

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Задорская основная общеобразовательная школа»



Утверждаю  
Директор Курникова Н.Б.  
Приказ №27/1 от 07.06.2024

Программа профильной смены ДЕТСКОГО  
ТУРИСТИЧЕСКОГО ЛАГЕРЯ ПАЛАТОЧНОГО ТИПА  
ПРИ МОУ "ЗАДОРСКАЯ ООШ" "УЛЫБКА"

"ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ"

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Задорская основная общеобразовательная школа»**

**Утверждаю  
Директор Курникова Н.Б.  
Приказ №27/1 от 07.06.2024**

**Программа профильной смены ДЕТСКОГО  
ТУРИСТИЧЕСКОГО ЛАГЕРЯ ПАЛАТОЧНОГО ТИПА  
ПРИ МОУ "ЗАДОРСКАЯ ООШ" "УЛЫБКА"**

**"ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ"**

## Содержание

### Введение

Профильная смена детского туристического лагеря палаточного типа при МОУ "Задорская ООШ" "Улыбка" предполагает восстановление физического и психического здоровья в благоприятных природных и социокультурных условиях, освоение способов восстановления и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения к собственному здоровью, способов его укрепления и т.п.

Основными составляющими здорового образа жизни являются: оптимальный уровень двигательной активности, рациональное питание, соблюдение режима дня, личная гигиена, соблюдение правил поведения, позволяющих избежать травм и других повреждений.

Система мероприятий в детском лагере, направленных на воспитание ответственного отношения у детей и подростков к своему здоровью и здоровью окружающих, включает:

- физкультурно-спортивные мероприятия: зарядку, спортивные соревнования, эстафеты, спортивные часы;
- спортивно-оздоровительные события и мероприятия на свежем воздухе;
- просветительские беседы, направленные на профилактику вредных привычек и привлечение интереса детей к занятиям физкультурой и спортом;
- встречи с известными (интересными) людьми – общественными деятелями, деятелями спорта, культуры и искусства и др.

Профильная смена детского туристического лагеря палаточного типа при МОУ "Задорская ООШ" "Улыбка" призвана популяризировать в детской и подростковой среде цели, принципы и основные активности Движения Первых, реализовать в специфических условиях детского туристического лагеря палаточного типа "Улыбка" основные цели и задачи направления деятельности Движения «Здоровый образ жизни: «Будь здоров!».

Цели Движения Первых – это качественное образование, участие в культурной жизни, волонтерство, сохранение исторической памяти, здоровый образ жизни, развитие экологических проектов, охрана природы, развитие туризма по России. Миссия Движения Первых: «Быть с Россией, быть человеком, быть вместе, быть в движении, быть первыми».

Ценности Движения Первых:

- взаимопомощь и взаимоуважение;
- единство народов России;
- историческая память;
- добро и справедливость;
- мечта;
- созидательный труд;
- жизнь и достоинство;
- патриотизм;
- дружба;
- служение Отечеству;
- крепкая семья.

Задачи профильной смены:

- сформировать условия для получения участниками смены опыта организации деятельности, который они смогут реализовать в своем первичном отделении;

- мотивировать участников смены на деятельность в «Движение Первых» на основе духовно-нравственных традиционных российских ценностей, миссии и ценностей «Движение Первых», на осознанную социально-значимую деятельность;
- сформировать установку на командное взаимодействие, взаимоподдержку и заботу об общем деле в процессе деятельности в «Движение Первых» и его первичных отделений;
- познакомить участников с основными направлениями деятельности и флагманскими проектами «Движения первых».

Главной задачей проведения профильной смены «Выбор первых – ЗОЖ!» является получение детьми и подростками опыта организации социально значимой, коллективной, творческой деятельности, направленной на формирование у каждого человека активной жизненной позиции в отношении здорового образа жизни целью его масштабирования и дальнейшей реализации в первичных детских коллективах во время учебного года.

Программа предусматривает приобщение детей и подростков к российским **традиционным духовным ценностям**, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе.

Ценности Родины и природы лежат в основе патриотического направления воспитания.

Ценности человека, дружбы, семьи, сотрудничества лежат в основе духовно-нравственного и социального направлений воспитания.

Ценность знания лежит в основе познавательного направления воспитания.

Ценность здоровья лежит в основе направления физического воспитания.

Ценность труда лежит в основе трудового направления воспитания. Ценности культуры и красоты лежат в основе эстетического направления воспитания.

Программа ориентирована на организацию отдыха детей и подростков, имеющих равные возможности развития своих творческих сил и способностей в эмоционально устойчивой среде загородного лагеря.

В летний период дети и подростки особенно ощущают необходимость в смене сферы их деятельности и впечатлений, получения нового опыта, в том числе одобряемой самостоятельной деятельности, коллективной творческой деятельности, игры, самоуправления, смены коллектива, роли. Профильная смена основана на таких важных принципах, как *игра, творчество, коллективная деятельность, индивидуализация*.

**Основными традициями деятельности** в загородном лагере отдыха и оздоровления детей являются:

- совместная деятельность детей и взрослых как ведущий способ организации воспитательной деятельности;
- создание условий, при которых для каждого ребенка предполагается роль в совместных делах (от участника до организатора, лидера того или иного дела);
- создание условий для приобретения детьми нового социального опыта и освоения новых социальных ролей;
- проведение общих мероприятий детского лагеря с учетом конструктивного межличностного взаимодействия детей, их социальной активности;
- включение детей в процесс организации жизнедеятельности временного детского коллектива;
- формирование коллективов в рамках отрядов, кружков, студий, секций и иных детских объединений, установление в них доброжелательных и товарищеских взаимоотношений;
- обмен опытом между детьми в формате «дети-детям»;
- ключевой фигурой воспитания является ребенок, главную роль в воспитательной деятельности играет педагог, реализующий по отношению к детям защитную, личностно развивающую, организационную, посредническую (в разрешении конфликтов) функции.

**Уникальность воспитательного процесса** в детского туристического лагеря палаточного типа при МОУ "Задорская ООШ" "Улыбка" заключается в кратковременности, автономности, сборности.

Кратковременность – короткий период лагерной смены, характеризующийся динамикой общения, деятельности, в процессе которой ярче проявляются личностные качества.

Автономность – изолированность ребенка от привычного социального окружения, «нет дневника», вызова родителей – все это способствует созданию обстановки доверительности.

Сборность – предполагает объединение детей с разным социальным опытом и разным уровнем знаний, не скованных «оценками» прежнего окружения, каждый ребенок имеет возможность «начать все сначала».

## • ЦЕЛЕВЫЕ УСТАНОВКИ ПРИНЦИПЫ ПРОФИЛЬНОЙ СМЕНЫ

**Целью** профильной смены детского туристического лагеря палаточного типа при МОУ "Задорская ООШ" "Улыбка" является создание условий для воспитания социально адаптированной личности с активной позицией в отношении здорового образа жизни через пропаганду здорового образа жизни, развитие физической культуры, профилактику аддиктивного поведения и других негативных явлений в детско-подростковой среде, а также через познавательную, творческую, спортивную деятельность в условиях положительной эмоциональной атмосферы загородного лагеря.

Данная цель реализуется через решение следующих **задач**:

- создание благоприятных условий для организованного отдыха и укрепления здоровья детей и подростков;
- приобщение участников смены к традиционным духовно-нравственным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе;
- проведение комплекса мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, культуры поведения, навыков общения и взаимодействия;
- приобщение участников смены к спорту, творческим видам деятельности, к мероприятиям и событиям, направленным на профилактику аддиктивного поведения и других негативных явлений в детско-подростковой среде;
- предоставление детям и подросткам возможности для социализации и самореализации личностного потенциала;
- приобщение детей и подростков к социально значимой деятельности, с целью ее дальнейшей реализации в своих первичных коллективах;
- создание дружеских отношений между детьми и взрослыми.

**Концептуальные подходы и основные принципы реализации программы профильной смены** основаны на том, что в каждую историческую эпоху цель воспитания подрастающего поколения зависела от изменяющихся потребностей общества. На сегодняшний день существует объективная необходимость в воспитании разносторонней личности с определенной системой ценностей. Общество осознало потребность в формировании у подрастающего

поколения гражданственности, трудолюбия, нравственности, любви к Родине, семье, бережного отношения к окружающей природе и здоровью человека. Данный процесс осуществляется в условиях различных социальных институтов, таких как семья, общеобразовательные учреждения, учреждения дополнительного образования, детские общественные объединения и др.

Особая роль в воспитании разносторонней личности отводится загородным лагерям отдыха и оздоровления детей, где ребенку предоставляется правильно организованный отдых во время школьных каникул.

Поэтому становится очевидной необходимость и возможность осуществления в детском оздоровительном загородном лагере программы, направленной на физическое, нравственное и психическое оздоровление детей и подростков на основе эффективного использования кадрового, материально-технического и природного потенциала лагеря.

Программа реализуется через методики коллективной творческой деятельности и интерактивной игры, способные пробудить детско-подростковую любознательность, вовлечь в активное освоение окружающего мира. При выборе игр акцент делается на их видовое многообразие: игры соревновательного характера чередуются с играми на развитие сотрудничества и взаимопомощи, ролевые игры. Все мероприятия направлены на восстановление эмоциональной сферы и развитие навыков совместной деятельности, коммуникативных умений и творческих способностей детей и подростков с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа разработана в соответствии с **нормативно-правовыми документами:**

- Конституцией Российской Федерации (принятой всенародным голосованием 12.12.1993, с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
- Конвенцией о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990).
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Федеральным законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Федеральным законом от 30.12.2020 № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации».
- Федеральный закон «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96 г. № 2-ФЗ.
- Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобра-зования РФ от 13.07.2001 г. № 2688.
- Приказами №286,287 Министерства просвещения Российской Федерации об утверждении ФГОС начального общего образования и ФГОС основного общего образования от 31 мая 2021 года.
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р).
- Указом Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Планом основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р).
- Федеральным законом от 14.07.2022 №261-ФЗ «О российском движении детей и молодежи».

Воспитательная деятельность в рамках реализации программы профильной смены основывается на следующих **принципах:**

**Принцип гуманистической направленности.** Каждый ребенок имеет право на признание его как человеческой личности, уважение его достоинства, защиту его человеческих прав, свободное развитие.

• **Принцип ценностного единства и совместности.** Единство ценностей и смыслов воспитания, разделяемых всеми участниками образовательных отношений, содействие, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение.

• **Принцип культуросообразности.** Воспитание основывается на культуре и традициях России, включая культурные особенности региона.

• **Принцип следования нравственному примеру.** Пример, как метод воспитания, позволяет расширить нравственный опыт подростка, побудить его к открытому внутреннему диалогу, пробудить в нем нравственную рефлексию, обеспечить возможность выбора при построении собственной системы ценностных отношений, продемонстрировать подростку реальную возможность следования идеалу в жизни.

- Принцип безопасной жизнедеятельности. Защищенность важных интересов личности от внутренних и внешних угроз, воспитание через призму безопасности и безопасного поведения.
- Принцип совместной деятельности подростка и взрослого. Значимость совместной деятельности подростка и взрослого на основе приобщения к культурным ценностям и их освоения.

- Принцип инклюзивности. Организация воспитательного процесса, при котором все дети и подростки, независимо от их физических, психических, интеллектуальных, культурно-этнических, языковых и иных особенностей, включены в общую систему воспитания.

Данные принципы реализуются в укладе детского загородного лагеря отдыха и оздоровления детей и подростков, включающем воспитывающие среды, общности, культурные практики, совместную деятельность и события.

## • ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОФИЛЬНОЙ СМЕНЫ

Участие в программе профильной смены детского туристического лагеря палаточного типа при МОУ "Задорская ООШ" "Улыбка" благотворно скажется на духовном, физическом и интеллектуальном развитии детей и подростков, будут динамично развиваться творческое мышление, познавательные процессы, лидерские и организаторские навыки.

Использование и реализация предложенных форм работы послужит созданию условий для реализации способностей и задатков детей и подростков, что окажет существенное влияние на формирование интереса к различным видам социального [творчества](#), к созидательной деятельности.

У участников профильной смены будут сформированы:

- знания о сущности понятия «здоровый образ жизни», его особенностях, основных составляющих, предназначении;
  - представления о ближайшем природном окружении, об окружающей среде как важных факторах состояния здоровья каждого человека;
- устойчивое бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, поведение и деятельность в соответствии с общепринятыми правилами и нормами;
  - умение работать в команде, понимание важности совместного труда и приложения усилий для общего дела, ответственности за результат;
- навыки, поддерживающие комфортную жизнь и продуктивную деятельность в условиях детского коллектива;
  - представления о деятельности Движения, его миссии, ценностях, направлениях деятельности;
  - понимание участниками смены потенциала Движения для личностного развития, развития социально значимых отношений и приобретения опыта социально значимых дел;
  - умения выстраивать собственный маршрут здорового образа жизни.

Принимая участие в мероприятиях профильной смены, дети и подростки получают возможность в дальнейшем активно участвовать в общественной жизни страны, формировать гражданскую позицию, основываясь на идеалах добра и справедливости, в том числе через систему личностного и социального роста.

## • УЧАСТНИКИ СМЕНЫ

В программе профильной смены могут принимать участие дети и подростки с разным уровнем жизненного опыта и интересов.

Программа рассчитана на детей от 8 до 15 лет (максимальный возраст – 17 лет) и учитывает особенности каждой возрастной группы. **Дети 8–10 лет.** В этом возрасте дети очень общительны, они активно ищут контакты, и находят их, любят коллективную деятельность, хотя стремление к самореализации выражено у этих ребят также весьма ярко. Неумная активность одновременно является плюсом и минусом этого возраста. Детскую энергию важно направить в нужное русло, ведь именно в 9–10 лет детям свойственно не

задумываться о последствиях своих действий. Для них подходят система чередования творческих поручений, интеллектуальные викторины, игры, конкурсы.

Беседа в данном возрасте является одним из самых благотворных методов воздействия. Для этого можно использовать рассказы из собственного опыта, отрывки из художественных произведений, просить детей поделиться своим опытом по разрешению сложных ситуаций. Привлекайте детей к поиску решений.

Они очень восприимчивы к различным ритуалам, их увлекает совместная деятельность. Но им обязательно нужен успех, поощрение, при неудачах они теряют интерес к деятельности. Нужно поощрять детей и хвалить за каждую сделанную самостоятельно деталь – например, застеленную постель, уборку.

**Младшие подростки 11–13 лет.** В этом возрасте у них особенно развито желание лидерства. Это опасный возраст, когда у детей возникает некоторое сознание негативизма (не хочу, не буду). В этом возрасте детям необходима система мотивации участия во всем, например, рейтинговая система (дети очень любят соревноваться – кто больше, быстрее и др.).

