают особенно высокие результаты и проявляют повышенный интерес к определенным направлениям деятельности, что требует индивидуального подхода в обучении. Возможность выйти за рамки программы педагогам и реализовать свой творческий потенциал детям появилась благодаря инновационному проекту «Молодые таланты Поморья».

Цель проекта – создание благоприятных условий для развития творческих и интеллектуальных способностей, самореализации и профессионального самоопределения талантливых детей Архангельской области посредством организации продуктивной деятельности. В рамках проекта реализуются новые интерактивные формы работы с талантливыми детьми – творческие лаборатории. В качестве педагогов – руководителей творческих лабораторий привлекаются мастера, профессионалы

(специалисты организаций культуры, науки, высшей школы и производства) региона.

Проект «Молодые таланты Поморья» реализуется с 2013 года. Одной из первых начала работу лаборатория «Дизайн костюма» под руководством художника-модельера Николая Терюхина. С тех пор юные дизайнеры из Детского театра костюма «Каприз» ежегодно принимают участие в данном проекте.

Работа лаборатории по определенной теме рассчитана на один учебный год. Обучение в творческих лабораториях осуществляется в очно-заочном формате, что позволяет организовать продуктивное общение руководителя лаборатории, обучающихся и их педагогов.

На установочных занятиях определяется тема творческой лаборатории, проводятся практические занятия, мастер-классы по теме, встречи с интересными людьми, специалистами своего дела, организуется посещение музеев, а также индивидуальные консультации.



На начальном этапе дети планируют свою будущую работу, изучают заданную тему, находят источники вдохновения, анализируют современные модные тенденции.

Следующим этапом работы является создание творческих эскизов. Дети самостоятельно выбирают технику исполнения, цветовую гамму, стилевое решение. Одновременно с созданием эскизов производится подбор тканей, фурнитуры.

Самый длительный и трудоемкий этап – это процесс изготовления костюмов, в котором участвуют и другие воспитанники коллектива. Они помогают кроить, шить и являются моделями для показа готовой коллекции.

В конце учебного года юные дизайнеры демонстрируют результаты своего труда на областном слете «Молодые таланты Поморья». Форма представления результата – дефиле коллекций одежды, отшитых на заданную тему. В показе принимают участие как авторы работ, так и другие обучающиеся коллектива.

В процессе работы над костюмами рождается не только оригинальное название коллекции, но и подбирается музыка, помогающая создать соответствующее настроение.

Завершив работу в рамках творческой лаборатории, обучающиеся вместе с педагогами продолжают трудиться над созданными коллекциями: изготавливают новые модели, привлекают других обучающихся, проводят репетиционно-постановочную работу над сценическим показом коллекции.

Темы лаборатории по направлению «Дизайн костюма» настолько интересны и разнообразны, что они вызывают живой интерес и привлекают новых участников.

- 2013/2014 учебный год: тема творческой лаборатории – «Белый город у Белого моря», количество участников от коллектива – два человека, результат – коллекция «Белый город у Белого моря» (восемь костюмов);
- 2014/2015 учебный год: тема творческой лаборатории – «Лоскутное шитье», количество участников от коллектива – один человек, результат – коллекция «По морошку» (шесть костюмов);
- 2015/2016 учебный год: тема творческой лаборатории – «Сарафан: вчера, сегодня, завтра», количество участников от коллектива – один человек, результат – коллекция «Черника со сливками» (пять костюмов);



- 2016/2017 учебный год: тема творческой лаборатории – «Клетка & полоска», количество участников от коллектива – пять человек, результат – четыре коллекции: «Бабушкин квадрат» (пять костюмов), «Классная работа» (14 костюмов); «Механика цирка» (шесть костюмов), «Карамель» (шесть костюмов);
- 2017/2018 учебный год: тема творческой лаборатории – «Прекрасная эпоха (фантазии в стиле «Модерн»)), количество участников от коллектива – два человека, результат – две коллекции: «Фарфоровые розы» (шесть костюмов), «На углях» (пять костюмов).



В 2017 года начала работу лаборатория «Декоративное творчество» под руководством дизайнера Анны Злотко. Трое обучающихся ДОК ТК «Каприз» стали ее участниками.

В рамках творческой лаборатории обучающиеся занимались изготовлением современной сувенирной продукции с учетом региональных традиций и современных тенденций.

Работа данной лаборатории строилась на тех же принципах, что и работа лаборатории «Дизайн костюма»: этапы работы над творческим заданием, мастер-классы, встречи с мастерами и др. Главная отличительная особенность работы над заданием – это свобода выбора техники исполнения творческой работы в соответствии с уже имеющимися навыками и опытом в определенном виде декоративного творчества. Кроме того, большое внимание уделялось представлению участниками итогового продукта: брендингованию, рекламе, упаковке.

Формой представления результатов лаборатории «Декоративное творчество» стала выставка творческих работ и защита творческих работ участников на слете «Молодые таланты Поморья».

Итоговый продукт лабораторий по всем направлениям - это результат совместной деятельности детей и их педагогов. Сопровождение обучающихся педагогами во всех лабораториях ведется по индивидуальному графику. Для удобства реализации проекта в 2017 году педагогам был предложен к использованию в работе алгоритм сопровождения участников творческой лаборатории, в котором обозначены контрольные точки по выполнению индивидуального задания.

Участие в проекте дает возможность педагогам обмениваться опытом с коллегами и повысить свой профессиональный уровень. С помощью алгоритма педагоги могут эффективно организовать сопровождение участников творческой лаборатории и планомерную работу с другими высокомотивированными и талантливыми обучающимися детского коллектива.

Многие участники творческих лабораторий планируют свое дальнейшее участие, так как, создавая авторский продукт, дети осознают свои способности и возможности в избранном виде деятельности, могут почувствовать свою значимость и успешность. Кроме того, дети приобретают навыки планирования, самостоятельной работы, творческого взаимодействия. Участие в проекте «Молодые таланты Поморья»

способствует профессиональной ориентации обучающихся. Это своеобразные профессиональные пробы, которые помогают обучающимся сделать правильный выбор.

**Развитие творческой активности обучающихся  
через проектную учебную деятельность  
(в рамках федеральной инновационной площадки  
«Молодые таланты Поморья»)**

*Корепанова Светлана Викторовна,  
Тахтарова Лидия Константиновна,  
Панова Елена Николаевна,  
педагоги дополнительного образования ГБОУ «ДДЮТ»*

Современному обществу необходима всесторонне и гармонично развитая, способная к саморазвитию личность. Дополнительное образование призвано обеспечивать реализацию обучающимися своих способностей, возможностей и интересов, тем самым создавать условия для успешной социализации подростков.

Поэтому очень важно воспитывать духовно богатую личность, уделяя особое внимание формированию творческой активности. Творческая активность проявляется в готовности обучающихся к самосовершенствованию, самостоятельности и инициативе в ходе решения учебно-творческих задач, в создании нового продукта деятельности. Большие возможности для развития творческой активности создает проектная учебная деятельность.

С 2015 года обучающиеся хореографического ансамбля «Дружба» Дворца детского и юношеского творчества принимают активное участие в инновационном творческом проекте «Молодые таланты Поморья». Проект был создан с целью организации благоприятных условий для развития творческих и интеллектуальных способностей, профессионального

самоопределения и самореализации талантливых детей в условиях учреждения дополнительного образования. В рамках данного проекта апробированы новые интерактивные формы работы с талантливыми детьми – творческие лаборатории.

Творческая лаборатория – это именно та форма работы, которая интересна и детям, и педагогам. Здесь нет соперничества, есть творческий поиск и сотрудничество – именно то, что позволяет по-настоящему раскрыться и реализовать себя, как творческую личность, позволяет расширять границы своего общения, получать новые знания и, несомненно, способствует развитию способностей юных талантов.

Работа в творческих лабораториях осуществляется по различным направлениям в течение учебного года в очно-заочном формате, что позволяет организовать плодотворное творческое профессиональное общение руководителя лаборатории, обучающихся и их педагогов. Встречи с участниками лаборатории проходят в форме практических занятий, различных мастер-классов, а также индивидуальных консультаций.

Итогом работы в лаборатории по направлению «Хореография» являются хореографические номера в различных танцевальных направлениях, самостоятельно созданные обучающимися. Это дает возможность продемонстрировать владение хореографическими навыками, реализует желание юных хореографов сочинять и развивает их творческую активность.

Возраст обучающихся, вовлечённых в проектную деятельность - 14-17 лет, что обусловлено возрастными и творческими способностями подростков, а также способностями к самостоятельной постановочной деятельности. Данный проект способствует личностному и профессиональному самоопределению подрастающего поколения. Важно, что обучающиеся в столь юном возрасте имеют возможность опробовать себя в роли хореографов-постановщиков. Несомненно, это позволяет обучающимся в будущем осуществлять сознательный выбор профессии,

осознать свое место в обществе и определить перспективы своего дальнейшего развития.

Выполнение творческого задания участниками лаборатории невозможно без педагогической поддержки, предполагающей выстраивание индивидуальной образовательной траектории обучающегося в процессе проектной деятельности. Для успешной реализации проекта и более качественного выполнения обучающимися проектного задания педагоги хореографического ансамбля системно используют в своей профессиональной деятельности различные образовательные методики, проводят консультации, помогают обучающимся в выполнении индивидуального задания, анализируют ход работы над проектом, что помогает им сделать выводы о результативности выполнения творческого задания, определенного руководителем творческой лаборатории.

Творческий союз педагогов и обучающихся хореографического ансамбля «Дружба» позволяет развивать творческую активность подрастающего поколения, получать широкий социальный опыт конструктивного взаимодействия и продуктивной деятельности детско-взрослого образовательного сообщества.



**Алгоритм действий педагога дополнительного образования  
по разработке или адаптации дополнительной общеобразовательной  
программы для детей с ограниченными возможностями здоровья  
и детей-инвалидов**

*Щетинина Галина Альбертовна,  
педагог дополнительного образования  
ГБОУ «ДДЮТ»*

Алгоритм действия разработан для педагогов дополнительного образования и включает в себя пошаговую инструкцию для создания адаптированной дополнительной общеразвивающей программы с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Согласно Алгоритму разработка такой программы начинается с изучения педагогом методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, разработанных Московским городским психолого-педагогическим университетом согласно письма Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций». Представленные рекомендации составлены для оказания методической помощи разработчикам адаптированных дополнительных общеобразовательных программ.