Для этих детей на первое место выходят их сверстники. Поэтому конфликты с взрослыми выходят на новый уровень. Детям важно отстоять свое Я, свое мнение. И часто они это делают, вставая в оппозицию педагогу. В этот же момент у ребят возникает тяга к объединению в группы. В этом возрасте дети с удовольствием участвуют во всевозможных конкурсах и играх. Они уже не такие маленькие, чтоб не понять правил игры, но еще не обременены подростковыми комплексами, не сформированы окончательно, легко поддаются воспитанию. Этим детям очень нравится быть командой, быть лучше всех. Именно на этом возрасте у детей очень сильно, в хорошем смысле слова, «стадное» чувство.

**Подростки 14–15 лет.** В этом возрасте дети склонны к резким перепадам настроения, а также к так называемому «юношескому максимализму». Они достаточно умны, общительны, умеют отстаивать свою точку зрения. Не любят, когда ими командуют. Считают, что вправе распоряжаться собой сами. Больше говорят, чем делают. Если делают, то, в основном, напоказ.

Не могут существовать без лидера. Сами того не подозревая, его создают, в большинстве случаев от этого страдают. Нужно сделать из этих детей союзников, советоваться с ними во всем. Они уже считают себя взрослыми и не терпят, если без них принимают решение.

Они часто сами себя занимают, придумывая игры. У подростков часто существует жесткая борьба за лидерство,

особенно у тех, кто привык быть лидером в своем классе. Не допускайте споров по этому поводу.

Отличительной особенностью детей этого возраста является наступающее половое созревание. Дети становятся нервными и неуступчивыми, зачастую ярко выраженными максималистами, что выражается в критичности, негативной оценке того, что делают другие. («Что за глупость, я в этом участвовать не буду!»). В этот момент важно помнить, что негативная реакция очень часто скрывает под собой неуверенность в собственных силах.

В результате всех физиологических и эмоциональных перемен внимание подростка обращается на самого себя. Он становится более чувствительным и застенчивым. Подросток так быстро меняется, что ему трудно разобраться, что он собой представляет. Его движения становятся угловатыми, потому что он еще не может управлять своим новым телом, ему трудно управлять и своими новыми чувствами. Подросток легко обижается на замечания. В какие-то моменты он чувствует себя взрослым, умудренным жизненным опытом, и хочет, чтобы окружающие относились к нему соответственно. Но в следующую минуту он чувствует себя ребенком и ощущает необходимость в защите и материнской ласке. На доброе слово и предложение помочь, подросток часто ответит показной грубостью и холодностью, но долго будет еще вспоминать, что именно его похвалили как самого ответственного в поезде и именно ему сказали, что он может стать хорошим спортсменом в будущем.

Другой особенностью этого возраста является формирование собственной точки зрения. У человека в таком возрасте обо всем есть свое мнение. Он стремится определить свое место в коллективе и очень переживает о том, что о нем думают другие. Для подростков



характерно объединение в неформальные группы. На ребят эффективно действовать через лидеров (нужно войти в доверие, найти общий язык, взять их к себе в помощники). Налаживать атмосферу для глубоких разговоров. Например, после утомительного дня вечером организовать беседу, педагогу необходимо разговаривать с детьми на равных, рассказать о себе, чтобы завоевать их доверие.

Таким образом, возрастные группы детей и подростков от 8 до 15 лет (дети – 8-10 лет; младшие подростки – 11-13 лет; подростки 14-15 лет) имеют свои особенности, которые необходимо учитывать при реализации программы педагогами и при необходимости вносить коррективы в план-сетку мероприятий.

## • ОПИСАНИЕ КОНЦЕПТА И ИГРОВОЙ МОДЕЛИ СМЕНЫ

### • Ключевая идея смены

**Сроки проведения профильной смены:** программа реализуется в летний период в течение 5 дней круглосуточно.

**Ключевая идея смены** заключается в осмыслении ее участниками основных составляющих понятия «здоровый образ жизни», которые помогут определить безопасный для здоровья каждого человека жизненный путь и укажут путь саморазвития.

Все дети и подростки, прибывшие в лагерь, становятся участниками 2 объединений (команда, союз, клуб, отряд, лаборатория) различной направленности. Каждый участник смены пытается осознать своё место в объединении, собственную значимость.

Каждое объединение в отдельности имеют свои название, девиз, песню, символику.

Каждый день жизни лагеря проходит под определённым девизом и эмоциональным настроением.

В рамках увлекательных событий, основы которых составляют конкурсно-игровые сюжеты, ребята выполняют различные поручения, а также приобретают многие полезные практические умения и навыки, постепенно осваивая программу личностного роста и позитивного отношения к жизни, проявления которой разнообразны: от способности изменять окружающую действительность в соответствии с собственными

потребностями до деятельного отношения человека к жизни общества, т.е. социальной активности.

За победу в мероприятиях отряды получают места и баллы, в конце смены отряд, получивший наибольшее количество баллов, награждается почётной грамотой, призом за активное участие.

Предусматривается также учёт личных достижений участников смены. Каждый ребёнок за победы, достижения может получить грамоту «Самого активного в смене» и подарок.

Личные достижения участников смены фиксируют вожатые в отрядных уголках.

Все отрядные достижения отражаются на общелагерном стенде «Наши достижения».

Каждое новое событие в лагере – это погружение в мир позитива, бодрости, энергии, добра.

### • Образовательная программа профильной смены

**Образовательная программа** профильной смены детского туристического лагеря палаточного типа при МОУ "Задорская ООШ" "Улыбка" направлена на знакомство с правилами личной гигиены, правилами здорового питания, развитие мотивации занятий физкультурой и спортом, формирование ценностных основ здорового образа жизни. В результате реализации данной образовательной программы будет сформирована у детей и подростков значимость и потребность сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Образовательная программа представлена 8 основными функционирующими **клубами по интересам** согласно профилю смены:

- Клуб любителей здорового питания.
- Клуб создателей здоровья (личная гигиена, безопасность).
- Профилактический клуб.
- Клуб любителей спорта.
- Клуб любителей природы.
- Клуб путешественников.
- Клуб любимой песни.
- Клуб «Очумелые ручки».

При желании и возможности организаторов смены можно привлекать к проведению занятий образовательного блока интересных людей, профессионалов с их мастер-классами.

### • **Законы смены**

*Закон «00».* Выполняй распорядок дня: никуда не опаздывай и заканчивай дела вовремя!

*Закон правды.* Запомни: правда нужна не только тебе, но и окружающим тебя людям. Будь правдив!

*Закон чести.* Вспоминай о своей физической силе только наедине с собой. Помни о своей духовной силе, благородстве, достоинстве, порядочности.

*Закон дружбы и заботы.* Прежде, чем требовать внимание к себе, прояви его к окружающим. Помни об интересах, нуждах, потребностях других! Стань другом! Храни и цени дружбу!

*Закон добра и доверия.* Будь добр к ближним, и добро вернется к тебе! Доверяй людям!

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

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

*Закон природы.* Береги окружающую тебя природу!

*Закон территории.* За территорией лагеря много опасных неожиданностей. Помни: только в спортивном центре ты в безопасности!

*Закон правой поднятой руки.* Если руку поднял кто-то – замолчи и слушай что-то!

*Закон сюрпризов.* Делай приятные сюрпризы людям! Жизнь прекрасна!

### • **Организация детского самоуправления**

Организация детского самоуправления предполагает включение детей и подростков в решение как можно большего числа проблем взаимоотношений, в том числе и сложных, складывающихся во временном детском коллективе.

В начале смены это включение осуществляется за счет педагогического управления. Но постепенно педагог к концу смены выполняет функции консультанта и партнера.

Динамика детского самоуправления – от исполнительской деятельности к организаторской и далее к управленческой.

Система детского самоуправления в условиях реализации профильной смены строится на 2-х уровнях: на уровне отряда и педагогического коллектива.

Отряд имеет право определять свой имидж, создавать его неповторимый внешний образ, отличающий его от других отрядов, название, девиз, песню, эмблему, игровые отрядные условности, оформление резиденций, индивидуальность отряда во всех делах и др.; определять законы жизни отряда, не противоречащие законам жизни лагеря; выбирать командира объединения: творческого союза, экологического отряда, спортивной команды, туристического клуба, познавательной лаборатории; создавать свой информационный орган.

- 
- 
- **Основные направления воспитательной работы профильной смены**

Практическая реализация цели и задач профильной смены осуществляется в рамках следующих **направлений воспитательной работы:**

- *гражданское воспитание* – формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в российском государстве и субъекту тысячелетней Российской государственности, знание и уважение прав, свобод и обязанностей гражданина Российской Федерации;

- *воспитание патриотизма*, любви к своему народу и уважения к другим народам России, формирование общероссийской культурной идентичности;

- *духовно-нравственное развитие и воспитание* детей и подростков на основе духовно-нравственной культуры народов России, формирование традиционных российских духовно-нравственных ценностей;

- *эстетическое воспитание* – формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

- *экологическое воспитание* – формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовно-нравственных ценностей;

- *трудовое воспитание* – воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в труде, профессиональной деятельности;

- *физическое воспитание и воспитание культуры здорового образа жизни и безопасности* – развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, личной и общественной безопасности;

- *познавательное направление воспитания* – стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к знаниям, образованию.

- **Анализ воспитательного процесса и результатов воспитания**

Для отслеживания результативности программы могут быть использованы следующие **методы:**

- Анкетирование детей на начальном этапе и в конце смены.

- Наблюдение за поведением детей во время игр, позволяющее выявить лидерские качества, уровень коммуникативности.

- Анализ участия отряда в общелагерных творческих делах, уровня активности и достижений.

- Аналитический отчет о результатах реализации программы, фото- и видеоматериалы.

- Отзывы родителей и детей.

- 

**Критериями результативности** являются:

Качество организации полноценного отдыха и оздоровления (солнечные ванны, пребывание на воздухе, водные процедуры, витаминизация) детей.

Адекватность и эффективность содержания, форм и методов работы с детьми разных возрастных категорий, учет интересов и потребностей детей.

Использование различных форм организации детского самоуправления.

Использование разнообразных форм и методов работы для получения детьми опыта партнерского сотрудничества со сверстниками и взрослыми.

Удовлетворенность детей возможностями для самореализации и самосовершенствования в процессе участия в жизни лагеря.

• **План-сетка профильной смены**

Достижение цели и решение задач профильной смены осуществляется в рамках всех направлений деятельности детского лагеря.

Реализация конкретных форм воспитательной работы воплощается в календарном плане воспитательной работы загородного лагеря отдыха и оздоровления детей, утверждаемом ежегодно на предстоящий сезон.

День	Название дня	Отрядные мероприятия	Общелагерные мероприятия
1	ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкурс «Моя палатка лучше всех!».</li> <li>• Операция «Чисто та и порядок».</li> <li>• Познавательная прогулка «История сооружений лагеря».</li> <li>• Подведение итогов дня. «Здоровье – это ценность! Береги его!».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Старт тематического Дня.</li> <li>• Просмотр видеоролика «Перво- открыватели России: Н.И. Пирогов и др.».</li> <li>• КТД «Здоровым будешь – все до- будешь!».</li> <li>• Работа клубов по интересам.</li> <li>• Квест «Олимпийская миля».</li> <li>• Конкурс рекламных стендов отря- дов «В слове «МЫ» сто тысяч «Я».</li> </ul>
2	ДЕНЬ СПОРТА	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкурс коллек- тивной аппликации из цветной бумаги «О, спорт, ты – МИР!».</li> <li>• Подведение итогов дня «Дружи со спор- том!».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Старт тематического Дня.</li> <li>• Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Когда мои друзья со мной...» (фото про дружбу и взаимо- действие в команде).</li> <li>• Просмотр видеоролика «Спортив- ная гордость России».</li> <li>• Викторина «Что ты знаешь о рос- сийском спорте?».</li> <li>• Работа клубов по интересам.</li> <li>• Турнир рекордов «Вызов первых».</li> <li>• Конкурс «Созвездие талантов».</li> </ul>
3	ДЕНЬ ПРИРОДЫ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Экологическая ак- ция «Чистота спасет мир».</li> <li>• Игротека на све- жем воздухе.</li> <li>• Подведение итогов дня «Живи экологич- но – вдохнови дру- гих!»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Старт тематического Дня.</li> <li>• Просмотр видеоролика «Первоот- крыватели России: Н.М. Пржеваль- ский и др.».</li> <li>• Викторина «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!».</li> <li>• Работа клубов по интересам.</li> <li>• Конкурс рисунков на асфальте «Как прекрасен этот мир, посмотри!».</li> <li>• Маршрутная игра «Экологическая экспедиция».</li> <li>• Конкурс изобретений «Действо- вать экологично!».</li> </ul>
4	СЪЕДОБНЫЙ ДЕНЬ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игротека на све- жем воздухе.</li> <li>• Час настольных игр.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ст – Старт тематического Дня.</li> <li>• Просмотр видеоролика о здоро- вом питании.</li> <li>• Викторина «Азбука здоровья».</li> <li>• Работа клубов по интересам.</li> <li>• Беседа врача лагеря «Наше здоро- вье – в наших руках!».</li> <li>• Презентация фотофестиваля «По- смотри»: «Наши вожатые».</li> <li>• Конкурс «Танцевальный баттл».</li> </ul>

5	«СПАСИБО, ЛАГЕРЬ!»	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Операция «Нас здесь не было».</li> <li>• Вручение писем на память.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Фарватер здоровья».</li> <li>• Акция «Спасибо, лагерь!».</li> <li>• Час общения «Лента дружбы».</li> </ul>
---	--------------------	--	--

### • Распорядок дня профильной смены

В загородном лагере действует общий режим дня, относительно которого осуществляется планирование событий и мероприятий смены.

Режим дня детского лагеря

8.00 – Подъем

8.15 – Зарядка

8.30 – УРМ (утренние режимные моменты)

8.50 – Утренняя линейка, подъем Государственного флага РФ

9.00 – Завтрак

9.15 – Отрядные круги

10.00 – Работа кружков/секций/клубов

11.30 – Дневное мероприятие

12.30 – Подготовка к вечернему мероприятию

13.00 – Обед

13.30 – Игротека на свежем воздухе/ Анкетирование детей

14.00 – 16.00 – Дневной отдых

16.30 – Полдник

17.00 – Отрядное/общелагерное мероприятие

18.30 – Подготовка к вечернему мероприятию

19.00 – Ужин

19.45 – Вечернее мероприятие

20.45 – Вечерняя линейка, спуск Государственного флага РФ

21.00 – Вечерка

21.15 – Подведение итогов дня

21.45 – ВРМ (вечерние режимные моменты)

22.00 – Отбой

### ДЕНЬ ПЕРВЫЙ. ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

8.00 – Подъем.

8.15 – Зарядка.

8.30 – УРМ.

Конкурс «Моя тумбочка лучше всех!».

8.50 – Утренняя линейка.

9.00 – Завтрак.

9.15 – Отрядные круги.

9.30 – Операция «Чистота и порядок».

10.00 – Старт тематического Дня.

10.30 – Просмотр видеоролика «Первооткрыватели России: Н.И. Пирогов и др.».

11.00 – КТД «Здоровым будешь – все добудешь!».

12.00 – Работа клубов по интересам.

13.00 – Обед.

13.30 – Познавательная прогулка «История сооружений лагеря».

14.00 – 16.00 – Дневной отдых.

16.30 – Полдник.

17.00 – Квест «Олимпийская миля».

18.00 – Изготовление рекламных стендов отрядов/ Оформление резиденций отрядов.

19.00 – Ужин.

- 19.30 – Смотр резиденций отрядов/ Конкурс рекламных стендов отрядов «В слове «МЫ» сто тысяч «Я».
- 20.45 – Вечерняя линейка.
- 21.00 – Вечерка.
- 21.15 – Подведение итогов дня «Здоровье – это ценность! Береги его!».
- 21.45 – ВРМ.
- 22.00 – Отбой.

### **ДЕНЬ ВТОРОЙ. ДЕНЬ СПОРТА**

- 8.00 – Подъем.
- 8.15 – Зарядка с чемпионом.
- 8.30 – УРМ.
- 8.50 – Утренняя линейка.
- 9.00 – Завтрак.
- 9.15 – Отрядные круги.
- 10.00 – Старт тематического Дня.
- 10.15 – Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Когда мои друзья со мной...» (фото про дружбу и взаимодействие в отряде).
- 10.30 – Просмотр видеоролика «Спортивная гордость России».
- 10.45 – Викторина «Что ты знаешь о российском спорте?».
- 11.30 – Работа клубов по интересам.
- 12.30 – Подготовка к вечернему мероприятию.
- 13.00 – Обед.
- 13.30 – Конкурс коллективной аппликации из цветной бумаги «О, спорт, ты – МИР!».
- 14.00 – 16.00 – Дневной отдых.
- 16.30 – Полдник.
- 17.00 – Турнир рекордов «Вызов первых».
- 19.00 – Ужин.
- 19.30 – Конкурс «Созвездие талантов».
- 20.45 – Вечерняя линейка.
- 21.00 – Вечерка.
- 21.15 – Подведение итогов дня «Дружи со спортом!».
- 21.45 – ВРМ.
- 22.00 – Отбой.

### **ДЕНЬ ТРЕТИЙ. ДЕНЬ ПРИРОДЫ**

- 8.00 – Подъем.
- 8.15 – Зарядка.
- 8.30 – УРМ.
- 8.50 – Утренняя линейка.
- 9.00 – Завтрак.
- 9.15 – Отрядные круги.
- 9.30 – Экологическая акция «Чистота спасет мир».
- 10.00 – Старт тематического Дня.
- 10.15 – Просмотр видеоролика «Первооткрыватели России: Н.М. Пржевальский и др.».
- 10.45 – Викторина «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!».
- 11.30 – Работа клубов по интересам.
- 12.30 – Конкурс рисунков на асфальте «Как прекрасен этот мир, посмотри!».
- 13.00 – Обед.
- 13.30 – Игротека на свежем воздухе.
- 14.00 – 16.00 – Дневной отдых.
- 16.30 – Полдник.

17.00 – Маршрутная игра «Экологическая экспедиция».  
18.00 – Подготовка к конкурсу изобретений.  
19.00 – Ужин.  
19.45 – Конкурс изобретений «Действовать экологично!».  
20.45 – Вечерняя линейка.  
21.00 – Вечерка.  
21.15 – Подведение итогов дня «Живи экологично – вдохнови других!».  
21.45 – ВРМ.  
22.00 – Отбой.

### **ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ. СЪЕДОБНЫЙ ДЕНЬ**

8.00 – Подъем.  
8.15 – Зарядка.  
8.30 – УРМ.  
8.50 – Утренняя линейка.  
9.00 – Завтрак.  
9.15 – Отрядные круги.  
10.00 – Старт тематического Дня.  
10.15 – Просмотр видеоролика о здоровом питании.  
10.45 – Викторина «Азбука здоровья».  
11.30 – Работа клубов по интересам.  
12.30 – Беседа врача лагеря «Наше здоровье – в наших руках!».  
13.00 – Обед.  
13.30 – Игротека на свежем воздухе.  
14.00 – 16.00 – Дневной отдых.  
16.30 – Полдник.  
17.00 – Презентация фотофестиваля «Посмотри»: «Наши вожатые».  
17.15 – Час настольных игр.  
18.15 – Подготовка к вечернему мероприятию.  
19.00 – Ужин.  
19.30 – Конкурс «Танцевальный баттл».  
20.45 – Вечерняя линейка.  
21.00 – Вечерка.  
21.15 – Подведение итогов дня.  
21.45 – ВРМ.  
22.00 – Отбой.

### **ДЕНЬ ПЯТЫЙ. «ДО СВИДАНИЯ, ЛАГЕРЬ!»**

8.00 – Подъем.  
8.30 – Зарядка.  
9.00 – Завтрак.  
9.15 – Презентация фотофестиваля «Посмотри».  
9.45 – Акция «Спасибо, лагерь!».  
10.30 – Час общения «Лента дружбы».  
11.30 – Операция «Нас здесь не было».  
12.00 – Отрядные круги/ Вручение писем на память.  
13.00 – Обед.  
13.30 – Продолжение операции «Нас здесь не было».  
15.00 – Выезд из лагеря.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### • МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОРГАНИЗАТОРОВ ПРОФИЛЬНОЙ СМЕНЫ

#### *Описание примерных сценарных ходов событий 1-го дня смены «ДЕНЬ ЗНАКОМСТВА»*

- *Познавательная игра на местности «Разведай. Выясни. Сообщи» («Р. В. С.»).*

*Цель:* знакомство с территорией лагеря и изучение личности, качеств и достижений воспитателей, вожатых и сотрудников лагеря.

#### *Задачи:*

- создание эмоциональной атмосферы, способствующей проявлениям творческой активности детей;

- групповое сплочение на основе сотрудничества в процессе выполнения заданий игры.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Необходимые ресурсы:* не требуются.

*Предварительная подготовка:* подготовить лист-опросник.

#### *Ход игры:*

На общем сборе отрядов «ЗОЖ-Фестиваль – вместе мы сила!», где осуществляется объявление тематики и содержания смены, знакомство с традициями, законами лагеря, правилами и нормами поведения, введение ритуалов обращения, приветствия, взаимодействия, участникам смены предлагается принять участие в первом мероприятии смены, где будут оцениваться результаты и выставляться места с баллами. Представители отрядов получают листы-опросники, содержащие около 30 вопросов (количество определяется временем проведения мероприятия), которые можно условно разделить на пять подгрупп.

Примерные вопросы для лист-опросника:

#### Про лагерь:

- Сколько лавочек в лагере?
- Какого цвета ворота нашего лагеря?
- Назовите самое красивое место в нашем лагере?
- Сколько столов в столовой?
- Какие шторы в кабинете директора? Режимные моменты лагеря:

- Во сколько подъем?

- Во сколько отбой?

- Во сколько обед в лагере? Про сотрудников лагеря:

- Как зовут директора лагеря?

- Как зовут врача и медсестру?

- Как зовут наших поваров?

- Как зовут людей, которые охраняют нас день и ночь? Про педагогический отряд:

- Как зовут руководителя смены?

- Сколько человек в педагогическом отряде?

- Какой водительский стаж у методиста смены (имя, отчество)?

- На скольких музыкальных инструментах играет вожатая 2 отряда (имя, отчество)?

- Какие спортивные разряды имеет воспитатель 1 отряда (имя, отчество)?

#### Про детей:

- Кто самый маленький по возрасту из отдыхающих детей вашего отряда?

- Общий возраст всех ребят отряда?

- Общий рост отряда?



- Сколько мальчиков и девочек в отряде?
- Сколько рыжеволосых в отряде? Правила игры:
- Каждый отряд передвигается по территории лагеря с вожатым и обязательно все вместе, взявшись за руки.
- Находят всех людей, про которых есть вопросы.
- Перед тем как получить ответ, отряд выполняет специальное задание на сплочение группы.

#### **Примеры заданий -игр на сплочение отряда:**

- Атомы-молекулы.
- Человек к человеку.
- Крокодил.
- Путаница.
- Гусеница.
- Импульс.
- 33.
- Сесть на колени.
- Посиделки.
- Ура! Меня любят и т.д.

#### **• Огонёк знакомства в отрядах «Расскажи мне о себе»**

*Цель:* формирование положительного отношения детей и подростков друг к другу.

*Задачи:*

- познакомить ребят с вожатыми и друг с другом;
- создание доверительных отношений в отряде;
- настроить благоприятный эмоциональный фон в отряде;
- создать условия для раскрепощения детей;

- предоставление возможности всем участникам отряда лучше познакомиться друг с другом;
- познакомить ребят с традициями и легендами лагеря.

*Продолжительность дела:* 1 час 15 минут.

*Необходимые ресурсы:* свечи, «талисман отряда», «пакет откровений», клубок цветных ниток.

*Предварительная подготовка:* оформить место проведения.

А) Выбор места. Место должно быть замкнутое, комфортное пространство; лучше всего располагает к откровенному разговору – круг. Все участники должны видеть глаза друг друга.

Б) Пакет откровений. Нужно подготовить красочный, красивый конверт. Внутри него на разных цветных фигурных листочках написать вопросы, которые были бы интересны ребятам. Вопрос должен подразумевать развернутый ответ, тем самым вожатый сможет продиагностировать ценностные ориентиры ребенка, установки, стереотипы поведения. В) Талисман – это небольшой предмет (игрушка, статуэтка и др.), который будет передаваться из рук в руки каждый вечер на подведении итогов. И только тот, у которого талисман в руках, рассказывает о себе.

Вожатый, рассказывая о талисмани, объясняет ребятам, почему он важен для него и отряда. Это создаёт ситуацию доверия.

*Правила огонька:*

Огонек знакомств должен проходить в темпе, никто не шумит, вместо хлопков – «шуршание ладошками», разговаривают очень тихо, настраивая тем самым ребят на сон. Вожатые стараются посадить ребят «вперемешку», чтобы каждого из ребят было видно всему отряду. Очень важно, чтобы взрослые (вожатые, воспитатели) разбивали круг на равные части. Это нужно для того, чтобы внимание не сосредотачивалось только на взрослых, а также потому, что взрослые являются образцом общения.

*Ход дела:*

- Ведущий рассказывает легенду об огоньке знакомств. Первым рассказывает о себе всегда воспитатель/вожатый, чтобы раскрепостить остальных, дать краткую модель рассказа и в завершении отвечает на вопросы пакета откровений.

- В ходе огонька дети рассказывают о себе и отвечают на вопросы (пакет откровений передается по кругу из рук в руки вместе с талис- маном).

*Примерные вопросы для знакомства:*

- Привет, меня зовут ..., а тебя?

- Я и ... будем твоими вожатыми. Я сейчас поставлю тебе несколько вопросов для знакомства с тобой, хорошо?

- «Лиза, Саша» сколько тебе лет?

- Или ездил (а) ты в какой-нибудь лагерь.?

- Тебе интересно, что будет в этом лагере, в этом изменении?

То есть тебе хочется поехать, да?

- В какой школе ты учишься?

- А какой класс ты закончил?

- Много друзей у тебя в школе и во дворе? Часто ли ты гуляешь?

- Где вы обычно гуляете со своими друзьями?

- Едут с тобой твои знакомые или друзья?

- Скажи, какое у тебя хобби: ты любишь рисовать, или играешь ты в футбол или в настольные игры?

- Ходишь ты в любой кружок или спортивную секцию?

- Расскажи, а что ты сам ожидаешь от лагеря, чем ты больше всего хочешь заниматься там?

И т.д.

*Примерные вопросы для «пакета откровений»:*

- Какие 3 желания вы бы загадали золотой рыбке?

- С кем из известных актеров вы бы хотели сыграть в паре?

- Какой мягкой игрушкой вы хотели бы стать и почему?

- Если бы ты стал ангелом-хранителем кого-либо, то от чего и от кого ты бы оберегал этого человека?

- Куда бы ты отвез своих друзей, если бы стал волшебным авто- бусом?

- Легенда о ленте дружбы.

Вожатый берет клубок ниток и, пока обматывает нитку себе вокруг руки, называет три факта о себе (три слова), потом клубок передает другому. В итоге, все связаны одной ниткой. С помощью ножниц раз- резают аккуратно, и у каждого члена отряда на руках остается нить, которую завязывают и носят до конца смены.

- Вожатые настраивают ребят быть первыми, быть лучшими. Во- жатый читает стихотворение Роберта Рождественского «Если вы есть – будьте первыми», делая акцент на первое четверостишие:

Если вы есть – будьте первыми, Первыми, кем бы вы ни  
были. Из песен – лучшими песнями, Из книг –  
настоящими книгами.

Первыми будьте и только! Песенными, как моря.  
Лучше второго художника Первый маляр.

Спросятва соробело:

«Кто же тогда останется, Если все будут первыми,  
Кто пойдет в замыкающих?»

А вы трусливых не слушайте, Выих сдуйте, как пену,  
Если вы есть – будьте лучшими, Если вы есть – будьте  
первыми!

Если вы есть – попробуйте Горечь зеленых побегов,  
Примериваясь, потрогайте Великую ношу Первых.

Как самое неизбежное Взвалите ее на плечи.

Если вы есть – будьте первыми, Первым труднее и легче!

• На огоньке знакомств закладываются отрядные традиции (ритуал вручения подарков, награды «героям дня» и т.д.), а также традиции лагеря:

- традиция доброго отношения к людям;
- традиция доброго отношения к песне;
- традиция вечернего огонька;
- традиция «орлятского» круга и вечерней речёвки.

Вечерняя речёвка – это необходимое заключение дня в лагере.

*Пример речёвки:*

«День отшумел, и ночью объятый Лагерь зовет ко сну...

Доброй вам ночи, девчата! Доброй вам ночи, ребята!

Доброй вам ночи, наши вожатые и воспитатели! Завтра нам снова в путь!».