Создание адаптированных общеобразовательных программ отличается от создания дополнительных общеразвивающих программ, в первую очередь, тем, что в них после постановки целей, задач и обозначения примерных результатов обучения предполагается описание предоставления специальных условий для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, согласно части 3 статьи 79 Федерального закона «Об образовании» от 29 декабря 2012 года.

Следовательно, **первым этапом** для создания адаптированной программы будет формулировка цели программы с учётом потребностей и интересов обучающихся, и требований, которые разработаны в образовательной организации.

На **втором этапе** определяется целевая аудитория программы. Программа может быть реализована для следующих групп обучающихся:

- группа детей с ограниченными возможностями здоровья и с инвалидностью одной категории с нарушениями зрения, слуха, тяжелыми нарушениями речи, с задержкой психического развития интеллекта, опорно-двигательного аппарата, с расстройствами аутистического спектра;

- смешанная группа детей с нормальным развитием и детей с ограниченными возможностями здоровья;

- смешанная группа, состоящая из детей с ОВЗ различных категорий;

- детско-родительская группа.

На **третьем этапе** необходимо сделать следующее:

- познакомиться с характеристикой обучающихся, выданной образовательной организацией;

- определить их возможности в освоении программы;

- познакомиться с заключением психолог-медико-педагогической комиссии, где указаны рекомендации по определению формы получения образования, образовательной программы, которую ребенок может освоить, форм и методов психолог-медико-педагогической помощи, созданию специальных условий для получения образования;

- с индивидуальной программой реабилитации и абилитации (ИПРА у обучающегося с инвалидностью),

- получить консультацию у специалистов психолог-медико-педагогической комиссии.

**Четвертый этап** – создание адаптированной программы в соответствии с требованиями к структуре дополнительных программ, согласно методическим рекомендациям №196 от 29 ноября 2018 года «Об

утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

На **пятом этапе** необходимо составить перечень дидактического, справочного материала, средств контроля освоения адаптированной программы, в том числе с учетом особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Шестой этап** – этап согласования содержания программы дополнительного образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на психолого-педагогическом консилиуме с учетом мнения родителей. Содержание программы должно соответствовать индивидуальным образовательным планам для обучающихся.

На заключительном этапе необходимо доработать адаптированную дополнительную общеобразовательную программу с учетом рекомендаций, данных специалистами психолого-медико-педагогической комиссии и методического совета и приступить к ее реализации в организации дополнительного образования.

#### **Список информационных источников:**

1. Федеральный закон «Об образовании» в Российской Федерации от 26 декабря 2012 года, №273-ФЗ;
2. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»);
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”.



## **Творческая мастерская как эффективная форма работы с родителями.**

*Яковлева Анна Олеговна,  
педагог дополнительного образования  
МБОУ ДО «ДМЦ «Североморец»,  
г. Северодвинск*

В последнее время большой популярностью пользуются различные объединения и мастерские, в которых организована совместная деятельность детей и родителей.

Такая тенденция наблюдается потому, что современное общество все больше нуждается в самостоятельных, творческих, готовых к саморазвитию и социально-активных людях. Закладка таких качеств происходит в детстве. Но наблюдения показывают, что сумасшедший ритм и постоянная занятость родителей проявляются в недостатке внимания к детям и, как следствие, в недостаточной сформированности вышеописанных качеств.

Исходя из данной тенденции, для родителей и детей, обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе «Начальное техническое моделирование с элементами Лего-конструирования» была организована творческая мастерская «Творим сами».

В основе организации работы творческой мастерской лежит технология коллективной творческой деятельности. Коллективной творческой деятельностью, по определению автора данной технологии И.П. Иванова, называется «такая организация совместной деятельности взрослых и детей, при которой все члены коллектива участвуют в планировании и анализе; деятельность носит характер коллективного творчества, и направлена на пользу и радость далеким и близким людям».

Начиная с постановки цели и заканчивая ближайшим последствием, в организации коллективной творческой деятельности выделяют шесть стадий.

Организация работы творческой мастерской «Творим сами» состоит из

трех этапов:

- подготовительный - предварительная работа с родителями на родительском собрании. Знакомство с работой объединения и творческой мастерской. Планирование предстоящих мероприятий;

- основной - организация работы творческой мастерской. Изготовление, в процессе занятий в мастерской, поделок. Подготовка и проведение выставок;

- итоговый - подведение итогов работы творческой мастерской, анализ проделанной работы.

Целью творческой мастерской является организация совместной деятельности детей и родителей, подготовка их к решению нестандартных задач в различных областях деятельности, обучение творчеству.

Для успешной реализации поставленной цели определены следующие задачи:

- создать условия для развития интереса к совместной творческой деятельности и творчеству в целом;

- создать условия для развития творческих способностей, творческого потенциала обучающихся;

- способствовать развитию (укреплению) дружеских взаимоотношений в системе «ребенок-взрослый».

Работа в творческой мастерской приурочена к различным праздникам и памятным датам и предполагает следующие результаты:

- повышение уровня развития творческих способностей у обучающихся;

- повышение интереса к творчеству и творческой деятельности, посредством совместной работы детей и взрослых;

- совершенствование технологических операций: вырезание, сгибание, склеивание, соединение деталей;

- совершенствование мелкой моторики рук;

- совершенствование коммуникативных навыков, в процессе работы в команде со взрослыми.

### План работы творческой мастерской

п/п	Мероприятие	Месяц	Место проведения
1	Родительское собрание	сентябрь, май	ДМЦ
2	«Российскому флоту быть!» (совместная работа детей и родителей, посвященная созданию регулярного флота в России)	октябрь, ноябрь	ДМЦ
3	«Мама-первое слово...» (совместная работа детей и родителей, посвященное Дню Матери)	ноябрь	ДМЦ
4	«Новогодняя открытка» (совместная работа детей и родителей, посвященная Новому году)	декабрь	ДМЦ
5	«Рождественский подарок» (совместная работа детей и родителей, посвященная Рождеству)	январь	ДМЦ
6	«Папа – мой герой» (совместная работа детей и родителей, посвященная Дню защитника Отечества)	февраль	ДМЦ
7	«Мамин день» (совместная работа детей и родителей, посвященная, 8 марта)	начало марта	ДМЦ
8	«Наш подводный флот» (совместная работа детей и родителей, посвященная Дню моряка-подводника)	конец марта	ДМЦ
	«Космическое путешествие»	апрель	ДМЦ

9	(мероприятие, посвященное Дню космонавтики)		
10	«Солнечному миру – да!» (совместная работа детей и родителей, посвященная Дню Победы)	май	ДМЦ
11	Участие в конкурсах разного уровня	в течение года	---
12	Выставка работ	в течение года	ДМЦ

На занятиях в творческой мастерской «Творим сами» организовано такое взаимодействие детей и родителей, которое знакомит взрослых с деятельностью ребенка в кружке, помогает обучающемуся проявить свой талант, наладить общение и доверительные отношения с родителем, дает возможность принятия совместных решений, а также помогает снять давление родительского авторитета.

Стоит отметить, что совместная работа детей и родителей в рамках творческой мастерской оказывает положительное влияние на всех участников процесса и, в дальнейшем, проявляется в более успешном обучении по программе, раскрепощенности и уверенности детей на занятиях, применении нестандартных подходов в решении задач, а самое главное, в активном участии родителей в жизни детского объединения.

### **Особенности восприятия правил дорожного движения**

#### **детьми дошкольного возраста**

*Филиппова Ирина Борисовна,  
педагог дополнительного образования МБУ ДО «СДДТ»,  
педагог учебного класса по безопасности дорожного движения  
при ОГИБДД России по г. Архангельску*

Психологи уже давно доказали, что дети воспринимают этот мир совершенно иначе. В отличие от нас, взрослых, их психические процессы протекают медленнее, а некоторые просто еще не развиты. И в связи с этим ожидать от ребенка дошкольного возраста, что наши требования по безопасному поведению на дороге он будет воспринимать и выполнять буквально, просто бесполезно. Наоборот, задача взрослого – помочь ребенку преодолеть эти трудности.

У дошкольников еще практически не развито чувство опасности. Кроме того, они имеют очень маленький запас терпения. Что же делать в таком случае? В первую очередь, необходимо научить ребенка пониманию того, что когда он выходит на дорогу, он становится полноправным участником дорожного движения. Неумение осознавать себя пешеходом, пассажиром или водителем – основная причина несоблюдения правил дорожного движения. На прогулках изучайте с ребенком транспортный мир, виды транспорта, части дороги. Покажите ребенку как выглядит пешеходный светофор, расскажите ему как он работает, объясните разницу между знаками «пешеходный переход» из предупреждающей группы (номер знака – 1:20) и знаками особых предписаний (5:19:1, 5:19:2). Развивайте у ребенка наблюдательность и терпение. Это поможет ему правильно ориентироваться в дорожной обстановке. Ведь наблюдение за ситуацией у детей дошкольного возраста начинается непосредственно у края проезжей части, а чаще всего уже прямо на ней. Это не дает ребенку времени на осмысление ситуации вокруг него, поэтому он часто принимает неправильные решения. Также находясь на дороге рядом со взрослым, ребенок просто надеется на правильное поведение взрослого, а свое не контролирует. Взрослый обязан научить его переходить дорогу только в положенных местах, подходя к наземному пешеходному переходу, обязательно останавливаться около него и оценивать дорожную ситуацию. Эту полезную привычку необходимо довести до автоматизма. Стоя у проезжей части ребенок должен рассказать

взрослому, что он видит вокруг, какой горит сигнал на пешеходном светофоре, где находятся автомобили и другие транспортные средства.

Поскольку у дошкольников органы зрения находятся в процессе развития, всё еще сохраняется туннельное зрение, то очень часто они смотрят только в одну сторону, чаще всего направо. А значит, дети не замечают автомобили, подъезжающие слева. Это приводит к их произвольным движениям на дороге. У ребёнка пяти лет и младше расстояние, которое он может осмотреть, равняется примерно трем – четырем метрам. С пяти лет это расстояние увеличивается и разворачивается до пяти метров. С шести до семи лет зона просмотра увеличивается до 10 метров. Но надо помнить, что надёжно ориентироваться в пространстве ребенок начинает только по достижении семилетнего возраста. Для развития этих навыков будут полезны игры на ориентирование, нахождение предметов и определение направлений (вправо, влево) в пространстве.

Дети дошкольного возраста плохо разбираются в размерах. Большой, но передвигающийся с медленной скоростью грузовой автомобиль кажется детям опаснее, чем маленький, скоростной легковой автомобиль. Из-за маленького роста дошкольники недостаточно хорошо видят пространство вокруг себя. Шаги их гораздо короче, чем у взрослых, а значит, находиться на проезжей части ребенок вынужден дольше. Центр тяжести у дошкольников расположен выше, чем у взрослых, что и обуславливает неуклюжесть в движении и падения на ровном месте, а также неумение держать равновесие. Поэтому не стоит отпускать детей дошкольного возраста без присмотра взрослых на прогулку даже во дворовых территориях. Дети считают двор, в котором они живут, абсолютно безопасным местом.

Дети в этом возрасте не могут точно определить источник и направление звука и не способны быстро принимать решения. Чем объемнее и сложнее задача, тем больше времени ребенку требуется для принятия решения. Если взрослому на принятие решения требуется примерно одна

секунда, то дошкольник на это тратит примерно четыре – пять секунд. Тренируйте ребенка, на прогулке обследуйте вместе с ним свой двор, выделите все опасные участки, приучите его при выходе из подъезда останавливаться и смотреть по сторонам. Коллективная ориентация у детей более развита. Пример для подражания – это вы, взрослые. Если родители позволяют себе нарушать правила дорожного движения, то и дети будут поступать так же.

Правила дорожного движения, требуют к себе серьезного и ответственного отношения. Не допускайте, что бы ваши дети дошкольного возраста самостоятельно передвигались по улицам и дорогам. Своим личным примером демонстрируйте им правильное поведение пешеходов, пассажиров, водителей. Не принимайте за детей решения, где и когда переходить дорогу, делайте это вместе с ними. Выработывайте привычку не только знать правила дорожного движения, но и уметь ими пользоваться! Это обеспечит комфортное и безопасное передвижение по дорогам вам и вашим детям!

**«Свои, споемся!»**

**Вечер незаданных вопросов**

**в музыкально-творческой студии «Добрый день»**

*Леонова Елена Александровна,*

*педагог дополнительного образования*

*ГБОУ «ДДЮТ»*

*Трудно разговаривать с современными подростками...*

*«Как дела?» «Нормально». Или, раздраженно, «Некогда, мам, потом...». И о чем с ними – родителями - разговаривать, что им о своем ребенке знать интересно: - «Уроки сделал?», «Шапку надел?». Что там еще... Ну, вот и поговорили... Что поделаешь, - подростки, трудный возраст.*

Вынужденная занятость родителей, загруженность школьников, бытовые и психологические стрессовые факторы негативно влияют на взаимоотношения родителей и детей. Часто родным просто некогда, нет поводов и возможностей доверительно пообщаться. А потребность такая, как показало анкетирование учеников – подростков, существует. В музыкально – творческой студии «Добрый день» Дворца детского и юношеского творчества ребята занимаются эстрадным вокалом. И они, конечно же, всегда в курсе новинок современной музыки.

Идея записать свой видеоклип родилась у воспитанников студии после просмотра ролика на песню Д.Клявера, где звезды российской эстрады обращаются к своим детям *«...Когда ты станешь большой, дочь, когда доверишься мне, сын, - тогда поймешь - почему, все, что я не смог, мечтаю воплотить в тебе»*. Ребята решили попробовать подобным образом пообщаться со своими родителями, участвуя в общем творческом деле. Такая, своего рода, арт-терапевтическая акция для улучшения детско-родительских отношений. (*Арт-терапия - «лечение искусством» - средство для коррекции психологического здоровья, развития коммуникабельности, творческого раскрытия*).

Поскольку заинтересовать сверхзанятых и «нетворческих» родителей непросто, студийцы путем «мозгового штурма» составили план-проект под названием «Свои, споёмся!». Идея заключалась в последовательном выполнении нескольких шагов: анонимное анкетирование родителей и детей на тему «Пять вопросов, которые Вы хотели бы, но пока не успели /или не решились/ задать своему ребенку (родителям)»; флешмоб - опрос взрослых посетителей Дворца; домашняя подготовка песни с родителями, запись фрагмента песни в семейном исполнении для монтажа совместного видеоклипа; «встреча поколений» (родители и дети) для беседы по вопросам анкеты; совместное выступление на сцене Дворца детского и юношеского творчества в концертной программе «Ответы на незаданные вопросы». Также ребята записали видеопослание своим будущим детям -



композицию «Сын, дочь», чтобы через много лет можно было взглянуть на себя-подростка и показать эту композицию своим детям.

Все получилось! Педагоги, дети и родители сделали это! На лицах ребят – радость и изумление: «Оказывается, моя строгая мама меня любит и гордится мной! И даже петь умеет!». А еще счастливые и гордые взгляды поющих родителей, обнимающих на сцене своих, убравших «колючки», детей-подростков. Спасибо вам, самые замечательные ученики и их мамочки, папочки, братья и сестры...!

Пробный опыт проекта «Свои, споёмся!» стал хорошим импульсом к взаимопониманию детей и взрослых, сближению их интересов, дальнейшему творческому взаимодействию.

Видеоклип «Свои, споёмся!» музыкально – творческой студии «Добрый день» можно найти на официальном сайте ГБОУ «ДДЮТ» в рубрике «Новости» от 30.04.2019.

**Вопросы, которые дети хотели бы,  
но пока не успели /или не решились/ задать своим родителям**

(Из анкеты «Пять вопросов родителям» /анонимно/)

Как ты оцениваешь мое существование?

*\*На данный момент я являюсь трудным ребенком?*

*\*Я ленивый?*

*\*Считаете ли вы меня умной, ответственной?*

*\*Какие качества вы во мне цените?*

*\*Думаете, что я могу учиться лучше?*

*\*Как ты относишься к тому, что у меня в комнате висит флаг ЛГБТ.*

Считаете ли вы, что я осуществила ваши мечты?

*\*Узнаете ли себя в своем ребенке?*

*\*Увидели ли вы во мне то, что хотели?*

*\*Довольны ли вы успехами вашего ребенка?*

*\*Вы мной гордитесь?*

*\*Есть ли детские мечты, которые не сбылись, и вы бы хотели воплотить их во мне?*

Кем вы хотели стать в детстве?

*\*Когда вы поняли, кем хотите стать?*

*\*Сошлись ли ваши мечты и реальность?*

*\*Какая была ваша первая работа?*

*\* Хотели бы вы изменить какой-нибудь свой выбор?*

Кем, по твоему мнению, я могу стать?

*\*Какой бы вы хотели видеть меня в будущем?*

*\*Мама, ты считаешь, у меня получится стать артистом?*

Самое яркое воспоминание, связанное со мной?

*\*Каким ребенком я была в детстве?*

*\*Почему вы дали мне это имя?*

*\*Сколько детей вы планировали изначально? А хотели бы еще одного?*

*\*Какое было мое первое слово?*

*\*Ваша первая ссора с ребенком?*

*\*Когда с вашим ребенком было особенно тяжело?*

*\*Вы думали, что у меня будет трудный характер?*

*\*Расскажите о самых забавных моментах с вашими детьми.*

*\*Теряли ли вы ребенка в магазине?*

*\*Кто чаще вставал меня успокаивать ночью?*

*\*Я приемная?*

*\*Как ты относишься к занятиям дочери?*

*\*Вы хотели бы заниматься в студии вместе с вашим ребенком?*

Самое незабываемое событие в вашем детстве?

*\*Ругали ли вас родители?*

*\*Много ли было у вас друзей?*

*\*Было ли у вас домашнее животное?*

*\*А ты сама любила манную кашу?*

*\*Что вы очень хотели купить в детстве*

*\*Чем ты увлекалась в моем возрасте?*

*\*Какой предмет в школе был любимым и нелюбимый? \**

Родители, как вы познакомились?

*\*Как вы поняли, что готовы к семейной жизни?*

*\* Мама, при каких обстоятельствах папа сделал тебе предложение?*

Какое у вас хобби? \*Какая твоя мечта?

*\*Ты любишь животных?*

*\*Какие цветы тебе нравятся?*

*\*Нравится ли море?*

*\* Как относишься к фламинго?*

*\*Вы видели динозавров?*

*\*Родители, кого бы вы хотели взять из животных?*

*\*В каком мультике вы бы хотели жить?*

*\*Как бы вы назвали столицу вашего государства?*

*\* Боитесь ли вы публичных выступлений?*

*\*А чем вы занимаетесь, когда детей нет дома?*

*\*Многому ли вас научила жизнь с ребенком? Если да, то - что было самым ценным из того, чему вы научились?*

*\*Могли бы вы проводить со мной больше времени?*

*\*Что ты будешь делать, когда я уеду учиться?*

**Вопросы, которые родители хотели бы,  
но пока не успели /или не решились/ задать своим детям**

(Из анкеты «Пять вопросов моему ребенку» /анонимно/)

\*Что тебя волнует больше всего, можем ли мы тебе помочь?

*\*Что бы могли родители сделать для тебя, чтобы ты был счастливее?*

*\*Как ты считаешь, родители тебя понимают, ты чувствуешь их поддержку?*

*\*Счастлив ли ты?*

*\*Каких эмоций тебе не хватает?*

\*Что значит для тебя семья?