### Описание примерных сценарных ходов событий 2-го дня смены «ДЕНЬ ДОВЕРИЯ»

#### • Тропа доверия «Мы можем ВСЕ!»

*Цель:* Сплочение коллектива. Умение найти выход из трудных ситуаций. Принятие решений сообща коллективом.

*Задачи:*

- дать участникам понять, что результата можно добиться при совместной работе;
- сплотить отряд в процессе преодоления трудностей;
- создать атмосферу взаимного доверия и поддержки в коллективе;
- выявить лидеров отряда;
- оказать помощь детям и подросткам в преодолении собственного страха, своих комплексов;
- помочь решить возникшие конфликты на пути «тропы доверия».

*Продолжительность дела:* 75 минут.

*Место проведения:* территория лагеря.

*Необходимые ресурсы:* корзина со свитками, где прописаны названия испытаний и место их проведения.

Для прохождения тропы доверия (на станции) требуется:

- покрывало;
- шарф (платок);
- мел;
- лавки,
- длинная и прочная веревка (нитка),
- ложки (по количеству человек в отряде) и теннисный мячик (шишка);
- мяч, две жерди;
- фишки (кубики).

*Ход мероприятия:*

Построение, сдача рапортов командиров отрядов о готовности к участию в мероприятии. Объявление цели, задач, правил мероприятия, инструктаж по технике безопасности.

Тропа доверия «Мы можем ВСЕ!» может состоять из разного количества испытаний (не менее 8-9). Отряду необязательно проходить все этапы, хотя к этому можно стремиться. Главная задача отряда – добиться качественного результата и одобрения вожатых.

Для того чтобы отряды не мешали друг другу, выбранный на старте мероприятия «гонiec» вытягивает свиток и, пока вожатые не объявят

о прохождении испытания, держит его у себя в руках. По окончании прохождения испытания гонiec по команде вожатого бежит к коробке со свитками (отряду необязательно идти вместе с ним) и вытягивает новый и т.д. При выполнении заданий создается атмосфера доверия и поддержки в отряде. На примере увлекательных, но в то же время и сложных упражнений ребята учатся решать

общую задачу, вырабатывать тактику и стратегию ее решения. Вожатые на станциях в начале каждого упражнения зачитывают отряду задание и правила. Обязательно нужно проговорить правила техники безопасности. При возникновении вопросов, задание зачитывается повторно. Во время выполнения задания вожатые не помогают и не мешают отряду, ребята должны справиться с задачей самостоятельно.

Предлагаемые станции:

- ПЛОТ – (покрывало).

а) группе необходимо встать на покрывало и, не сходя с него, перевернуть на другую сторону.

б) группа встает на покрывало, затем группа встает на сложенное пополам покрывало и т.д.

- ГУСЕНИЦА – (шарф, платок).

Группа встает в затылок друг другу, и все кладут руки на плечи впереди стоящему. Первому завязывают глаза, последний хлопком сообщает, куда идти «Голове» (хлопок по правому плечу – направо; по левому – налево; обеими руками – прямо).

- БОЛОТО – (начертить «кочки» в виде прямоугольников).

Необходимо пройти «по кочкам» друг за другом, на одной кочке должны быть одна нога одного человека и нога другого.

- БРЕВНО – (лавки).

Последний перебирается на правый фланг, все остальные сдвигаются влево. Этап считается пройденным, когда первый окажется снова на своем месте.

- ЭЛЕКТРИЧЕСКАЯ СТЕНА – (нитками сделать ограждение).

Выбраться из периметра всей командой, держась за руки, не задевая ограждения.

ПАЛЬЦЫ.

- Команда, стоя в кругу, должна выбросить в круг одно и то же количество пальцев.

- ПЛОЩАДКА.

Вся команда должна встать на указанную вожатыми площадку и простоять 30 секунд.

- ШАРИК – (ложки и теннисный мячик/шишка).

Вся команда должна по цепочке передавать теннисный мячик из ложки в ложку.

- МАГИЧЕСКИЕ ШАРЫ – (мяч, две жерди).

Перенести мячи из одного круга в другой с помощью жердей, у каждого участника по 1 жерди.

- ВЕСЕЛЫЙ КРУГ.

Все встают в круг, кладут руки на плечи. По команде надо повернуться на 90 градусов и сесть другу на колени.

- ОГОРОД – (фишки).

Собрать по очереди фишки, не заступая за обозначенную границу.

- ПАДЕНИЕ НА ДОВЕРИЕ.

В ходе этого задания участник стоит на возвышении, спиной к своим ребятам. По команде он должен упасть спиной на руки ребят, которые делают «колыбель» и ловят его. Всего секунду человек оказывается «в полете», но эта секунда становится настоящей тренировкой доверия к своему отряду.

- **Торжественная церемония открытия смены  
«ВЫБОР ПЕРВЫХ – ЗОЖ!»**

*Цель:* формирование позитивного настроения, организация начала смены.

*Задачи:*

- ознакомить с основной линией смены;
- воспитывать патриотические чувства.

*Продолжительность дела:* 30 минут.

*Необходимые ресурсы:* флаг, музыкальное оборудование, планшеты, ноутбук, микрофоны.

*Ход мероприятия:*

Отряды выстраиваются на площадке перед линейкой.

Звучит торжественная музыка или попурри из детских песен. Ведущим линейки обычно является старший педагог (старший во-

жатый) или начальник смены, методист смены.

*Звучат фанфары к началу праздника.*

*Обращение к отрядам:* Объявляется минутная готовность перед началом мероприятия. Для начала торжественной линейки, посвященной открытию смены «Выбор первых – ЗОЖ!» всем отрядам занять свои места!

Ведущий 1: Лагерь! Внимание!

На торжественную линейку, посвященную открытию лагерной смены «Выбор первых – ЗОЖ!», шагом марш!

*Отряды начинают движение  
и занимают свои места на линейке.*

- Встречаем самых старших участников смены. Самые активных и креативных ребят из 1 отряда.
- Встречаем представителей 2 отряда. Они добьются больших успехов, а их вожатые им в этом помогут!
- Давайте поддержим аплодисментами самых шумных, зажигательных ребят из 3 отряда.
- На нашей площадке появляется самый любознательный, веселый и дружный – 4 отряд.
- Встречаем самых маленьких участников нашей смены – 5 отряд. Ведущий 2:  
Смену мы сейчас откроем, И открытие устроим.  
Повернитесь все друг к другу И пожмите руки другу.

**Ведущий 1:**

Руки вверх все поднимите И вверх пошевелите.

Крикнем весело: «Ура!» Открытие начать пора!!!

*Звучат фанфары.*

**Ведущий 1:** Внимание, лагерь! Смирно!

Командирам отрядов доложить о готовности отрядов к линейке открытия. Вольно.

*Командиры отрядов, начиная с первого отряда, сдают рапорт.*

*Рапорт командира отряда на линейке – открытии смены*

Внимание! Равняйся! Смирно!

Директор лагеря \_\_\_\_\_! Руководитель и методист смены (старший воспитатель)!

Команда (клуб, союз, лаборатория, отряд) (*название отряда*) на Торжественную линейку, посвященную открытию \_\_\_\_\_ смены «Выбор первых – ЗОЖ!» в количестве \_\_\_\_ человек построен.

Команда (клуб, союз, лаборатория, отряд) будет жить и работать под девизом: (*девиз отряда*)

Рапорт сдал командир отряда: (*ФИ командира*)

**Ведущий:** Лагерь, смирно!

*Сдача рапорта директору лагеря*

*Рапорт руководителя смены на линейке-открытии*

Товарищ директор лагеря!

Отряды на линейку, посвященную открытию смены «Выбор первых – ЗОЖ!», построены. Разрешите Государственный флаг Российской Федерации поднять, смену открыть.

Директор лагеря: Разрешаю Государственный флаг Российской Федерации поднять, смену открыть.

**Ведущий 1:** Право поднять флаг детского оздоровительного лагеря Российской Федерации предоставляется педагогическому отряду.

Внимание! Под Гимн Российской Федерации стоять смирно! Равнение на флаг!

*ЗВУЧИТ ГИМН РФ (поднятие флага)*

Директор лагеря: Лагерная смена «Выбор первых – ЗОЖ!» объявляется открытой!!!

**Ведущий 1:** Слово для поздравления и приветствия предоставляется директору лагеря

---

### *Выступление директора лагеря.*

**Ведущий 2:** Лагерь – это особый мир!

**Ведущий 1:** Лагерь – это неповторимое государство!

**Ведущий 2:** Лагерь – это чудеса и традиции.

**Ведущий 2:** Вот и началась ЛАГЕРНАЯ смена, посвященная одной из главных ценностей каждого человека – Здоровью!

**Ведущий 2:**

Здоровый образ жизни! Полезен он для всех.

Здоровый образ жизни! Удача и успех.

**Ведущий 1:**

Здоровый образ жизни! Со мной ты навсегда.

Здоровый образ жизни! Моя это судьба.

**Ведущий 2:**

Здоровый образ жизни, Будь у всех в крови!

Здоровый образ жизни! Счастливым будешь ты!

**Ведущий 1:**

Мы все живём в огромном мире,

В таком знакомстве – дружбы суть. Итак, мы смену начинаем,

Как говорится, в добрый путь!

**Ведущий 1:** Дорогие ребята! Все вы приехали на ЗОЖ-Фестиваль «Фарватер здоровья», чтобы продемонстрировать значимость здоровья для всех людей, независимо от возраста, вида деятельности. В рамках 5 объединений различной направленности: спортивной команды, туристического клуба, творческого союза, познавательной лаборатории, экологического отряда – вам предстоит совместными усилиями разгадать «Фарватер Здоровья», который поможет каждому достичь вершин своего совершенства и раскрыть секреты здорового образа жизни.

**Ведущий 2:** На ЗОЖ-Фестивале «Фарватер здоровья» мы будем жить по законам лагеря.

### **ЗАКОНЫ ЛАГЕРЯ**

- **Закон «00».**

Выполняй распорядок дня: никуда не опаздывай и заканчивай дела вовремя!

- **Закон правды.**

Запомни: правда нужна не только тебе, но и окружающим тебя людям. Будь правдив!

- **Закон чести.**

Вспоминай о своей физической силе только наедине с собой. Помни о своей духовной силе, благородстве, достоинстве, порядочности!

- **Закон дружбы и заботы.**

Прежде чем требовать внимание к себе, прояви его к окружающим. Помни об интересах, нуждах, потребностях других! Стань другом!

Храни и цени дружбу!

- **Закон добра и доверия.**

Будь добр к ближним, и добро вернется к тебе! Доверяй людям!

- **Закон милосердия.**

Тебе хорошо, но посмотри вокруг. Рядом могут быть люди, у которых слезы на глазах. Помогим! Не забывай о них!

- **Закон свободы.**

Можно все, что безопасно для тебя и других! Можно все, что не мешает окружающим!

- **Закон природы.**

Береги окружающую тебя природу!

- **Закон территории.**

За территорией лагеря много опасных неожиданностей. Помни: только в лагере ты в безопасности!

- **Закон правой поднятой руки.**

Если руку поднял кто-то – замолчи и слушай что-то!

- **Закон сюрпризов.**

Делай приятные сюрпризы людям! Жизнь прекрасна!

**Ведущий 2:** Впереди у вас интересные мероприятия, конкурсы, новые открытия, радость побед.

**Ведущий 2:** Вас ждёт много незабываемых впечатлений и неожиданных сюрпризов.

**Ведущий 2:** Дорогие друзья, мы с вами отправимся в удивительное, летнее путешествие по дням нашей смены. Ну а в этом нам помогут самые активные и креативные люди нашего лагеря.

**Ведущий 1:**

Давайте мы их сейчас позовем,

Всех тех, кто за руку вас в лагерь привел, Кто вам помогать будет,

руку подаст

И в самый ответственный час не предаст.

**Ведущий 1:** Сейчас мы хотим пригласить ваших воспитателей и вожатых, которые всю смену будут с вами рядом, встречаем бурными аплодисментами.

*Представление воспитателей и вожатых.*

**Ведущий 2:**

Мы – команда! Мы – в движении! Мы – здоровья продвижение!

Мы расскажем опыт личный, Как развить в себе привычки: **Ведущий 1:**

Утром рано просыпаться, Бегать, правильно питаться.

Вызов дня у нас таков:

Делай все и... (*лагерь хором*) БУДЬ ЗДОРОВ!

**Ведущий:** Внимание, отряды напра – налево. С линейки шагом марш.

*Звучит марш, отряды покидают линейку.*

*Описание примерных сценарных ходов событий 3-го дня смены «ДЕНЬ  
ВЗАИМОПОНИМАНИЯ»*

- **Маршрутная игра «Ты – организатор!»**

*Цель:* выявление организаторских способностей у детей и подростков в различных направлениях деятельности лагеря.

*Задачи:*

- раскрыть таланты и творческие способности детей;
- создать благоприятную обстановку в отряде;
- воспитывать чувство ответственности за себя и коллектив.

*Продолжительность:* 60 минут.

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, маршрутные листы, карточки с названиями предметов, животных, героев и т.д.

*Предварительная подготовка:* оформить маршрутные листы и станции, отряды выбирают организаторов по 1 человеку на каждую станцию, учитывая желания ребят.

*Правила проведения маршрутной игры:*

- Командирам отрядов выдаются маршрутные листы.
- От станции к станции дети выполняют действия, которые сказали им руководители станций (идти, взявшись за руки, спиной, прыжками и т.п.).

- На одну станцию отводится определенное время (7-8 минут). Если отряд не успевает или не может выполнить задание, то они не получают баллы и переходят к другой станции (переход 2-3 мин.).
- На каждой станции заявляется лидер отряда, который должен организовать всех на выполнение задания.
- Баллы выдаются в виде жетончиков. Максимальное количество заработанных отрядом на станции жетончиков – 5. Действия организатора оценивается по 5-балльной системе (в зависимости от оценки организатор получает определенное количество баллов).
- Руководители станции на маршрутном листе отмечают проходившие станции.
- Выигрывает тот отряд, у кого больше жетончиков.

#### *Станции:*

- «Пойми меня»: Организатор должен без слов объяснить остальным предмет, животное, героя и т.д.
- «Кто кого перепоеет»: Отряд делится на две группы и по очереди называют песни по алфавиту. После названия они могут напеть эту песню.
- «В мире статуй»: Руководитель станции показывает отряду изображения известных статуй. Они должны отгадать название и изобразить её.
- «Танцуй и веселись»: Ребятам включают как современную, так и классическую музыку. Они должны станцевать или показать характерные движения для данной музыки.
- «Рисуем вместе»: Используя мелки, ребята вместе должны нарисовать представление о лагере или об отряде.
- «Запрещенное движение»: Ребята вместе с руководителем встают в круг. Он предлагает ребятам выполнять за ним все движения, за исключением запрещенного, заранее им установленного. Выполняются спортивные упражнения.

На каждой станции важна роль организатора!

#### **• Представления-визитки отрядов «В здоровом теле – здоровый дух!»**

*Цель:* познакомить отряды друг с другом, создать благоприятную обстановку в коллективе, раскрыть таланты и способности детей, воспитывать чувство ответственности за себя и коллектив.

#### *Задачи:*

- заинтересовать ребят событиями жизни в лагере;
- сплотить ребят в процессе подготовки программы, выявить лидеров.

*Продолжительность дела:* 75 минут.

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, проектор, экран, заранее подготовленный, бумага (5 листов А4), ручка. *Предварительная подготовка:* в предыдущий день смены отряды участвуют в фотофестивале «Посмотри»: «Автопортрет нашего отряда».

*Ход мероприятия:*

#### **ВЫСТУПЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОТРЯДА**

*(без объявления, под музыку выходит педагогический отряд и танцует флешмоб).*

Ведущая: Добрый вечер, лагерь! Ребята: *Вечер добрый!*

Вожатый 1: Здесь солнце, небо, улыбка, радость, Вожатый 2: Рука в руке,

Вожатый 3: Звонкий смех,

Вожатый 4: Жизнь, Удача Свобода, Драйв, Вожатый 5: Любовь, Смелость,

Лидерство, Сила, Вожатый 6: Дружба Воля. И это всё – мы, Вожатый 7: И

это наш педагогический отряд.

Все вместе: Мы рады сегодня быть здесь и сейчас! Вожатый 1:

Эй, ребята, шире шаг,

Нет, наверно, в целом мире Веселей, дружнее ребят.

Вожатый 2:



Не грустят в семействе нашем, Мы поём. Танцуем.

Пляшем. В ритме века мы живём.

Время классно проведём. Вожатый 3:

Пропаганду здорового образа жизни ведём, Сценарии пишем, песни поём!

Дискотеки, вечера – всё проходит у нас на «УРА!». Вожатый 2: Мы – за

здоровье и за счастье, Вожатый 4: Мы – против боли и несчастья!

Вожатый 5: За трезвый разум, за ясность мысли, Вожатый 7: За детство, юность, за радость жизни!

Ведущая: Ну, что ж, о себе мы рассказали, теперь о Вас узнать хотим. На сцену приглашаются командиры отрядов.

*Командирам выдается лист бумаги и ручка.*

Задания:

• Написать название отряда по буквам. На каждую букву надо придумать прилагательное, характеризующее качество, которым будем обладать ваш отряд.

Пример:

Ф – фантастический Е – единственный

Н – невероятный

И – изобретательный К – креативный

С – сплоченный

- Написать 4 факта о своем отряде, один из них ложный. Пример:
- В нашем отряде 20 мальчиков и 10 девочек.
- Все мы умеем плавать.
- Мы все – вегетарианцы (ложь).
- Все мы очень любим шоколад.

*После того как командиры получили задания, они уходят готовиться.*

Ведущая: Встречаем на сцене зажигательных, добрых, позитивных вожатых и воспитателей.

### ВЫСТУПЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОТРЯДА

*(танец)*

Ведущая: Что ж, девчонки и мальчишки, мы рады приветствовать вас на нашем ЗОЖ-Фестивале «Фарватер здоровья». Я уверена, вы уже подружились со своими вожатыми и воспитателями и многое о них узнали. Но только сейчас мы узнаем подробности вашего отряда.

Внимание, их хобби – танцевать, вышивать, вязать, строгать, но они сейчас здесь и сейчас.

Встречаем самых маленьких гостей нашего фестиваля – (5 отряд)

«Экологический отряд».

*Презентация фотофестиваля «Посмотри»:*

*«Автопортрет нашего отряда». Визитка 5 отряда.*

В визитку входит:

- Участие принимают все ребята отряда.
- Ребята должны продемонстрировать собственные способности (песня, танец, гимнастика, стихи и т.д).
- В выступлении нужно отобразить особенности своего объединения (отряда).
- Рассказать 4 факта. Зал должен отгадать, что является ложью.
- В конце сказать название + прилагательные на каждую букву и девиз.

### ВЫСТУПЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОТРЯДА

*(игра с залом).*

Ведущая: Веселые, креативные, полны идей! На нашей сцене появляется самый любознательный, веселый и дружный – (4 отряд)

«Познавательная лаборатория».

*Презентация фотофестиваля «Посмотри»:*

*«Автопортрет нашего отряда». Визитка 4 отряда.*

Ведущая: Эти замечательные ребята несут миру добро и позитив. Давайте поддержим аплодисментами самых шумных, зажигательных ребят из (3 отряда) – «Творческий союз».

*Презентация фотофестиваля «Посмотри»:  
«Автопортрет нашего отряда». Визитка 3 отряда.*

#### ВЫСТУПЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОТРЯДА

*(игра с залом)*

Ведущая: Активные, креативные, любят шутить, так что готовьтесь к розыгрышам. Встречаем ребят (2 отряда) – «Туристический клуб».

*Презентация фотофестиваля «Посмотри»:  
«Автопортрет нашего отряда». Визитка 2 отряда.*

Ведущая: Громкие, яркие ребята нашего лагеря. У них много талантов, которые они умело скрывают. Что ж, ребята – все в ваших руках, продемонстрируйте нам свои способности!

Встречаем, самых старших ребят нашего лагеря. Спортивную команду (1 отряд), просим на сцену!

*Презентация фотофестиваля «Посмотри»:  
«Автопортрет нашего отряда». Визитка 1 отряда.*

Ведущая: Вот мы и познакомились с самыми спортивными, веселыми, сильными и ловкими, умными, красивыми и добрыми ребятами, которые приехали отдохнуть и набраться сил в наш летний оздоровительный лагерь!

Мы надеемся, что этот сезон вам понравится, и вы захотите еще раз приехать отдохнуть с пользой именно сюда!

И для вас еще один замечательный музыкальный подарок!

#### ВЫСТУПЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОТРЯДА

*(танец)*

- Опрос участников смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля» Первичный опрос участников смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля»

может проводиться в устной или письменной форме и включать ряд

открытых вопросов.

Инструкция:

Здравствуй друг!

Мы очень рады, что ты приехал в наш лагерь!

Ответь, пожалуйста, на нижеперечисленные вопросы – это поможет нам сделать смену более содержательной и интересной.

- Ты – в лагере. Совпали ли твои представления об этом лагере с тем, что ты увидел?
- Что бы ты хотел организовать, провести в лагере?
- Чему бы ты хотел научиться в лагере?
- Каковы твои представления о вашем отряде?
- Что ты считаешь обязательным, необходимым в устройстве твоей жизни в лагере?
- Знаком ли ты с Движением Первых?
- Твои пожелания вожатым.
- Назови трех ребят вашего отряда, которые, на твой взгляд, могли бы стать твоими хорошими друзьями.

СПАСИБО ЗА ОТВЕТЫ!

*Описание примерных сценарных ходов событий 4-го дня смены «ДЕНЬ РОССИИ»*

• **Торжественная линейка «Это моя Россия»**

*Цель:* формирование чувства причастности к большой стране, понимание значимости консолидации ресурсов для решения социально значимой деятельности.

*Продолжительность дела:* 30 мин.

*Необходимые ресурсы:* музыкальное оформление, Государственный гимн Российской Федерации, Государственный флаг Российской Федерации.

*Предварительная подготовка:* репетиция творческих номеров. Ведущий: Лагерь, внимание! Отрядам подготовиться и сдать рапорт.

В: Торжественная линейка, посвящённая тематическому дню «Быть с Россией», объявляется открытой.

В: Почётное право поднять Государственный флаг Российской Федерации предоставляется \_\_\_\_\_ (либо вынос флага знаменной группой). Лагерь, смирно. Звучит Государственный гимн Российской

Федерации.

*Звучит гимн Российской Федерации. Поднятие флага.*

В: Вольно!

*Приветственные слова от приглашённых гостей.*

В: Сегодня мы погрузимся в историю, культуру и природу нашей прекрасной Родины. Готовы ли вы к увлекательному путешествию?

Дети: Да!

Ведущий: Отлично! Давайте начнём с нашей великой истории. Все мы знаем, что Россия – одна из самых больших стран в мире. Её территория располагается на двух континентах и омывается множеством морей. Каждый регион нашей страны имеет свои уникальные черты и достопримечательности. Россия славится своими традициями, народным искусством и музыкой. Этническое многообразие нашей страны делает её культуру уникальной и неповторимой. Кроме того, нашей стране также присуща удивительная природа. Россия богата разнообразными ландшафтами, от горных хребтов до бескрайних равнин и величественных рек. И наконец, необходимо вспомнить о наших знаменитых личностях. Россия дала миру множество выдающихся писателей, художников, учёных и спортсменов. Будьте горды своей страной и помните, что каждый из вас – часть этой прекрасной истории.

В: Кроме того, у нашей страны есть много символов. Например, Государственный флаг Российской Федерации – это символ единства, силы и гордости нашей страны. Красный цвет символизирует отвагу и смелость наших предков, которые всегда готовы защищать свою Родину. Синий цвет олицетворяет верность и преданность нашим идеалам и ценностям. Белый цвет символизирует чистоту и мир, который мы стремимся сохранить и укрепить. Государственный флаг России – это не просто кусочек ткани, это знамя, под которым мы объединяемся, работаем и строим будущее нашей великой страны. Пусть он всегда будет возвышаться над нами, напоминая о нашей сильной и непоколебимой России!

В: Сейчас каждый из вас может загадать ваше заветное желание, и оно обязательно сбудется. Для этого поднимите ваши руки вверх и закройте глаза.

*Флаг проносится над головами детей всего лагеря, чтобы поднятые вверх руки касались его.*

*Творческие детские номера, подготовленные участниками смены*

• **Тематическое ПЧП «О главном»**

*Продолжительность дела:* 30 мин.

*Необходимые ресурсы:* гитара, музыкальное оформление, слова песен.

*Предварительная подготовка:* не требуется.

Полчаса песни «О главном» включает в себя разучивание и исполнение песен о России, малой Родине, показывающих разнообразие культур, пробуждающих чувства гордости за страну, а также создающих атмосферу единства и патриотизма.

Пример песен:

- «Наш дом». Слова В. Счастливого, музыка В. Мерцалова.
- «Ты человек» из к/ф «Приключения Электроника».
- [«Родина»](https://forum.d-seminar.ru/threads/rodina-moja-r-rozhdestvenskij-d-tuxmanov.10804/) [HYPERLINK "https://forum.d-seminar.ru/threads/rodina-moja-r-rozhdestvenskij-d-tuxmanov.10804/"](https://forum.d-seminar.ru/threads/rodina-moja-r-rozhdestvenskij-d-tuxmanov.10804/) [\\_HYPERLINK "https://forum.d-seminar.ru/threads/rodina-moja-r-rozhdestvenskij-d-tuxmanov.10804/"](https://forum.d-seminar.ru/threads/rodina-moja-r-rozhdestvenskij-d-tuxmanov.10804/) ["моя»](https://forum.d-seminar.ru/threads/rodina-moja-r-rozhdestvenskij-d-tuxmanov.10804/). Слова Р. Рождественского, музыка Д. Тухманова.

- **Акция «Письмо другу»**

*Продолжительность дела:* 30 мин.

*Необходимые ресурсы:* бланки для писем, конверты, ручки.

*Предварительная подготовка:* не требуется.

Профильные смены Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение Первых» проходят во всех регионах страны. Данная акция позволяет объединить незнакомых ребят, создать ощущение причастности к масштабному проекту проведения смен в лагерях по всей России, расширить горизонты представления о стране и помочь приобрести нового друга.

Каждому ребёнку предлагается написать небольшое письмо, в котором он расскажет о себе, своих увлечениях и интересах, регионе проживания, а также сочинить послание и пожелание предполагаемому адресату. По желанию дети могут оставить свои контакты, чтобы получатели писем могли связаться с отправителями. Далее все письма собираются и передаются педагогам другого лагеря. Обмен письмами можно организовать среди разных смен одного лагеря, либо лагерей внутри одного муниципального образования/региона, либо выйти на межрегиональный уровень.

После проведения акции «Письмо другу» для поддержания интереса к общению и объединению детей предлагается организовать общелагерную почту. У каждого отряда появляется собственный почтовый ящик, и любой желающий может отправить письмо, адресованное к кому-то

лично или целому коллективу. Такая почта может существовать в течение всей смены с назначением ответственных детей, выполняющих роль почтальонов.

- **Классная встреча**

*Продолжительность дела:* 30 мин.

*Необходимые ресурсы:* поощрительные призы за лучшие вопросы.

*Предварительная подготовка:* не требуется.

«Классные встречи» – проект, в рамках которого успешные и известные люди встречаются с ребятами, рассказывая о себе и своём профессиональном пути, стараются поделиться с детьми опытом и знаниями. Активисты в открытой и неформальной беседе могут задать интересующие вопросы (о личной жизни, карьере и профессиональном успехе героя) или спросить совет в чём-либо.

Ведущими классной встречи могут стать сами участники профильной смены. В качестве гостя можно пригласить значимого и выдающегося человека региона (писателя, спортсмена, учёного, музыканта, педагога, врача и др.). Встреча строится в форме диалога между гостем и участниками смены. В самом начале гость может рассказать о себе, своей деятельности и интересные факты из своей биографии, которые были бы интересны детям. Далее участники могут задать вопросы. В конце встречи гость выбирает самые интересные вопросы и поощряет их авторов подарками.

Во время общения можно делать акценты на личности человека, его истории успеха, внесённом вкладе в развитие региона. Кроме того, для проведения «Классной встречи» возможно использование презентационного или видеоматериала гостя.

- **Ярмарка «Многообразие в единстве»**

*Цель:* расширение знаний о богатой истории России, о национальных символах, культуре, традициях и достижениях страны.

*Продолжительность дела:* 1 час.

*Необходимые ресурсы:* музыкальное и художественное оформление, костюмы.

*Предварительная подготовка:* каждый отряд организует работу станции, которая раскрывает самобытность одной из национальностей, проживающей на территории Российской Федерации.

Данное мероприятие направлено на формирование у участников смены отношения к России как многонациональной стране, а также на погружение в историю различных культур и традиций. Подготовка и проведение ярмарки подразумевает изучение участниками смены национальных особенностей России.

Каждый из отрядов самостоятельно выбирает регион России и готовит его презентацию. Для подготовки рекомендуется использовать игры, танцы, песни, загадки, частушки, прикладное искусство, костюм, диалекты и т.д., характерные для выбранного региона. В начале подготовки важно убедиться, что выбранные отрядами регионы не повторяются, либо рассматриваются с различных, отличающихся сторон.