- \*Как ты можешь охарактеризовать свою семью?*
- \*Что бы ты хотел изменить или ввести новое в своей семье?*
- \*Как ты видишь свое личное пространство в нашем доме?*
- \*Всегда ли советуешься со своими родителями?*
- \*Почему дети не слушаются своих родителей?*
- \*За что ты любишь родителей?*
- \*Что больше всего нравится и не нравится в родителях?*
- \*Какой самый запоминающийся момент детства?*
- \*Как ты думаешь, быть родителем – это сложно или легко?*
- \*Почитаешь ли ты своих родителей?*
- \*Будешь ли ты приводить ко мне своих детей?*
- \*Что значит для тебя твое образование?*
- \* Если бы ты была /был/ мамой /папой/, что бы ты сказала/ сказал/ своему ребенку о важности учиться?*
- \*О чем ты мечтаешь?*
- \*Твоя самая значимая мечта на сегодняшний день?*
- \*Как ты видишь себя через 10 лет, 20 лет?*
- \*Кем хочешь быть? Стать в будущем?*
- \*Каким человеком ты хочешь быть?*
- \*Понимаешь ли ты себя?*
- \*Что для тебя важно?*
- \*Как можешь себя охарактеризовать?*
- \*Какие качества характера ты считаешь в себе самыми крутыми (достойными)?*
- \*Как относишься к окружающим - к учителям, родным, друзьям, одноклассникам?*
- \* Что для тебя важно во взаимоотношениях с ровесниками?*
- \*Что бы ты в себе изменил? Что для этого нужно?*
- \*Умеешь ли ты любить, прощать, понимать других людей?*
- \*Что для тебя значит доброта и самоотдача?*

*\*«Пять принципов, которые я никогда не нарушу». Для тебя это - ....? \*Я хочу, чтобы ты ответила себе на вопросы: Я хочу быть...Я хочу стать... Я хочу узнать... Я хочу увидеть... Я пришла в этот мир для того, чтобы....?*

*\*Как ты считаешь, что значит - настоящий друг?*

*\*Что такое дружба?*

*\*Достаточно у тебя друзей или нет?*

*\*Хотел бы ты, чтобы брат был тебе лучшим другом?*

*\*Как относишься к вредным привычкам?*

*\*Ты пробовала когда-нибудь курить?*

*\*Совершила ли ты поступок, о котором не рассказала родителям?*

*\*Часто ли обманываешь родителей?*

*\*Были ли у тебя ...отношения?*

*\*Чему-нибудь подражали из того, что видели в кино? Чему именно и почему?*

Возможно, и вам когда-нибудь захочется поговорить со своими близкими. У каждого есть свои незадаанные пока вопросы...

### ***Мозаика опыта***

#### **Образовательный проект «Художественная галерея»**

*Минина Екатерина Павловна,*

*педагог дополнительного образования*

*МБОУДО ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР, г. Северодвинск*

#### **ПАСПОРТ ПРОЕКТА**

1. Наименование проекта	Проект «Художественная галерея»
2. Основание для разработки проекта	Проект станет толчком к росту культурных, интеллектуальных и эстетических интересов

	школьников.
3. Разработчик	Минина Екатерина Павловна, педагог дополнительного образования МБОУДО ДЮЦ, г. Северодвинск
4. Цель проекта	популяризация различных видов декоративно-прикладного и изобразительного творчества через знакомство с произведениями искусства
5. Задачи проекта,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повышение уровня художественного образования, расширение кругозора детей;</li> <li>- развития у обучающихся наблюдательности, образного мышления, зрительной памяти, художественного видения красоты формы и цвета;</li> <li>- стимулирование обучающихся на создание новых творческих работ;</li> <li>- создание ситуаций успеха для обучающихся,</li> <li>- развитие познавательного интереса к истории искусств;</li> <li style="padding-left: 20px;">- способствование активизации познавательного интереса школьников к современным и традиционным видам декоративно-прикладного творчества.</li> </ul>
6.Сроки и этапы реализации проекта	В течение учебного года
7. Исполнители проекта	Педагогический коллектив и администрация МБОУДО ДЮЦ
8. Источники финансирования	Внебюджетные средства.
9.Ожидаемые конечные результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>- углубление знаний о традициях, обычаях и культуре страны, родного края;</li> <li>- формирование любви и бережного отношения к своей</li> </ul>

<p>реализации Программы</p>	<p>малой родине;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие творческих способностей школьников;</li> <li>- формирование интереса школьников к современным и традиционным видам изобразительного искусства и декоративно-прикладного творчества;</li> <li>- расширение кругозора детей в области художественной культуры;</li> <li>- развитие у обучающихся наблюдательности, образного мышления, зрительной памяти, художественного видения красоты формы и цвета</li> </ul>
---------------------------------	---

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Изобразительное искусство оказывает большое влияние на общее воспитание, образование и развитие школьников. Занятия изобразительным искусством призваны формировать эстетическое отношение к предметам и явлениям действительности, умение видеть и активно утверждать прекрасное в человеческих отношениях, в труде, природе, искусстве, приобщать школьников к художественному творчеству, формировать стремление посильно участвовать в охране природы, памятников культуры, в заботе о красоте родного края, школы, своего дома. Для того, чтобы у детей проявился интерес к изобразительному искусству и желание заниматься художественным творчеством, необходимо, в первую очередь, создать для обучающихся атмосферу, способствующую возникновению мотивации к обучению. Именно правильная мотивация обуславливает возможность выполнения остальных задач, стоящих перед педагогом. Под такой мотивацией мы понимаем погружение обучающихся в мир культурных ценностей, культурного наследия своей страны, своего региона.

Актуальность погружения школьников в мир «культурного наследия» в том числе и наследия родного края обусловлена необходимостью формирования свободной, ответственной, духовно богатой личности,

способной оптимально грамотно взаимодействовать с окружающим миром, осознающей его ценности и бережно к ним относящейся.

Использование материала, отражающего систему художественной культуры, в воспитательном процессе приобретает особую важность как фактор социализации личности, условие формирования гражданственности, патриотизма. Познание культурного наследия страны, региона, являющегося составной частью окружающего мира и отражающего историческое развитие общества, помогает также человеку понять значимость прошлого для настоящего и будущего, что способствует становлению исторического сознания.

Очень часто в преподавании изобразительного искусства встречается проблема отсутствия элементарных знаний в области художественной культуры. Обучающиеся начальной школы лишены возможности знакомиться с шедеврами русского классического изобразительного искусства и творчеством северных умельцев в школе, поэтому эту задачу может взять на себя дополнительное образование. Этот пробел можно компенсировать в процессе знакомства детей с репродукциями произведений классической живописи, с лучшими образцами русского искусства, а также с народными северными ремёслами.

Проект «Художественная галерея» является одним из условий для педагогически целесообразного, эмоционально привлекательного досуга обучающихся, удовлетворения потребностей в новизне впечатлений, творческой самореализации и интеллектуальном развитии, что включало бы в себя труд, познание, искусство, культуру. Проект станет толчком к росту культурных, интеллектуальных и эстетических интересов школьников. Проект реализуется в рамках плана воспитательных мероприятий изостудии «Страна рисования» Детско-юношеского центра.

**Цель проекта:** популяризация различных видов декоративно-прикладного и изобразительного творчества через знакомство с произведениями искусства.



### **Задачи:**

- повышение уровня художественного образования, расширение кругозора детей;
- развитие у обучающихся наблюдательности, образного мышления, зрительной памяти, художественного видения красоты формы и цвета;
- стимулирование обучающихся на создание новых творческих работ;
- создание ситуаций успеха для обучающихся,
- развитие познавательного интереса к истории искусств;
- содействие активизации познавательного интереса школьников к современным и традиционным видам декоративно-прикладного творчества.

**Срок реализации проекта:** в течение учебного года.

**Целевая группа, на которую рассчитан проект:** школьники восьми – десяти лет, обучающиеся изостудии «Страна рисования».

**Место и время проведения:** МБОУДО ДЮЦ города Северодвинска.

### **Этапы реализации проекта.**

1. Подготовительный этап: планирование мероприятий в рамках реализации проекта.
2. Основной этап: проведение различных форм работы по приобретению обучающимися знаний в области художественной культуры.
3. Итогово-обобщающий этап: проведение итоговой диагностики эффективности реализации проведённых мероприятий. Определение дальнейших перспектив развития деятельности.

### **План реализации проекта.**

<b>Сроки</b>	<b>Тематика</b>
Сентябрь	Планирование мероприятий в рамках реализации проекта.
Октябрь	Демонстрация презентации о видах изобразительной деятельности: живопись, графика, скульптура, декоративно-прикладное искусство.
Ноябрь	Показ видеofilmа о жанре изобразительного искусства –

	натюрморт, викторина по итогам просмотра фильма.
Декабрь	Беседа о жанре изобразительного искусства - пейзаж. Игра «Знатоки пейзажа».
Январь	Демонстрация презентации о жанре изобразительного искусства – портрет. Мастер-класс «Портрет любимого учителя».
Февраль	Демонстрация презентации о художниках-иллюстраторах и художниках-анималистах. Выполнение творческих заданий в командах.
Март	Знакомство с народными художественными промыслами и декоративно-прикладным творчеством. Мастер-класс «Народный умелец».
Апрель	Беседа о красоте родной северной природы в творчестве русских художников, искусстве родного края, художниках Архангельской области. Игра-викторина.
Май	Проведение итоговой диагностики эффективности реализации проведённых мероприятий. Определение дальнейших перспектив развития деятельности.

### **Ожидаемые результаты:**

- углубление знаний о традициях, обычаях и культуре страны, родного края;
- формирование любви и бережного отношения к своей малой родине;
- развитие творческих способностей школьников;
- формирование интереса школьников к современным и традиционным видам изобразительного искусства и декоративно-прикладного творчества;
- расширение кругозора детей в области художественной культуры;
- развитие у обучающихся наблюдательности, образного мышления, зрительной памяти, художественного видения красоты формы и цвета.

### Диагностика реализации проекта

Сроки	Вид контроля	Объект контроля	Цель	Метод оценки
Сентябрь	Входной контроль	Участники проекта	- определение уровня мотивации, настроения на занятия по проекту - определение базового уровня знаний о художественной культуре	- беседа, - тестовая методика учебной мотивации
Май	Итоговый контроль, диагностика	Участники проекта	- уровень освоения базовых понятий художественной культуры - определение уровня мотивации на занятия	- беседа, - наблюдение, анкетирование по результатам основного этапа

### Кадровое обеспечение

Кадры	Функционал
Заведующая отделом ДПТ	Общее руководство проектом
Педагог дополнительного образования	Координация образовательной деятельности в ходе проекта
Методисты	Разработка диагностического материала
Педагоги-организаторы	Проведение досуговых мероприятий

## **Материально-техническое обеспечение**

1. Учебный кабинет, конференц-зал для проведения воспитательных мероприятий.
2. Мультимедийное оборудование: ноутбук, мультимедийный проектор, интерактивная доска – демонстрация презентаций.
3. Оборудование: доска магнитно-маркерная, ножницы, бумага, краски, кисти, восковые мелки, карандаши, иллюстрации, образцы изделий ДПТ, материалы для мастер-классов.