Для непосредственного проведения ярмарки «Многообразие в единстве» необходимо разделить каждый отряд на две группы: организующие работу станции и посещающие станции, подготовленные другими отрядами.

В самом начале даётся вводная о проведении ярмарки и правилах её проведения. Во время ярмарки участники свободно перемещаются от станции к станции без маршрута и строго ограничения по времени. Рекомендуемое время для проведения одной станции – до 10 мин. Если имеется возможность использования различных костюмов, то приветствуется в завершении ярмарки дефиле участников.

Пример заданий станции в рамках проведения ярмарки «Многообразие в единстве»

*Костромская область*

Встречает участников девочка в костюме Снегурочки. Приветствует и кратко рассказывает об истории и особенностях региона.

– Здравствуйте, хлебом солью угощаем, так всегда гостей встречаем. А ещё на нашем столе вы часто можете встретить костромской сыр, щеницу, белые грузди, чёрную соль, ну и куда же без хлебово – это любое первое блюдо, которое можно есть (хлебать).

Знаете ли вы, что Костромская область имеет множество статусов? Например, Кострома – сырная, льняная, ювелирная столица России; Кострома – родина Снегурочки; Кострома – кинематографическая; Кострома – колыбель дома Романовых, «жемчужина» Золотого кольца и многое другое. Но для начала попробуйте отгадать, как зовут жителей у нас?

**Костромѝ ч Костромчанин Костромѝнин**

Играть все любят, и взрослые, и дети. Сейчас мы вас научим играть в несколько наших любимых.

*Игра «Заплетайся плетень».* Играющие делятся на две равные по силам команды – зайцы и плетень. Чертят две параллельные линии – коридор шириной 10-15 см. Игроки – плетень, взявшись за руки, становятся в центре коридора, а зайцы – на одном из концов площадки. Дети – плетень читают:

Заяц, заяц не войдет  
В наш зеленый огород! Плетень, заплетайся,  
Зайцы лезут, спасайся!

При последнем слове зайцы бегут к плетню и стараются разорвать его или проскочить под руками играющих. Зайцы, которые проскочили, собираются на другом конце коридора, а тем, кого задержали, говорят:

«Иди назад, в лес, осинку погрызи!». И они выбывают из игры. Дети – плетень поворачиваются лицом к зайцам и читают:

«Не войдет и другой раз,  
Нас плетень от зайцев спас!».

Игра повторяется, пока не переловят всех зайцев. После этого меняются ролями.  
Правила игры: побеждает та группа, которая переловит всех зайцев при меньшем количестве запевов.

*Игра «Кострома».*

А ну честной народ, становись в хоровод!

Дети встают в круг, берутся за руки. В центре находится водящий – Кострома. Играющие идут по кругу и говорят слова на распев.

Ах, где ты, моя Кострома, Ах, где, государыня моя?

Дома, Кострома?

Кострома: Дома! Дети: Что делаешь?

Кострома: Нитки пряду!

*(Дети ходят в хороводе и пальчиками показывают, как будто прядут).*

Ах, где ты, моя Кострома, Ах, где, государыня моя?

Дома, Кострома?

Кострома: Дома! Дети: Что делаешь?

Кострома: Клубки мотаю!

*(Дети ходят в хороводе и показывают, как мотают клубки).*

Ах, где ты, моя Кострома, Ах, где, государыня моя?

Дома, Кострома?

Кострома: Дома! Дети: Что делаешь?

Кострома: Поработала – пообедаю!

*(Дети ходят в хороводе и показывают, как едят ложкой).*

Ах, где ты, моя Кострома, Ах, где, государыня моя?

Дома, Кострома?

Кострома: Дома! Дети: Что делаешь?

Кострома: Легла да уснула...

*(Дети ходят в хороводе, сложили ладошки и как будто спят). (Тихо) Ах, где ты, моя*

Кострома,

Ах, где, государыня моя?

Дома, Кострома? Кострома: Дома! Дети: Что делаешь?

Кострома: Проснулась – попрыгаю!

*(Все дети прыгают).*

Ах, где ты, моя Кострома, Ах, где, государыня моя?

Дома, Кострома?

Кострома: Дома!

Дети: Что делаешь?

Кострома: Сейчас догонять вас буду!

*(Все разбежались кто куда).*

Дети разбегаются в разные стороны, водящий – догоняет, первый пойманный становится Костромой. Игра повторяется.

Кроме того, Костромская область раскинулась на 500 км и занимает площадь в более 60 000 квадратных метров, а это означает, что диалектов очень много и даже внутри одной области не все друг друга могут сразу понять. Попробуйте догадаться, что могут означать следующие слова.

Ревит – ревет, плачет. Больничка – больничный лист.

Отдайся (отдайсь) – отойди.

Катулька – накатанный тротуар, ледянка. Прибираться – делать уборку в доме.  
Баский, баской, баско – красивый, нарядный. Басалай – озорник, сорванец.  
Взбулгачить – взбудоражить.  
Ветреет (о выстиранном белье) – сушится.  
Лыва – ручей; низкое место, подтопляемое водой; лужа на дорогах после дождя.  
Мерековать – думать, размышлять.  
Навздеваться – надеть на себя что-то лишнее, слишком тепло одеться. Перемываха – одежда для переодевания.  
Позобать – поест, а зазобался – подавился.  
Сгоношить – сделать что-то быстро, на скорую руку, из старого переделать.  
Торгаться – пытаться открыть дверь, стучаться в дверь.

• **Праздничная концертная программа**  
**«Россия – мой дом».**

*Цель:* формирование социально значимых ценностей и качеств личности, таких как толерантность, уважение к разным культурам и мнениям, ответственность и патриотизм.

*Продолжительность дела:* 1 час.

*Необходимые ресурсы:* музыкальное и художественное оформление, клубок ниток.

*Предварительная подготовка:* сольные и отрядные номера.

Праздничная концертная программа «Россия – мой дом» станет ярким эмоциональным завершением тематического дня «Быть с Россией». Дети заранее могут заявиться на выступление как с сольным номером, так и отрядным. Номера могут быть различной творческой направленности и должны отражать тематику концерта и дня в целом. Рекомендуется выбрать на роль ведущих активных участников смены. Участие в концертной программе позволит детям получить опыт выступления на сцене и реализации своего творческого потенциала.

В завершение концертной программы предлагается сделать следующее символическое действие под финальную песню. Ведущий бросает клубок ниток в зал, участник, принимая его, обматывает нитку вокруг руки и перекидывает клубок в другой конец зала. Так происходит до тех пор, пока клубок ниток не побывает в руках каждого участника. В завершающей речи ведущего программы следует сделать акцент на единстве и объединении детей, ведь они все живут в одном доме – Россия.

• **Вечерний сбор отряда «Мы вместе»**

*Продолжительность дела:* 30 мин.

*Необходимые ресурсы:* фонарик, гирлянды, символ отряда, украшение помещения, сюрпризы.

*Предварительная подготовка:* не требуется.

Важно заранее настроить и подготовить детей, чтобы создать спокойную доверительную атмосферу для общения. В предварительно украшенную для проведения вечернего сбора отряда комнату приглашаются дети. И в самом начале повторяются правила его проведения:

- говорим о самом важном откровенно;
- обсуждаем не человека, а дела и поступки;
- внимательно слушаем, не перебиваем;
- говорим вполголоса;
- критикуешь – помогай, советуй, предлагай;
- когда человек высказался – благодарим, потеряв ладошки друг о друга;
- говорит тот человек, в руках у которого есть символ отряда.

Основой для обсуждения на вечернем сборе отряда может послужить следующая древняя народная притча про метлу.

Жил один старик, и было у него трое сыновей. Братья часто ссорились друг с другом. Старик думает: «Как только умру, сыновья разделятся и разойдутся, и всем будет худо».

Пришло время старику умирать. Позвал он сыновей и велел принести веник. Сыновья подали отцу веник.

Старик говорит:

- Переломите веник. Сыновья сказали:
- Разве можно веник переломить?

Старик развязал поясок на венике, и прутья рассыпались.

- Ломайте прутья! – сказал старик. Сыновья все прутья переломали.

Старик говорит:

- Вот и с вами будет то же, что с этим веником. Если вы будете вместе дружно жить, никакая беда вас не одолеет. А как разойдётесь по одному, тогда все пропадёте.

Обсуждение притчи проходит в свободном формате, дети могут высказаться по поводу притчи и рассказать, что она значит для них. Вожатый в конце может подвести итог, что для успеха в любом деле нужна сила, и эта сила – в нашем объединении и единстве.

В конце вечернего сбора важно провести анализ всего дня, вспомнить ключевые события.

Какое событие сегодня стало для меня самым значимым? Что я узнал нового о нашей стране?

Что больше всего меня удивило в знакомстве с культурой национальностей?

Чему я научился новому сегодня?

Что для меня означает быть вместе? Быть с Россией?

Для запечатления этого дня вожатый может подготовить сюрпризы на память. В завершении можно исполнить отрядную песню и провести ритуалы прощания.

### *Описание примерных сценарных ходов событий 5-го дня смены «ДЕНЬ ПЕРВЫХ»*

#### *• Торжественная линейка Первых*

*Продолжительность дела:* 30 минут.

*Необходимые ресурсы:* музыкальное оформление, государственный гимн Российской Федерации, государственный флаг Российской Федерации, специально подготовленные шаблоны частей пазла по

числу отрядов лагеря (шаблоны будут использованы для создания единого объекта, поэтому желательно выполнить части достаточно крупного размера, одна деталь размером А2), карточки с ценностями Движения.

*Предварительная подготовка:* репетиция с ведущими линейки и танцевальной группой флешмоба Движения.

Примерный план проведения линейки:

**Ведущими могут стать активисты «Движение Первых».**

Приветствие ведущих и сдача рапорта.

- Ведущий: Лагерь, внимание! Отрядам приготовиться и сдать рапорт.

**В:** Торжественная линейка, посвящённая тематическому дню Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение Первых», объявляется открытой.

**В:** Сегодня особый день, ведь быть в Движении для нас не просто слова. Мы объединяемся вместе, чтобы обеспечить России великое будущее, чтобы сделать достойной и счастливой жизнь всех поколений, чтобы менять мир к лучшему!

**В:** В течение всего дня нас ждёт множество активностей, во время которых мы сможем лучше узнать о Движении, определить возможности для личного развития в нём и спроектировать деятельность ваших первичных отделений.

- **В:** Почетное право поднять Государственный флаг Российской Федерации предоставляется \_\_\_\_\_ (либо вынос флага знаменной группой). Лагерь, смиренно. Звучит Государственный гимн Российской Федерации.



*Звучит гимн Российской Федерации. Поднятие флага.*

В: Вольно!

- Приветственные слова от приглашённых гостей (глав муниципа- литетов/руководителей органов образования/молодежной политики/ специалистов регионального, местного отделения).
- Стихотворение читают по четверостишью участники смены.

Движение Первых потому зовется так, Что каждый в чём-то первый на планете, Ты волю собери внутри в кулак, Ведь только ты за жизнь свою в ответе. Дерзай, не бойся пробовать творить, Ты ещё только ищешь свою тропку,

И не спеши ты детство торопить, И пусть шаги твои ещё так робки, Ты не страшись, что не такой, как все, Ведь тех, кто славится великими делами, Сначала тоже не могли понять совсем, С их непривычными тогда мечтами. И лишь с годами, осознав вполне, Величье замысла и красоту свершенья, Их гений признан был с другими наравне, Открытие достойно восхищенья. Как знать, быть может и тебе судьба Пророчит стать отцом больших открытий, А начинается все с малого шажка, Вот с этих незначительных событий. Ты первый, как и все дети вокруг, Не гений может, но ты уникален, Поэтому иди вперёд мой друг,

В мир, что прекрасен так и многогранен.

*Галина Логинова*

В: Быть Первым – почётное звание, когда ты готов быть впереди и вести за собой других, вдохновлять на новые свершения и не бояться брать на себя ответственность. У Первых есть особая миссия:

- Быть с Россией,
- Быть человеком,
- Быть вместе,
- Быть в движении,
- Быть первыми.

В: В течение всего дня мы будем говорить о Движении и его ценностях. В честь этого мы запускаем задание дня «Мы – часть большего!». В рамках него отрядам необходимо представить одну из ценностей Движения на части шаблона общего пазла в виде рисунка. А уже вечером мы сможем собрать этот пазл и увидеть полную картину ценностей Движения.

*Отряды получают карточку с ценностью и шаблон пазла. Если от- рядов меньше по количеству, чем ценностей, то один отряд может взять несколько. Кроме того, педагогический состав также является участниками данного задания.*

Ценности «Движение Первых»:

- Взаимопомощь и взаимоуважение.
- Единство народов России.
- Историческая память.
- Добро и справедливость.
- Мечта.
- Созидательный труд.
- Жизнь и достоинство.
- Патриотизм.
- Дружба.
- Служение Отечеству.

- Крепкая семья.

### *Детские творческие номера*

В: Я в движении

- Мы в движении (*лагерь отвечает хором*)

В: Мы в движении

- Всегда в движении (*лагерь отвечает хором*)

*Флешмоб Движения Первых*

- ***Классная встреча с председателем Совета регионального отделения движения детей и молодёжи***

*Продолжительность дела:* 30 мин.

*Необходимые ресурсы:* поощрительные призы за лучшие вопросы.

*Предварительная подготовка:* не требуется.

«Классные встречи» – проект, в рамках которого успешные и известные люди встречаются с ребятами, рассказывая о себе и своём профессиональном пути, стараются поделиться с детьми опытом и знаниями. Активисты в открытой и неформальной беседе могут задать интересующие вопросы (о личной жизни, карьере и профессиональном успехе героя) или спросить совет в чём-либо.

Ведущими классной встречи могут стать сами участники профильной смены. Встреча выстраивается в форме диалога между представителем Движения Первых и участниками смены.

В самом начале гость может рассказать о себе и факты о Движении, которые были бы интересны детям. Далее участники могут задать вопросы. В конце встречи гость выбирает самые интересные вопросы и поощряет их авторов подарками. Во время общения можно делать акценты на личности человека, его

истории успеха, становлении его в Движении. Кроме того, для проведения «Классной встречи» возможно использование брендбука проекта, презентационного или видеоматериала гостя.

- ***Проектная сессия «Открывая горизонты»***

*Продолжительность дела:* 1,5 часа.

*Необходимые ресурсы:* бланки команд, таблички станций, канцтовары (ручки, фломастеры, бумага А4, ватманы, цветная бумага, картон, клей, скотч).

*Предварительная подготовка:* разделение отрядов по первичным/местным/региональным отделениям или близлежащим регионам.

Перед началом проектной сессии участникам профильной смены предлагается познакомиться с флагманскими проектами «Движения Первых». Знакомство проходит в свободном порядке, в формате ярмарки. Для этого необходимо заранее подготовить ведущих станций из числа детей, которые желательно были участниками данных проектов.

Ведущим необходимо рассказать о проекте, возможном участии в нём, а также рассказать о собственном опыте, впечатлениях и достижениях. Остальные участники в свободном порядке переходят от станции к станции, узнают о проектах, задают интересующие их вопросы.

Далее для проведения самой проектной сессии желательно разделить всех участников не по отрядам, а по первичным отделениям, либо муниципальным образованиям. Это повысит эффективность мероприятия на этапе последствий, когда дети смогут реализовать проектные идеи на практике в своем первичном отделении.

Несмотря на разнообразие и масштаб Всероссийских проектов и форумов, одной из важнейших единиц в структуре Движения является именно первичное отделение. Оно может быть образовано на базе любого учреждения, где есть дети и молодёжь от 6 до 25 лет и задаёт темп и направление работы всего Движения. Первичное отделение собранием Совета определяет приоритетные направления развития, утверждает структуру внутреннего самоуправления и план мероприятий. В процессе данной проектной сессии команды смогут

разработать конкретное мероприятие и в дальнейшем реализовать его у себя на месте в первичном или местном отделении. Проектная сессия состоит из 5-х этапов.

Этап	Краткое описание	Длительность этапа
1	<p>Знакомство с флагманскими проектами Движения в свободном режиме в формате ярмарки.</p> <p>Флагманские проекты «Движения Первых»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Всероссийский конкурс «Большая перемена»</b> Конкурс предоставляет возможность молодым людям проявить свои способности. В конкурсе оцениваются знания и навыки, которые пригодятся детям и подросткам в современном мире: умение работать в команде, способность находить нестандартные решения в сложных ситуациях, творческое мышление</li> <li>• <b>Всероссийский проект «Хранители истории»</b> В рамках проекта участники не просто изучают историю памятных мест, а и посещают их, облагораживая и проводя косметическое восстановление архитектуры. Хранители истории также могут нести почетный памятный караул на местах. Кроме того, параллельно участники разрабатывают федеральную платформу интерактивной карты памятных мест.</li> <li>• <b>Военно-патриотическая игра «Зарница 2.0»</b> Новый формат «Зарницы» включает в себя современные тенденции развития. Это технологичные испытания, управление дронами и работа с радиостанциями. На онлайн-платформе игроки участники заводят свои аватары, проходят обучения, испытания, выбирают роль, наиболее близкую своим интересам.</li> <li>• <b>Всероссийский проект «Вызов Первых»</b> Мультиспортивные состязания, встречи и вызовы, которые помогают найти занятие спортом по душе и получить жизненно важные навыки, такие как работа с собственным весом и развитие координации. Дисциплины, включенные в проект, доступны в каждой школе и колледже, их можно выполнять даже на перемене: планка, подтягивания, классики, упражнения со скалкой, а тренироваться и готовиться участники могут на семейных фестивалях Движения вместе с родными и близкими.</li> <li>• <b>Всероссийский чемпионат пилотирования дронов «Пилоты будущего»</b> Соревнования по управлению беспилотными летательными аппаратами. Чемпионат направлен на получение востребованных навыков и компетенций разработки и управления дронами и их дальнейшее совершенствования Одна из дисциплин чемпионата – гонки дронов (беспилотных воздушных судов), – новый вид спорта будущего. Участников проходят тренировки и соревнования по пилотированию в онлайн симуляторах, обучение навыкам конструирования дронов, пилотирование на специально подготовленных трассах, выполнение заданий и прикладных дисциплин, стажировки в крупных промышленных и топливно-энергетических компаниях, где можно применить полученные навыки.</li> </ul>	20 мин

Этап	Краткое описание	Длительность этапа
------	------------------	--------------------

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Всероссийский проект «Школьная классика»</b>          Проект «Движения Первых» и Театрального института им. Бориса Щукина для тех, кто хочет создать в своей школе театр, развивать его и попасть на большую сцену. В рамках проекта проходят мастер-классы и творческие встречи с профессионалами в сфере театральной деятельности, повышение квалификации и методические рекомендации для педагогов, а также показы детских спектаклей и театральные фестивали.</li> <li>• <b>Всероссийский проект «Звучи»</b>          Данный проект для всех, кто не равнодушен к музыке. «Звучи» формирует настоящее музыкального сообщества и возрождает хоровую традицию, участники получают возможность не только развивать свои музыкальные таланты, но и выступить на больших сценах со знаменитыми артистами. Кроме того, каждый желающий может попробовать себя в качестве автора своих музыкальных произведений.</li> <li>• <b>Всероссийский проект «МедиаПритяжение»</b>          Всероссийский проект «МедиаПритяжение» – это уникальный проект для юных журналистов, блогеров, видеомейкеров, дизайнеров и медиацентров общеобразовательных организаций. Проект включает в себя образовательную и конкурсную составляющую. Участники проходят информационно-просветительский курс, выполняют конкурсные задания и борются за уникальные возможности и призы.          Благодаря этому проекту формируется единая детская редакция страны, которая проходит стажировки в ведущих медиакомпаниях России, а также мастер-классы от лидеров индустрии.</li> <li>• <b>Всероссийский проект «Первая помощь»</b>          Проект позволяет получить основные навыки оказания первой помощи в различных ситуациях. Участникам предлагается пройти информационно-просветительский онлайн-курс и мастер-классы по обучению навыкам оказания первой помощи. Помимо участников, наставники Движения также могут пройти обучение на младших инструкторов Российского красного креста.          Продемонстрировать полученные знания и навыки можно на семейных чемпионатах, региональных и Всероссийских чемпионатах по оказанию первой помощи.</li> <li>• <b>Всероссийский проект «Благо твори»</b>          «Благо твори» объединяет всех неравнодушных людей, которые готовы творить добрые дела и помогать другим. Учащимся и педагогам предлагается пройти информационно-просветительский курс про волонтерство, а также создать свой волонтерский отряд Первых.          Помимо обучения участникам ежемесячно даются задания, по итогам которых выбираются лучшие волонтерские отряды. Также проект «Благо твори» предусматривает регулярные волонтерские активности, например добрые субботы, создание социальных роликов, настольных игр, комиксов и т.д.</li> </ul>	
--	--	--

Этап	Краткое описание	Длительность этапа
------	------------------	--------------------

	<p><b>11) Походное движение Первых</b>          Походное движение «Первых» проводится круглогодично. В рамках движения проводятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• приключенческая краеведческая игра по спортивному ориентированию;</li> <li>• встречи с руководителями туристских клубов;</li> <li>• конкурс рисунков из топографических знаков;</li> <li>• организация фотовыставки «Гайна фотоснимка»;</li> <li>• турнир по вязанию туристских узлов;</li> <li>• создание книги туристских рекордов «Первых»;</li> <li>• история одним кадром «Я возьму с собой в поход...»;</li> </ul> <p>- проведение походов выходного дня, посвящение в туристы.</p> <p><b>12) Всероссийский проект «Юннаты Первых»</b>          Благодаря проекту «Юннаты Первых» каждый из ребят может стать частью большого юннатского объединения и все вместе заботиться о животных и растениях, изучать природу, участвовать в экспедициях. Участникам предлагается создать свой клуб юных натуралистов и расширить знания участников в науке, исследованиях, экологическом волонтерстве, заняться экспедиционно-исследовательской деятельности.</p>	
2	<p>Деление на команды и объяснение правил сессии. Внутри команды в формате мозгового штурма происходит первичное оформление своего проекта: определение проблемы, на решение которой будет направлен проект, а также генерация идеи её предварительного решения. Идею и вариант решения необходимо описать, указав название своего проекта (цикла мероприятий, акции, обучающей программы и т.д.), направление Движения, к которому он относится, форму реализации, дату проведения, отличительную черту от уже имеющихся решений. Далее командам необходимо защитить идеюпроекта у методиста на её соответствии миссии и ценностям Движения, получить одобрение для перехода ко второму этапу работы.</p>	15 мин
3	<p>Проработка выбранного решения в команде, детализация. Команды посещают станции, на которых выполняют задания и получают баллы. Максимальное количество баллов, которое можно получить на одной станции – 10, где 1 балл дается за не полностью выполненное задание или результат, не относящийся к содержанию разрабатываемого проекта, а 10 баллов означает, что задание выполнено полностью и соответствует всем критериям. Участники в командах могут разделиться и параллельно проходить все станции. Наименование станций и задания:</p> <p>1. «Команда».</p> <p>Необходимо придумать и презентовать состав своей команды, которая будет реализовывать мероприятие. Количество человек, пол, возраст, вид деятельности, качества и роли в команде. Кроме того, можно выделить структуру их взаимодействия и подчинения.</p>	45 мин

Этап	Краткое описание	Длительность этапа
------	------------------	--------------------

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Собственный стиль».</li> </ul> <p>На этой станции командам необходимо разработать стиль проекта (оформление, слоган, атрибутика, логотип) и показать макеты наработок.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Реклама».</li> </ul> <p>Важно, чтобы о проектах первичного отделения знало как можно больше людей. Для привлечения целевой аудитории своего проекта командам необходимо выбрать формат рекламы (плакат, стих, песня, видео), придумать ее содержание и реализовать. Здесь приветствуются любые творческие идеи, например, ребята могут нарисовать афишу, объявить в микрофон о проводимой акции или подготовить привлекающие внимание листовки.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Партнёры».</li> </ul> <p>На данной станции участникам необходимо определить партнёров реализации своего проекта, а также презентовать структуру взаимодействия с ними. Если выбранные партнеры реально присутствуют на смене (например, другое первичное отделение), то можно разыграть сцену договора с потенциальным партнёром.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «План действий».</li> </ul> <p>Для успешной реализации проекта важна его детальная подготовка, продумывание каждого этапа. Задача на этой станции – прописать план подготовки и задачи на каждом этапе с указанием ответственных лиц за их реализацию.</p>	
4	<p>Презентация идей, предложение доработок, голосование участников за понравившийся проект.</p> <p>Все подготовленные на станциях материалы команда собирает воедино и готовит двух человек, кто будет презентовать проект. Команды с остальными участниками (не презентующими) свободно перемещаются между стендами проектов, знакомятся с идеями и предлагают свои.</p> <p>Далее происходит голосование. У каждой команды есть 1 голос для голосования за понравившийся проект, при этом голосовать за свой проект нельзя.</p>	20 мин
5	<p>Подведение итогов.</p> <p>Происходит общий подсчет баллов, заработанных на всех станциях, и определяется лучший проект. Также объявляется приз зрительских симпатий по итогам презентаций.</p>	10 мин

#### Правила обсуждения:

- Активно участвуйте в обсуждениях и разработке мероприятия, подключая к этому участников всей вашей команды.
- Уважайте мнение и идеи других участников и не прерывайте их, когда они высказывают свои мысли.
- Принимайте все решения коллективно после обсуждения и анализа всех возможных вариантов.
- Старайтесь думать нестандартно и придумывать интересные пути решения.
- Помните об уникальном опыте каждого, старайтесь опираться на сильные стороны членов вашей команды.
- Исходите из реальных возможностей команды.

#### • *Коллективно-творческое дело «Быть в Движении»*

*Продолжительность дела:* 1 час.

*Необходимые ресурсы:* карточки с направлениями движения для жеребьёвки, музыкальное и художественное оформление.

*Предварительная подготовка:* презентация направлений Движения, жеребьёвка.

Коллективно-творческое дело построено на подготовке визиток участников, в которых они представляют одно из направлений Движения. Если отрядов меньше, чем количества направлений, некоторые из них можно объединить в одну визитку либо выбрать приоритетные для данной лагерной смены. Регламент каждого выступления – 5-7 минут, для оформления

выступления можно использовать аудио- и видеоряд. Выступления должны отвечать следующим критериям: креативность, массовость выступления, художественное оформление, информативность, соответствие теме. Для разработки сценария и проведения мероприятия рекомендуется выбрать участников из актива лагерной смены.

Ведущие поочередно приглашают на сцену отряды, представляя их направление. Приветствуются игры с залом и творческие связки между выступлениями. Ярким и смысловым завершением мероприятия станет номер в формате агитбригады, рассказывающий о разнообразии направлений Движения Первых, подготовленный педагогическим отрядом.

- **«Образование и знания».**

Учиться – нам не привыкать, Сложнее – хорошо учиться. Всего нельзя, конечно, знать, Но нужно к этому стремиться.

- **«Наука и технологии».**

Нет, без научных технологий Не обойтись сегодня нам. Своих открытий на пороге Стоим, войдя в Науки храм.

- **«Труд, профессия и своё дело».**

Профессий тысячи таятся  
В людских премудрых закромах. И хоть глаза твои боятся,  
Пусть дело спорится в руках.

- **«Культура и искусство».**

Нет ничего прекрасней чувства Само прекрасное творить,  
Культуру, творчество, искусство Стране и ближнему дарить.

- **«Волонтерство и добровольчество».**

Спроси себя: чего ты стоишь? Чтоб воду в ступе не толочь,  
Придём мы первыми на помощь Ко всем, кому должны помочь.

- **«Патриотизм и историческая память».**

Движение наше – молодое, Но память гордую хранит.  
Поспорит вряд ли кто со мною: Россия снова победит!

- **«Спорт».**

Быстрее, выше и сильнее! –  
Мы побеждать во всём должны. Движение Первых тем важнее,  
Чем ты полезней для страны.

- **«Здоровый образ жизни».**

В здоровом теле – дух здоровый! Ценней здоровья в жизни нет.  
Здоровье – главная основа Твоих свершений и побед!

- **«Медиа и коммуникации».**

Мир цифровых коммуникаций Однажды всех с ума сведёт.  
Порядок с кем и как общаться Движение Первых наведёт.

- **«Дипломатия и международные отношения».**

Кто был далёким – близким станет, Лишь стоит душу отворить.  
Движение Первых точно знает, Как силу с правдою сдружить.

- **«Экология и охрана природы».**

Мертва природа без движенья, Без Первых – скучен мир  
и сер.

Проблем не счесть, но есть решенье:

Беречь планету, например.

- **«Туризм и путешествия».**

На свете много стран чудесных, Но выбираем мы одну.

Движенью Первых интересно Любить и знать свою страну.

Движенье Первых – это класс! Движенье Первых – это сила!

Страна надеется на нас!

На нас надеется Россия!