## **Методическое обеспечение.**

Эффективность развития творческого воображения во многом зависит от того, какие методы и приемы использует педагог в работе обучающихся. На занятиях будут применяться разные методы. В первой части занятия — словесные методы и приемы (рассказ, беседа, инструктаж, объяснения, чтение художественной литературы и т. д.), а также наглядные методы и приемы (использование схем, технологических карт, рассматривание тематических альбомов, иллюстраций, презентаций).

Во второй части — практические методы (упражнения и экспериментирование); игровые методы (дидактические, творческие, развивающие игры), викторины, мастер-классы.

Все эти методы в процессе работы с детьми используются в совокупности, в различных комбинациях друг с другом.

Главное в беседе - это тщательно продуманная система вопросов, постепенно подводящих обучающихся к получению новых знаний. При подготовке к беседе, педагог, как правило, должен намечать основные, дополнительные, наводящие и уточняющие вопросы.

Отбирая произведения изобразительного искусства и составляя список художников для изучения школьниками, педагог должен руководствоваться следующими принципами:

- художественно-эстетической ценностью произведений изобразительного искусства;
- разнообразием видов и жанров изобразительного искусства;
- традиционностью видов народного творчества;
- единством эстетического восприятия и художественной практики обучающихся.

### **Специальная физическая подготовка в парах с предметами в художественной гимнастике**

*Колодий Любовь Ярославовна,  
педагог дополнительного образования  
ГБОУ «ДДЮТ»*

Возросшие требования к физическому воспитанию гимнасток диктуют необходимость поиска новых путей и организационно-методических решений, обеспечивающих повышение качества двигательной деятельности, необходимой для достижения и поддержания высокого уровня здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Особую актуальность приобретает выбор методов обучения, адекватных уровню физической подготовленности, оптимальной двигательной активности и возрастным особенностям обучающихся.

В данной статье предлагается комплекс упражнений по специальной физической подготовке в парах с предметом (мячом) в художественной гимнастике. Использование комплекса позволяет решать сразу несколько задач в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Гармония в движении». Программа рассчитана на обучающихся 12-18 лет и реализуется в течении трех лет.

Упражнения можно выполнять и в тройках. Возрастных ограничений нет, важна физическая подготовленность воспитанниц. Данный комплекс упражнений является только частью занятия. Упражнения рекомендуется

вводить со второго года обучения после разучивания базовых движений постепенно, чередуя их на разных занятиях.

Регулярное применение упражнений на занятиях по художественной гимнастике позволяет:

- подготовить гимнасток к выступлениям в групповых упражнениях;
- научить работе в команде;
- совершенствовать физическую и функциональную подготовленность;
- осуществлять работу с предметом более четко и качественно;
- уменьшить «боязнь предмета» в групповых и личных выступлениях;
- повысить интерес к занятиям.

Комплекс упражнений представлен в виде таблицы. В первой графе описаны упражнения, во второй даны методические рекомендации по выполнению данных упражнений.

Материалы подготовлены на основе личного опыта и обобщенного опыта коллег. Они могут быть полезны педагогам, тренерам по художественной гимнастике. Отдельные упражнения могут использовать педагоги и тренеры других смежных спортивных направлений.

**Комплекс упражнений по специальной физической подготовке в парах с предметами в художественной гимнастике**

<b>№</b>	<b>Упражнения</b>	<b>Методические рекомендации</b>
1	Обучающиеся стоят лицом друг к другу в парах, держат мяч в одной руке. Выполняют одновременно волны телом с последующей переброской друг другу мяча и ловлей в одну руку.	Броски должны выполняться сразу с волн, не останавливаясь и слитно, а каждая следующая волна должна идти сразу с ловли.
2	Одна гимнастка стоит на коленях, один мяч лежит на стопах, второй	Задача первой гимнастки – не потерять мяч, который лежит на

	<p>в руках. Вторая гимнастка лежит сзади, лицом к партнеру на животе. Первая делает наклон назад и скатывает мяч по рукам и телу второй. Вторая ловит с переката мяч в ноги. Делает перекат телом, мяч в стопах и передает партнеру. Первая гимнастка выпрямляется.</p>	<p>стопах. Для этого стопы должны быть сильно натянуты, пальцы с пола подняты, колени вместе. Задача второй гимнастки – прокатить мяч без помощи до конца ног, взять также без помощи ног и качественно передать ногами первому.</p>
3	<p>Одна гимнастка стоит в «планке», мяч на шее в балансе. Вторая лежит на животе, лицом к первой. Сделать перекат, взять мяч ногами, лечь на живот. Сделать перекат, положить мяч обратно с помощью ног.</p>	<p>Первая гимнастка должна стоять ровно, живот подтянут, спина прямая, колени прямые, пятки вместе. Стопы на себя. Вторая должна работать в темпе, не задерживаясь, четко взять мяч и положить обратно так, чтобы он не скатился с партнера.</p>
4	<p>Лежа на спине головами друг к другу, гимнастки держат по одному мячу в руках, третий мяч – в ногах у первой гимнастки (можно использовать любой предмет, который можно зажать стопами). Первая гимнастка делает стойку «березка» с мячом, зажатым в ногах, второй мяч передает вокруг спины. В это время вторая гимнастка делает «складочку», разводя ноги в веревочку с отбивом мяча перед</p>	<p>Основная задача – скоординировать свои движения, выполнить упражнение в темпе. При передаче мяча вокруг себя нельзя касаться тела, работать «длинными руками», нельзя зажимать мяч кистью, он должен лежать на ладони.</p>

	<p>собой. Далее обе гимнастки ложатся на спину, ноги подняты вертикально вверх. Из этого положения гимнасткам нужно выйти в «березку» и передать мяч (другой предмет) из ног в ноги.</p>	
5	<p>Работа с одним мячом. Гимнастки лежат на животе лицом друг к другу. Мяч находится в ногах у одной из гимнасток. Гимнастки выполняют перекат телом навстречу друг другу и передают мяч из ног в ноги.</p>	<p>Работать нужно в быстром темпе, передавать мяч четко. Гимнастка, передающая мяч, держит ноги ровно. Гимнастка, принимающая мяч, работает ногами «крестом», одну ногу держит чуть ниже другой.</p>
6	<p>Работа с двумя мячами. Гимнастки сидят на полу лицом друг к другу. Выполняют переброску, ловят мяч в кат по рукам и спине в положении «складочка», стопы на себя. Мяч нужно поймать руками сзади, выпрямиться, стопы натянуть. Сделать обратный кат по спине в положении «складочки», стопы на себя, выпрямиться и сделать бросок.</p>	<p>Выполнять небольшие переброски. Задача данного упражнения – почувствовать друг друга и найти правильное усилие для броска, чтобы мяч не перелетал через партнера, а ложился четко на кисти. Кат после ловли выполняется по прямым рукам в положении «складочки». Обратный кат также выполняется по прямым рукам. Необходимо следить, чтобы голова была спрятана под руками. Пятки в течении всего упражнения на полу не лежат, работают только стопы.</p>
7	<p>Одна гимнастка лежит в положении «кобра», вторая стоит</p>	<p>Для эффективного выполнения упражнения второй гимнастке</p>



	<p>на уровне коленей первой в положении «ноги врозь». Первая гимнастка держит за ноги вторую, мяч зажат в спине гимнастки, которая лежит на полу. Вторая гимнастка держит мяч в двух руках над головой. Вторая гимнастка наклоняется назад, кладет мяч в ноги первой, возвращается обратно. Снова делает наклон, забирает мяч.</p>	<p>рекомендуется стоять как можно дальше от коленей первой гимнастки и держать ее за ноги прямыми руками. Серию наклонов выполнять в быстром темпе. Первая гимнастка не должна опускать тело, ей необходимо растянуть плечевой пояс. Колени прямые, стопы натянуты. Вторая гимнастка выполняет наклон назад без перехода в положение «мост».</p>
8	<p>Стоя спиной друг к другу, гимнастки работают одним мячом. Первая гимнастка с мячом делает наклон назад, вторая выполняет наклон вперед, руками тянется между ног назад. Во время наклонов передают мяч из рук в руки.</p>	<p>Упражнение рекомендуется выполнять в быстром темпе, следить за тем, чтобы наклон назад не переходил в положение «мост».</p>
9	<p>Стоя спиной друг к другу, гимнастки работают одним мячом. Первая гимнастка делает скручивание в одну сторону, а вторая – в противоположную. В этот момент они передают друг другу мяч. Повторяют упражнение в другую сторону. Затем вместе делают наклон назад, передавая мяч друг другу.</p>	<p>Упражнение рекомендуется выполнять в быстром темпе. При передаче во время скручивания мяч не зажимать, передавать с ладони в ладонь. При наклоне назад мяч можно передавать как двумя, так и одной рукой.</p>

10	<p>Одна гимнастка стоит впереди другой и держит два мяча. Наклоном назад в шпагат с фиксацией положения в заднем равновесии передает мяч другой гимнастке, которая в это время выполняет «равновесие планше» махом, берет мячи, выкручивая кисти, встает поворачиваясь к партнеру спиной. Повторяют упражнение.</p>	<p>Наклон и мах в глубокое равновесие выполняются одновременно, передача мячей происходит непосредственно в форме элементов художественной гимнастики у двух гимнасток, а не взятия предмета и взятия формы элемента отдельно. Элементы выполняются качественно, по всем правилам: ровный таз, прямые «длинные руки», прямые колени. Для усложнения можно надеть на ноги резины для растяжки.</p>
11	<p>Гимнастки лежат на спине с двух сторон от скамейки, пятки на скамейке. Держат мяч в одной руке. По команде одновременно садятся и передают мяч друг другу.</p>	<p>Мяч рекомендуется передавать с ладони на ладонь в положении «складочка». Колени не сгибать, стопы держать вместе, руки прямые.</p>
12	<p>Одна гимнастка лежит на животе, стопы на скамейке. Вторая гимнастка сидит с другой стороны скамейки, пятки на скамейке. Первая гимнастка делает «кобру», держит мяч в руках и передает его второй, опускается обратно, руки прямые над головой. Вторая скатывает мяч по ногам первой.</p>	<p>Упражнение рекомендуется выполнять прямыми руками, в быстром темпе. Колени натянуты, пятки вместе, стопы натянуты. Передача предмета идет через «складки» (вперед и назад), мяч прокатывают по ровному телу, голова убрана под руки так, чтобы мяч прокатился без остановки сразу в кисть.</p>

13	<p>Одна гимнастка лежит на спине, ноги в положении открытой «бабочки», мяч держит в руках. Вторая гимнастка встает в планку с опорой на колени первой. Первая гимнастка делает подъемы корпусом с передачей мяча за головой второй. Ложится обратно. Поднимает корпус, делает несколько передач мяча из руки в руку вокруг рук другой гимнастки, снова ложится на пол. Поднимает корпус, кладет мяч за голову второй, мяч катится по телу партнерши в ноги. Вторая гимнастка ловит мяч стопами и делает возвратный кат по полу с помощью ног.</p>	<p>У гимнастки, которая лежит на полу, стопы натянуты, пятки приподняты с пола. Гимнастка в планке должна стоять ровно, таз подтянут, спина ровная, пятки вместе, взгляд в пол.</p>
14	<p>Одна гимнастка сидит на полу в положении «складочки», стопы на себя, вторая гимнастка сидит на спине первой и руками поднимает ноги партнерши над полом, держа ее за пятки. Первая гимнастка держит мяч на вытянутых руках и делает подброс с ловлей на тыльную сторону кисти и обратно в ладонь.</p>	<p>Упражнение «Складка» выполняется прямыми ногами, подбросы мяча выполняются за счет рывка в плечевом поясе.</p>
15	<p>Обе гимнастки садятся на шпагат с одной стороны от скамейки,</p>	<p>Шпагат ровный. На колене сзади не стоять, стопы натянуты.</p>

	Переднюю ногу кладут на скамейку. Первая гимнастка делает кат мячом по двум рукам, затем броском под ногой передает мяч второй гимнастке.	
16	Одна гимнастка сидит на шпагате, выполненном на двух возвышенностях. В одной руке она держит мяч, другая рука вытянута в сторону. Вторая гимнастка стоит в каком-либо положении равновесия и держит мяч в свободной руке. Гимнастки выполняют переброски мяча друг другу.	Шпагат ровный, колени прямые, стопы натянуты. Элементы выполняются правильно, как рекомендовано правилами соревнований.
17	Одна гимнастка стоит в «планке», держит мяч на шее в балансе, вторая делает прыжки через нее вправо и влево.	Планка ровная, живот подтянут, спина прямая, пятки вместе, колени прямые, таз подкручен, взгляд опущен вниз. Прыжки рекомендуется выполнять боком, толкаясь вверх и в сторону.
18	Гимнастки лежат на животе лицом друг к другу. Выполняют ногами упражнение «поплыли», перекатывают мячи друг другу четыре раза. Далее нужно взять мяч в руку, поднять корпус, выполнить скручивание вправо и влево с отбивом мяча с переводом из руки	На протяжении выполнения всего упражнения колени и стопы натянуты. При скручивании тела, рукой с мячом касаться противоположной согнутой ноги.

	в руку.	
19	Гимнастки лежат на спине ногами друг к другу. Выполняют «складочку» с переброской из руки в руки, далее выполняют упражнение ногами «поплыли», корпус приподнят над полом, лопатки пола не касаются. Перекидывают мяч из руки в руки четыре раза.	Упражнение выполняется натянутыми коленями и стопами. При выполнении «складочки» рекомендуется животом касаться коленей, подбородок чуть приподнять. Броски и ловли выполнять одной рукой, ловить в «чашечку» из кисти, пальцами мяч не захватывать.
20	Стоя лицом друг к другу, перекидывать друг другу мяч сначала из-под ноги, затем – за спиной. Выполняя упражнение работать противоположными руками и ногами.	Упражнение выполняется на скорость, ловли и броски выполнять одной рукой, мяч не захватывать, работать открытой ладонью, мяч лежит в «чашечке», к запястью мяч прижимать нельзя.
21	Гимнастки выполняют броски друг другу с отбивом от потолка из положения стоя или стоя на коленях.	Упражнение выполняется при наличии потолка высотой не более двух метров. Направлено на развитие скоростных качеств при ловле предмета.
22	Гимнастки перебрасывают мяч друг другу, стоя с двух сторон от станка.	Упражнение развивает умение ловли в кисть, четкого направления мяча на партнера.
23	Гимнастки стоят на коленях лицом друг к другу. У каждой на одноименную стопу и кисть надеты концы резины для растяжки, которая проходит под	При выполнении упражнения рекомендовано работать прямыми руками, стараться бросить мяч в точку, чтобы не было движений на коленях.

<p>коленом. Оба мяча держит одна гимнастка. Она выполняет бросок двумя мячами, выводя руки так, чтобы мяч в руке без резины полетел к партнеру, мяч на руке с резиной перебросился в руку без резины. Затем выполняется бросок свободной рукой партнеру. Партнер ловит сначала один мяч, потом второй.</p>	
--	--

**Методическая разработка  
сценария развлекательного мероприятия «День именинника»**

*Мякушина Светлана Ивановна,  
учитель начальных классов*

*МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 9»*

*г. Северодвинск*

Мероприятие рекомендовано для проведения в группах обучающихся младшего школьного возраста в качестве досугового.

**Цель:** Создание благоприятного психологического климата в детском коллективе.

**Задачи:**

- поздравить именинников, создать праздничную атмосферу;
- развивать у обучающихся мышление, речь, актёрские способности, быстроту и ловкость;
- воспитывать дружеские взаимоотношения в коллективе и взаимовыручку.

**Оборудование:** два кроссворда, несколько газет, три обруча, три ложечки, три апельсина, воздушные шары, музыкальное сопровождение; для

театральной постановки: макет домика, ушки для котёнка, ленточки-лучики для солнышка, бумажные крылья для двух сорок, новогодний дождик для ветерка, комок шуршащей бумаги, шапочки для петушка и трёх курочек, ушки для щенка.

Класс празднично украшен шарами и поздравительными плакатами, которые рисовали сами обучающиеся. Оформление классной доски.

В роли ведущего выступает учитель.

### **Ход праздника.**

Звучит песня «С Днём рождения» в исполнении группы «Барбарики».

*Ведущий:* (в образе звездочета)

В далекой – далекой галактике,  
Средь звезд и их отражений,  
Есть множество маленьких звездочек –  
Созвездие дней рождений.  
И там, на главной планете, живу я один – звездочет.  
В преданьи старом говорится:  
Когда рождается человек,  
Звезда на небе загорится,  
Что бы светить ему весь век.  
Сегодня загорелись звездочки наших именинников.

*Ведущий:* Ночью я, звездочет, составлял гороскоп и узнал, что сегодня в вашем классе отмечается День именинника и пришел к вам в гости.

А еще звезды мне нашептали, что вам были приготовлены подарки, но что-то вы совсем не хотите их получать, говорят, вы плохо себя ведете и совсем не умеете дружить. Неужели это правда?

Поэтому некое созвездие решило спрятать ваши подарки. Чтоб их получить, нужно выполнить несколько заданий и отгадать это созвездие. Начинаем?!

### **Задание 1**

*Ведущий:* А вы знаете, что слово «именины» произошло от слова «имя». Каждое имя имеет свое значение. Сейчас мы узнаем, что означают имена наших именинников:

1. Это имя имеет древнеримское происхождение. Произошло оно от римского имени «Антоний», которое в Римской империи считалось аристократическим. Трактовка имени — «вступить в бой» или «достойный похвалы». По другой версии это имя могло произойти от греческого слова «anthos», что переводится как «цветок» или «цвет». (Антон)

2. Происхождение этого имени – древнегреческое. Судя по основным данным, буквальная трактовка этого имени звучит как «посвященный Деметре». Деметра же, к слову, является Богиней земли, плодородия и земледельцев. В буквальном переводе «Деметра» означает «Мать Земли». (Дмитрий).

3. По происхождению это женское имя является древнееврейским. Более того, оно считается библейским именем. Произошло же от слова, переводящегося как «горькая», «желанная» или «безмятежная». Версий перевода этого имени много, и сказать точно, что оно значит, достаточно трудно. (Мария)

4. Это имя имеет древнегреческие корни. В переводе означает «божественная», хотя существуют и другие версии. Сейчас популярно во многих странах мира, но произносится везде по-разному. В греческой мифологии тесно связано с Богиней Артемидой. (Диана)

5. Это имя является древнегреческим по происхождению и пришло к нам вместе с язычеством прямым из Древней Греции. Более того, оно пережило целые века и, в конце концов, даже было принято православной церковью. Буквальная же трактовка этого имени означает «владыка» или «господин». (Кирилл)

6. Это имя еврейского происхождения. Современное звучание этого имени возникло относительно недавно. В переводе с древнееврейского языка означает «дарованный Богом». По другой версии может трактоваться как



«человек Бога» или «дар Бога». (Матвей)

*Ведущий:* Вы все большие молодцы! Вы получаете первую звезду.

## **Задание 2**

*Ведущий:* Для выполнения следующего задания именинникам необходимо разделиться на две команды. Кроссворд, который необходимо разгадать командам, посвящен астрономии. Если вы правильно ответите на все вопросы, то в выделенных клеточках можно прочесть загаданное слово.

Каждой команде предлагается свой кроссворд. Время выполнения – две минуты.

Вопросы кроссворда:

1. Прибор, который используют в работе астрономы (телескоп).
2. Планета-гигант, которая названа в честь бога Олимпа, повелителя молний. Она в сотни раз больше Земли и окружена 16 спутниками. (Юпитер.)
3. Человек, который летает в космос (космонавт).
4. Планета, на которой живем мы (Земля).
5. Эта планета Солнечной системы носит имя богини красоты и любви, самая яркая планета, затмевающая своим блеском все звезды. (Венера.)
6. Солнце – это... (звезда)
7. Модель Земли (глобус).
8. Небесное тело, вращающееся вокруг Солнца и имеющее хвост (комета)
9. Небесное тело, вращающееся по орбите вокруг звезды или ее остатков (планета).

*Ведущий:* Пока ребята разгадывают кроссворд, мы с вами будем отгадывать загадки.

### Загадки.

1. Брат с братом через дорогу живут, а один другого не видит. (Глаза)
2. Набита пухом, лежит под ухом. (Подушка)
3. Бьют Ермилку по затылку - он не плачет, ножку прячет. (Гвоздь)
4. Принялась кума за дело, заиграла и запела, ела, ела дуб, дуб, поломала зуб, зуб. (Пила)
5. Стучит, бренчит, вертится, считает свой век, а не человек. (Часы)
6. Черный Ивашка - деревянная рубашка, где носом поведет, там заметку кладет. (Карандаш)
7. Стоит Антошка на одной ножке, его ищут, а он не откликается. (Гриб)
8. Поднялись ворота - всему миру красота. (Радуга)
9. Чего не обнесешь вокруг хаты? (Воду в решете)
10. Сколько яиц можно съесть натощак? (Только одно: после первого уже будет не натощак)
11. По чему собака бегают? (По земле)
12. За чем язык во рту? (За зубами)
13. Когда лошадь покупают, какая она бывает? (Мокрая)
14. Как сорвать ветку, чтобы не спугнуть птицу? (Надо подождать, пока она улетит)
15. Несла бабка на базар сто яиц, а дно упало. Сколько яиц осталось в корзинке? (Ни одного, ведь дно упало)
16. Как написать "сухая трава" четырьмя буквами? (Сено)
17. Когда черной кошке легче всего пробраться в дом? (Когда дверь открыта)
18. Под каким деревом сидит заяц во время дождя? (Под мокрым)

*Если дети затрудняются ответить на вопросы – берут помощь родителей.*

*Ведущий:* Молодцы! Итак, наши именинники разгадали кроссворд и нашли ключевое слово – «сказка». За это вы получаете еще одну звезду и подсказку для следующего конкурса.

### Задание 3

## Театр - экспромт

*Ведущий:* А сейчас я предлагаю вам поиграть в театр-экспромт. Желающие выбирают для себя роль и получают снаряжение:

- котёнок - ушки;
- солнце - ленточки-лучики;
- две сороки - бумажные крылья;
- ветерок - дождик (новогоднее украшение);
- бумажка - комок шуршащей бумаги;
- петушок -шапочка петушка;
- три курочки - шапочки с изображением курочек;
- щенок - ушки.

*Ведущий читает текст, юные актёры показывают.*

Сегодня котёнок впервые вышел из дому. Было теплое летнее утро, солнце раскидывало свои лучи во все стороны. Котенок уселся на крылечко и стал щуриться на солнце. Вдруг его внимание привлекли две сороки, которые прилетели и сели на забор. Котенок медленно сполз с крылечка и стал подкрадываться к птицам. Сороки стрекотали не умолкая. Котенок высоко подпрыгнул, но сороки улетели. Ничего не вышло. Котенок стал оглядываться по сторонам в поисках новых приключений. Дул легкий ветерок и гнал по земле бумажку. Бумажка громко шуршала. Котенок схватил её, поцарапал немного, покусал и не найдя в ней ничего интересного отпустил. Бумажка улетела, подгоняемая ветром. И тут котенок увидел петуха. Высоко поднимая ноги, тот важно шел по двору. Затем остановился, захлопал крыльями и пропел свою звонкую песню. Со всех сторон к петуху бросились куры. Недолго думая, котенок бросился в стаю и схватил одну курицу за хвост. Но та так больно клюнула котенка, что он замыкал и побежал обратно на крыльцо. Тут его поджидала новая опасность. Соседский щенок, припадая на передние лапы, громко залаял на котенка, а потом попытался укусить его. Котенок в ответ громко зашипел, выпустил когти и ударил собаку по носу. Щенок убежал, жалобно поскуливая, котенок

почувствовал себя победителем. Он началлизывать рану, нанесенную курицей. Потом он почесал задней лапой за ухом, растянулся на крыльчке во весь свой рост и заснул. Что ему снилось, мы не знаем, но он почему то все время дергал лапой и шевелил во сне усами. Так закончилось первое знакомство котенка с улицей.

*Ведущий:* Вы все – замечательные актёры! У нас получилась отличная постановка. Получайте еще одну звезду.

#### **Задание 4**

*Ведущий:* Для следующего конкурса нам понадобятся ножницы и платок. Каждый игрок, завязав себе глаза, должен срезать для себя сладкий приз. Внутри подарка есть звездочка с пожеланиями. Подарите ее любому имениннику.

*Ведущий:* Молодцы, еще одна звезда ваша.

#### **Задание 5**

*Ведущий:* В соседнем кабинете между столами и стульями протянута нитка, на конце которой привязана очередная звездочка. Соберите нитку в клубок и достаньте звездочку.

#### **Задание 6**

*Ведущий:* Следующую звезду вы получите, если назовете комплименты нашим именинникам на каждую букву их имени.

#### **Задание 7**

*Ведущий:* Последнюю звезду вы получите, если назовете созвездие, которое иначе называют Большим ковшом.

*Ведущий:* На каждой звездочке, полученной вами сегодня, есть цифра. Попробуйте составить название созвездия, используя эти цифры на звездах.

*Ведущий:* Вы догадались, кто украл у вас подарки?

*Ведущий:* Мы с Медведицей считаем, что вы – очень сплоченный коллектив.

Медведица готова вам отдать подарки, но чтоб отгадать, где они лежат и получить последнюю подсказку, вы должны станцевать зажигательный танец с именинниками. Самые активные получают сладкий приз.

(Подарки именинникам спрятаны за созвездием Большой медведицы).

*Ведущий:* МОЛОДЦЫ! И подарки нашли, и все загадки Медведицы разгадали, и астрономию повторили. Доказали, что вы самые дружные ребята!!!

Дорогие именинники!  
Всех сердечно поздравляем,  
Счастья, радости желаем!  
В школе хорошо учиться,  
Честно, от души трудиться.  
С физкультурой дружить,  
Крепкой дружбой дорожить!  
Не болеть, не унывать.  
Дома старшим помогать.  
Чтоб покинуло ненастье ваши души навсегда,  
Всем желаем солнца, счастья  
И улыбок на года!

*Ведущий:* Давайте еще раз поздравим наших ребят. (Дети хлопают в ладоши и кричат «Поздравляем»).

*Ведущий:* А теперь, мои друзья, пойдёмте пить чай!

### **Методическая разработка занятия на тему**

#### **«Природа Архангельской области»**

*Буланович Наталия Ивановна,*

*учитель-логопед МБДОУ «Детский сад № 17 « Ручеек», г. Северодвинск;*

*Поршнева Светлана Васильевна,*

*воспитатель МБДОУ «Детский сад № 17 « Ручеек», г. Северодвинск*

Занятие рекомендовано для обучающихся пяти – семи лет.

**Цель:** формирование познавательного интереса у детей через расширение знаний о животном мире Архангельской области.

**Задачи:**

- расширить и уточнить знания о животном мире Архангельской области;
- тренировать навыки формирования связного речевого высказывания;
- продолжить формирование умений выявлять, абстрагировать и называть свойства предметов по карточкам-моделям;
- продолжить формирование навыка ориентировки на плоскости;
- закрепить знание геометрических фигур, развивать умение анализировать форму изображений в целом;
- развивать память, мышление, внимание, воображение;
- активизировать словарь по теме занятия (белый медведь, песец, тюлень, морж, морской котик, тупик, кайра, северный олень, полярная сова, поморник, нора, льдина, уханье, дрейфовать, заповедники, национальные парки, заказники)
- воспитывать любовь и интерес к родному краю.

**Образовательные области:** речевое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие.

**Предварительная работа:** чтение детских энциклопедий, рассказов М. Пришвина, Г. Снегирёва, С. Устинова, В. Киселёва; рассмотрение иллюстраций; проведение дидактических игр: "Угадай на что похоже", «Четвертый лишний», «Кто где живет?», «Путешествие по Архангельской области», «Край, в котором мы живем», «Путешествие на льдине», «За полярным кругом», « В гости к белому медведю»; сюжетно-ролевая игра " Мы полярники", «Заказник» (написание письма мудрой сове); посещение краеведческого музея; знакомство с Красной книгой Архангельской области.

**Оборудование и материалы:** аудиозапись (крик совы), письмо Совы, шишки, иллюстрации животных и птиц Крайнего Севера, разрезные картинки, геометрические фигуры, рисунки животных в разных позах, карточки с изображениями животных (разное количество), силуэты животных, сухой бассейн, схемы жилищ животных; план группы (на каждую пару детей), мелкие игрушки животных, наборы геометрических фигур, таблицы 3\*3 клетки, карта Архангельской области, клей, блокноты.

**Ход занятия:**

Звучит в записи уханье совы.

*Логопед:* Дети, как вы думаете, что это за звуки? А ты как предполагаешь? (Педагог задает вопрос, стимулируя обучающихся на разные формы ответа)

*Воспитатель:* Правильно. А вот и письмо от Совы. Хотите я вам его прочту?

«Дорогие ребята! Я получила ваше письмо, где вы рассказываете мне о вашем клубе «Почемучек». Это так здорово, когда человек стремится узнать что-то новое. Предлагаю вам новые испытания. Если вы справитесь с заданиями, то вас ждет необычный сюрприз. Предлагаю вам путешествие по крайнему Северу. Задания находятся в секретных местах. Эти места обозначены на планах».

*Логопед:* Дети, а вы не передумали пройти через испытания мудрой Совы"? А трудностей не боитесь? Какой девиз поможет нам? (дети хором произносят девиз игры: «Один за всех и все за одного»).

Для проведения игры дети при помощи взрослых распределяются на пары – мини-группы из двух человек (например, первая пара: имена детей начинаются на звук «а»; вторая пара: имя девочки начинается на слог «ка», мальчика «се»...) и получают планы группы, на которых отмечены «секретные места» с заданиями. Следуя плану, участники игры находят в «секретных местах» шишки с номером. Эти номера становятся номером мини-группы и одновременно номером задания в игре.

*Воспитатель:* Дети, а как мы узнаем порядок заданий? ( Дети предлагают разложить шишки по порядку).

*Воспитатель:* Запомните цифру, изображенную на шишке. Это – номер вашей группы.

Воспитатель по очереди приглашает группы к игре, используя разные вопросы и способы (например, пять хлопков в ладоши означают группу номер пять). Группы размещают шишки в порядке увеличения номера. Педагог выбирает шишку №1 и озвучивает первое задание – собери картинку.

*Воспитатель:* Посмотрите на схему – подсказку. (На схеме каждая цифра нарисована на геометрической фигуре. Дети находят соответствующий обруч с разрезными картинками и собирают их).

*Логопед:* Назовите животное, которое изображено на собранной картинке.

*Логопед:* Почему мы называем этих животных дикими? (Дикие животные с человеком не живут, постоянной помощи от него не ждут, сами пищу добывают, сами деток охраняют, сами строят себе жилье).

*Логопед:* Животные, которых мы видим на картинках, живут на севере нашей области.

*Логопед:* Как называется наша область? (обращает внимание детей на карту области).

*Логопед:* Назовите, каких животных севера Архангельской области вы еще знаете. (Дети называют, становятся на кружки напротив магнитной доски).

*Логопед:* Второе задание (В конверте рисунок, на котором нарисован дом).

Что вы видите на рисунке?

Кто в доме живет?

А у диких животных есть дома?



Мудрая сова хочет узнать, знаете ли вы, как называются жилища этих животных.

Назовите жилище, которое вы видите в верхнем правом углу. (Дети отвечают: в верхнем правом углу я вижу льдину).

*Логопед:* Какое животное дрейфует на льдине? (Тюлень дрейфует на льдине).

*Логопед:* Назовите жилище, которое вы видите в нижнем левом углу?

Объясните, где вы видите нору.

Кто в норе выводит свое потомство?

Расскажите, где вы видите снежную яму?

Кто зимует в снежной яме?

Назовите жилище животного между норой и береговой залежкой.

(Дети дают полные, развернутые ответы на вопросы. Педагог демонстрирует картинки с изображением животных и размещает их на доске.)

*Логопед:* Молодцы, ребята, правильно выполнили задание!

*Воспитатель:* Задание №3 и записка от Мудрой Совы: «Ребята, как вы помните, я очень люблю рисовать животных. В этот раз я прислала вам рисунки животных Крайнего Севера. Не кажется ли вам, что их позы похожи на геометрические фигуры. Отгадайте эти фигуры».

Как вы думаете, на какую фигуру похож песец?

Какую фигуру можно увидеть в изображении тюленя? И т.д. (Дети закрывают геометрическими фигурами изображения животных. Задание выполняется в таблице 3\*3 клетки).

Посмотрите внимательно на фигуры и запомните их расположение.

Далее воспитатель предлагает детям сесть за столы, «превратившись в животное Крайнего Севера».

*Воспитатель:* У вас на столах лежат геометрические фигуры. Вспомните, как мы расположили геометрические фигуры и разложите также. (Во время выполнения задания педагоги индивидуально уточняют

расположение и название геометрических фигур. Например: «Вова, куда ты положил квадрат? Диана, какую фигуру ты положила в верхний правый угол?»)

Проверьте выполнение задания у своего соседа. Хлопните в ладоши, у кого сосед выполнил задание правильно. Поднимите руку те, кто помог исправить ошибку своему другу.

*Воспитатель:* Дети, а все ли из этих животных обитают в лесах нашей Архангельской области? Кто здесь лишний? (пятнистый олень)

*Воспитатель:* Я предполагаю, что сова будет довольна.

*Логопед:* Дети, а вы хотите узнать задание, которое спрятала шишка №4? На кружок встанет тот, кто вспомнит птиц Крайнего Севера, название которых заканчивается на звук «а».

Детям, выполнившим задание, воспитатель предлагает сосчитать птиц на карточке. Дети встают парами.

*Логопед:* Шишка № 5 . А в конверте знак. Что это? (Знак вопроса). Посмотрите на доску. Мудрая Сова спрашивает, что изменилось? (Мне кажется, появился тупик. По моему мнению.... Я предполагаю.... Я думаю...)

*Логопед:* Чья пара поможет мне рассказать про эту птицу?

Чем питается тупик?

Где гнездятся тупики? (в норах на птичьих базарах)

Кто назовет врагов тупика?

Как по-другому называют эту птицу? (морской клоун, морской попугай, арктический братец, топорок).

Почему тупики быстро машут головой? (стряхивают с клюва соленую морскую воду).

Кто объяснит, почему так говорят: «Каждая птица хозяйка своего гнезда». «Всякая птица своим носом сыта»?

Умницы! Все задания совы вы выполнили.

*Воспитатель:* Вы, ребята, молодцы, и Совушка приготовила для вас сюрпризы. Но их надо найти. Педагог приглашает пары, предлагает найти сюрпризы в «сухом» бассейне. Первая пара ищет сюрпризы левыми руками, вторая – правыми и т.д. Дети находят маленькие фигурки животных и выставляют их на стол.

*Воспитатель:* Дети, как вы думаете, для чего Сова послала нам эти фигурки? ( Дети высказывают свои предположения)

*Воспитатель:* В какие игры можно поиграть? (Можно поиграть в зоопарк, в лесную больницу, в ветеринарную клинику, в путешествие, а можно сочинить историю или сказку...)

*Воспитатель:* Ребятки, давайте вспомним ещё раз животных севера, нашей области. (Дети называют животных, находят их силуэт, а педагог наклеивает их на карту области). Дети, а как вы думаете, нужно ли охранять животных и заботиться о них? А зачем и как это нужно делать? (ответы детей, затем педагог подводит итог: в нашей области существуют заповедники, национальные парки, заказники – места, где за животными наблюдают люди: организуют кормушки, следят за порядком.)

*Логопед:* Спасибо Сове за сюрпризы.

Поднимите руку, кому было трудно выполнять задания Совы. Хлопните в ладоши те, кто очень старался. Улыбнитесь те, кто порадовался за своего товарища.

*Воспитатель:* Молодцы, ребята! Думаю, что Мудрая Сова снова приготовит для нас интересные задания, и мы обязательно найдем на них ответ.

### **Список информационных источников**

1. Александрова О.А. Моя первая энциклопедия. М., «Стрекоза-Пресс», 2006.
2. Арн Л. Удивительное путешествие на северный полюс. М., «Клевер-Медиа-Групп» 2017.
3. Кречмар А.В., Забродин В.А. Животный мир Севера России. М., 1987.

4. Линкольн Х. Как медвежонок солнце искал. М., ООО «Добрая книга», 2013.

5. Рублев Н. Обитатели льдов. Энциклопедия. М., «РИПОЛ классик», 2014.

6. Чуб Н. Азбука дружбы. М., АСТ, 2015.

**План – конспект  
тренировочного занятия по лыжным гонкам**

*Рудный Николай Голиафович,  
тренер-преподаватель СП «Районный центр  
дополнительного образования детей»  
МБОУ «Устьважская СОШ», Лешуконский район*

Рекомендовано для занятий смешанной группы (мальчики\девочки), возраст обучающихся – 14 лет, подготовленность обучающихся – второй разряд.

Место проведения занятия: тренировочный круг 500 м. (круг имеет два пологих подъема, два пологих спуска)

Цель занятия: повышение уровня специальной физической подготовки

Задачи занятия:

- формировать специальную и силовую выносливости;
- укреплять силу мышц верхнего плечевого пояса, спины, пресса;
- развивать координацию движений, технику лыжных ходов;
- воспитывать волевые качества.

<b>Часть занятия (задачи, решаемые на каждом этапе)</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>Дозировка</b>	<b>Время мин.</b>	<b>Организационно- методические указания</b>
<b>1. Вводная (подготовительная часть)</b>	Построение. Задачи тренировки		1-2	

<b>2. Разминка (вработывание организма)</b>	Прохождение дистанции	2 км.	8-10	Равномерно (классический ход)
<b>Гимнастика общеразвивающая</b>	Круговые движения. 1. Шейного отдела позвоночника 2. Лучезапястного сустава 3. Локтевого сустава 4. Плечевого сустава 5. Тазобедренного сустава 6. Коленного сустава 7. Голеностопа	6-10 раз 6-10 раз 6-10 раз 6-10 раз 6-10 раз 20-30 раз 20-30 раз	4-5	Вращения выполняются по часовой и против часовой стрелки
	Рывки руками вверх, вниз, попеременно  «Мельница»  Круговые движения туловищем  Коньковые приседания  Ходьба выпадами  Махи ногами  Сгибание и разгибание рук	20-30 раз  20-30 раз  20-30 раз  10-15 раз  10-15 раз  2x10 раз	1 мин	Руки прямые  Туловище параллельно земле, касание кончиками пальцев носка противоположной ноги  Руки над головой, на поясе  Сед на левой- правая в сторону, руки за головой, спина прямая  Нога сзади прямая, впереди согнута в колени С опорой
<b>3. Основная часть</b>	1. Попеременный двухшажный ход	1 круг	50	Работа попеременного отталкивания руками. Ноги вместе (не двигаются) - жесткая постановка рук - положение туловища и головы

	2. Одновременный бесшажный ход	1 круг		Руки полусогнуты вначале, в конце толчка на уровне тазобедренного сустава. Смотреть вперед на 5-7 м.
	3. Одновременный бесшажный ход с подниманием на носки	1 круг		Усиление навала туловища на палки в начале толчка. Одновременный удар палками и пятками.
	4. Одновременный бесшажный ход	2 круга		Под правую и левую ногу. Выход на прямую опорную ногу. Постановка маховой ноги на снег чуть впереди опорной.
	<b>отдых</b>	1 круг		Медленный темп
	Повторение предыдущей серии упражнений	2-4 раза		Для усиления нагрузки использовать на одной из серий отягощения: -камера от автомобиля - «ватрушка» с грузом, Контроль на техникой исполнения упражнений - указания на ошибки

<p><b>3.Заключительная часть.</b>  <b>нормализация работы сердечно-сосудистой системы</b></p> <p><b>улучшение эластичности мышц, подвижности суставов</b></p> <p><b>Подведение итогов</b></p>	<p>1. Свободное передвижение на лыжах</p> <p>2. Заминочный бег</p> <p>Упражнения на растягивания, расслабление</p>		<p>10 мин</p> <p>5 мин</p> <p>5 мин</p> <p>2 мин</p>	<p>Без лыж с понижением пульса</p> <p>Упражнения на растяжку</p> <p>Указание на ошибки: общие, индивидуальные</p>
---	--	--	--	---