[Токарева](https://stihi.ru/avtor/genagranat) [HYPERLINK "https://stihi.ru/avtor/genagranat"](https://stihi.ru/avtor/genagranat) [HYPERLINK](https://stihi.ru/avtor/genagranat)

["https://stihi.ru/avtor/genagranat"](https://stihi.ru/avtor/genagranat) [Геннадий](https://stihi.ru/avtor/genagranat) [HYPERLINK "https://stihi.ru/avtor/genagranat"](https://stihi.ru/avtor/genagranat)

[HYPERLINK "https://stihi.ru/avtor/genagranat"](https://stihi.ru/avtor/genagranat) [Николаевич](https://stihi.ru/avtor/genagranat)

- **Посвящение в Первые**

Продолжительность дела: 30 мин.

*Необходимые ресурсы:* значки Движения или другая доступная атрибутика с символикой Движения.

*Предварительная подготовка:* нет.

Посвящение проходит в формате линейки с построением и сдачей рапорта о построении отрядов. Важно создать атмосферу значимости и особенности события, исключая формальный подход. Это момент, который должен обязательно остаться в памяти у всех участников смены.

*Примерный сценарий проведения посвящения:*

Вынос флага Российской Федерации знамённой группой, сдача рапорта о построении отрядов.

Стихотворение читают сами участники смены:

Если вы есть – будьте первыми, Первыми, кем бы вы ни  
были. Из песен – лучшими песнями, Из книг –  
настоящими книгами.

Первыми будьте и только! Песенными, как моря.  
Лучше второго художника Первый маляр.

Спросят вас оробело:  
«Кто же тогда останется, Если все будут первыми,  
Кто пойдёт в замыкающих?»

А вы трусливых не слушайте, Вы их сдуйте как пену,  
Если вы есть – будьте лучшими, Если вы есть – будьте  
первыми!

Если вы есть – попробуйте Горечь зелёных побегов,  
Примериваясь, потрогайте Великую ношу первых.

Как самое неизбежное Взвалите её на плечи.  
Если вы есть – будьте первыми, Первым труднее и легче!

*Роберт Рождественский*

В: Если вы есть – будьте первыми! Сегодня исторический момент, когда каждый сможет принять для себя решение и изменить свою жизнь, взять на себя обязательства и открыть новые горизонты, вступив в Движение Первых.



## Напутственное слово председателя Совета регионального отделения

**В:** Вступая в движение детей и молодёжи, мы принимаем на себя обязательства разделять и защищать общие ценности.

*От каждого отряда представители выходят с оформленными в течение дня частичками пазла с ценностями Движения и рассказы- вают о них.*

**Жизнь и достоинство.** Участники Движения в первую очередь ценят жизнь каждого человека. Берегут чувство собственного достоинства и заботятся о сохранении достоинства окружающих.

**Патриотизм.** Участники Движения любят свою Родину – Россию. Любовь к стране проявляется в делах и поступках.

**Дружба.** Движение – источник дружбы для каждого из участников. Вступая в Движение, каждый может найти себе друзей близких по убеждениям, увлечениям, интересам и возрасту. В Движении друзья всегда рядом.

**Добро и справедливость.** Участники Движения действуют по справедливости, распространяют добро, считают доброту качеством сильных людей. Внутренний голос каждого говорит нам, что только добрые дела меняют жизнь к лучшему.

**Мечта.** Участники Движения умеют мечтать и воплощать свои мечты в жизнь. Смелые мечты открывают человеку новые возможности, а человечеству – неизведанные горизонты.

**Созидательный труд.** Каждый участник Движения своим трудом приносит пользу: создаёт новое качество своих знаний, умений и навыков, применяет их во благо своей семьи, Движения и всей страны. **Взаимопомощь и взаимоуважение.** Участники Движения действуют как одна команда, помогая друг другу в учебе, труде, поиске и раскрытии таланта каждого. Плечом к плечу преодолевают трудности. Уважают особенности каждого участника Движения, создавая пространство равных возможностей.

**Единство народов России.** Участники Движения, являясь новыми поколениями многонационального и многоконфессионального народа России, уважают культуру, традиции, обычаи и верования друг друга. Это уникальное достояние нашей страны: народов много, Родина – одна.

**Историческая память.** Участники Движения изучают, знают и защищают историю России, противостоят любым попыткам её искажения и очернения. Берегут память о защитниках Отечества.

**Служение Отечеству.** Участники Движения объединены с Отечеством одной судьбой. Каждый на своем месте готовит себя к служению Отечеству и ответственности за его будущее.

**Крепкая семья.** Участники Движения разделяют традиционные семейные ценности. Гордятся российской культурой отцовства и материнства. Уважают многодетность. Помогают младшим, заботятся в семье о бабушках и дедушках.

**В:** На утренней торжественной линейке каждый отряд получил задание дня «Мы – часть большего», и теперь мы можем объединиться и собрать единый пазл. Каждый из нас разделяет ценности Движения, становится его частью.

**В:** Педагоги нашего лагеря неслучайно также участвовали в задании этого дня, потому что разделяют общие ценности Движения, которое включает и старших наставников. Они позволяют нам двигаться дальше, развиваться и будут всегда рядом, когда это необходимо.

**В:** Вступая в ряды Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодёжи «Движение Первых» перед лицом своих товарищей торжественно обещаю:

Быть честным и справедливым. *Обещаю! (отвечают все*

*хором)* Быть благородным и ответственным. *Обещаю!*

*(отвечают все хором)* Уважать старших и верить в дружбу.

*Обещаю! (отвечают все хором)*

Клянусь любить свою Родину и крепить её величие трудом, добром и верностью.

*Клянись! (отвечают все хором 3 раза)*

В: Движение Первых – это команда единомышленников, готовых совместным трудом добиваться всевозможных высот. Это дружба, взаимопомощь и уважение. Будь с нами! Будь в Движении!

В: Каждый из вас может теперь с гордостью носить значок Первого. Это отличительный знак, который будет напоминать о вашем обещании. Значки могут прикреплять старшие младшим, те, кто уже был посвящён в Первые.

В завершении исполняются традиционные для данного лагеря песни.

• **Вечерний сбор отряда «Быть Первым – труднее и легче»**

*Продолжительность дела:* 30 мин.

*Необходимые ресурсы:* фонарик, гирлянды, символ отряда, украшение помещения, сюрпризки.

*Предварительная подготовка:* оформить место проведения вечернего сбора отряда.

Важно заранее настроить и подготовить детей, чтобы создать спокойную доверительную атмосферу для общения. В предварительно украшенную для проведения вечернего сбора отряда комнату приглашаются дети. И в самом начале повторяются правила его проведения:

- говорим о самом важном откровенно;
- обсуждаем не человека, а дела и поступки;
- внимательно слушаем, не перебиваем;
- говорим вполголоса;
- критикуешь – помогай, советуй, предлагай;
- когда человек высказался – благодарим, потеряв ладошки друг о друга;
- говорит тот человек, в руках у которого есть символ отряда.

Основой для обсуждения на вечернем сборе отряда является легенда о маленьком фонарщике. «Послушайте!

Ведь, если звезды зажигаются – Значит это кому-нибудь нужно».

«Но не только в этом дело, а еще и в том,

Что по небу ходит кто-то, эти звезды зажигая, Чтоб до самого рассвета им гореть, едва мигая. Кто не знаю, но предполагаю,

Что бродит маленький фонарщик от звезды к звезде».

В те времена, когда фонари зажигали огнем, по улицам каждый вечер ходили фонарщики и приносили свет в каждый переулочек. В то время жил маленький фонарщик, он был низенького роста, невзрачный старичок. Каждый вечер он ходил по переулкам и чиркал спичкой по своей подошве, зажигая фонари, каждая темная улочка становилась светлей обычного. Семьи у него не было, он был тихий, незаметный; люди, живущие рядом, не знали о нем ничего; дети насмехались, обзывая карликом, а взрослые называли лодырем, поэтому он предпочитал

выходить на улицу только по вечерам, зажигать фонари, а после любоваться ночным небом.

Каждый раз, чиркая спичкой по подошве, маленький фонарщик уменьшался в росте, однажды к нему подошел незнакомец и спросил: «Как ты можешь так жить? Ведь ты совсем исчезнешь, ты для людей не жалеешь жизни, а они ничего взамен, лишь оскорбления. Несправедливо, неправильно». На что маленький фонарщик ответил:

«Если я не буду зажигать фонари, то люди останутся без света. А как же они без света? Если кто ночью пойдет по темной улице, разве он дойдет до дома? Так до утра и будет блуждать. Справедливо разве? А свет на улице будет, тот человек до дома дойдет, а в глубине души спасибо скажет, и мне спокойней будет».

Так и продолжал маленький старичок чиркать спичкой по подошве и уменьшаться, пока вовсе не исчез. Никто и не заметил, что не стало маленького пожилого человечка, только все сразу заметили, что вечерами стало очень темно.

Обсуждение легенды проходит в свободном формате, дети могут высказаться по поводу легенды и рассказать, что она значит для них. Вожатый в конце может подвести итог, что

каждый человек в этой жизни играет значимую роль, и даже если того сам не замечает, вносит в жизнь других свет, и если не станет одного – то другим, возможно, в жизни станет темнее.

После обсуждения легенды вожатый просит провести аналогию между маленьким фонарщиком и Первыми:

Что их может объединять?

Готовы ли вы, как фонарщик, чем-то пожертвовать ради других, ради своего коллектива?

Чем я могу быть полезен другим, первичному отделению, Дви- жению Первых в целом?

Быть первым – труднее или легче?

В конце вечернего сбора важно провести анализ всего дня, вспом- нить ключевые события и сделать акцент на посвящении в Первые. Для запечатления этого момента вожатый может подготовить сюр- призки на память об этом дне, о напомнимании тех обещаний, которые давали ребята как символ единения с Движением и отрядом. В за- вершении можно исполнить отрядную песню и провести ритуалы прощания.



QR-код на дополнительные методические рекомендации. По нему вы можете найти:

- брендбук Движения первых;
- треки музыкальных композиций;
- карточки для проектной сессии «Открывая горизонты»;
- основные документы «Движение Первых»;
- инструкция по регистрации на платформе будвдвдвижении.рф.

### *Описание примерных сценарных ходов событий 6-го дня смены «ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»*

#### *• Коллективно-творческое дело «Здоровым будешь – все добудешь!»*

*Цель:* формирование у детей и подростков активной позиции в от- ношении здорового образа жизни.

*Задачи:*

- воспитание чувства ответственности за свое здоровье;
- развитие навыков совместной деятельности, коммуникативных умений и творческих способностей детей и подростков.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Необходимые ресурсы:* ватманы с заголовками «ФАРВАТЕР ЗДО- РОВЬЯ» и название команды на данное событие, написанное наоборот; карточки с заданиями, музыкальное оборудование, микрофон, фонограм- мы музыкальных произведений в соответствии со сценарием, столы, изображение маяков, канцтовары (фломастеры, маркеры).

*Предварительная подготовка:* создается инициативная группа из представителей отрядов для подготовки КТД, задания обсуждаются с ребятами, по необходимости корректируются, определяется степень участия инициативной группы в проведении КТД.

КТД «Здоровым будешь – все добудешь!» проходит в большом по- мещении (клуб, конференц-зал, место общего сбора лагеря), где заранее подготовлены места для отрядов: лавки(стулья) расставлены кругами (по количеству отрядов) вокруг столов, на которых лежат

ватманы с заголовками «ФАРВАТЕР ЗДОРОВЬЯ. Команда «.....» Названия придумывает инициативная группа только на данное событие и записывает на ватмане наоборот, например, «ИЧАЛИС», «БНЕМСТРОПС», «ИКНИМАТИВ», «ИКБЫЛУ», ИГОЛОКЭ» и др.

**Вступительное слово:** В наше время, время технического прогресса, экологических катастроф, как вы думаете, что для нас дороже всего? (*Ответы детей*). Конечно же, здоровье! Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Его не купишь ни за какие деньги. Когда человек болен, он не сможет воплотить в жизнь свои мечты, не сможет отдать свои силы на созидание, на преодоление жизненных задач, не сможет полностью реализоваться в современном мире. Поэтому девизом сегодняшнего события мы взяли народную поговорку: «Здоровым будешь – все добудешь». А добывать мы будем «ФАРВАТЕР ЗДОРОВЬЯ» – безопасный для нашего здоровья путь. А, как известно, «Идти точно по фарватеру» – это значит придерживаться правильного курса/направления и не садиться на мель!

Выполнив 7 заданий с помощью своих знаний, смекалки, находчивости и юмора вы получите «Маяки», которые и обозначат искомый фарватер. *Представление жюри*, которое будет оценивать действия отрядов, даст рекомендации по тематике мероприятия, вручит «Маяки здоровья»

и подведет окончательный итог игры.

**Информация для вожатого:** «Фарватеры здоровья» после КТД займут свое место в отрядном уголке для ежедневного обозначения каждым участником отряда прохождения того или иного «маяка». Около изображения маяка необходимо указать дату, название маяка, заполнить «экран локатора». Экран локатора – экран самооценки детьми степени участия всего отряда в осознании ценности здоровья и его важных составляющих частей. Экран представлен в виде трех кругов. В центральном круге утверждение: «Я сегодня сделал все зависящее от меня, чтобы моя команда стала лучшей!»; в среднем: «Самое главное для меня сегодня – это не результат Игры, а поддержка моей команды»; внешний круг: «Я не доволен результатом своей команды». «Экран локатора» заполняется каждым участником отряда утром следующего дня перед отрядным кругом. Если вожатый видит, что большинство детей из его

отряда расстроено результатами участия в Игре (выбрали внешний круг локатора), то он в своем отряде проводит игры и упражнения на поднятие эмоционального фона в отряде, на сплочение.

### **Задание 1. «Перевёртыши».**

Командам необходимо отгадать свое зашифрованное название – «ИЧАЛИС», «БНЕМСТРОПС», «ИКНИМАТИВ», «ИКБЫЛУ», ИГО-ЛОКЭ».

За этот конкурс начисляется 1 балл.

### **Задание 2. «Девиз команды».**

Девиз – это краткое изречение, в котором в лаконичной форме обычно формулируется какой-то жизненный принцип человека. А вам сейчас предстоит сочинить девиз своей команды, и в нем должно обязательно присутствовать слово, которое было зашифровано в вашем названии.

За лаконичный, задорный и остроумный девиз начисляется максимум 5 баллов.

*Жюри подводит итоги предыдущих двух заданий и вручает командам «МАЯКИ ДРУЖБЫ».*

### **Задание 3: «Разминка».**

Закончите начатые фразы пословиц и крылатых выражений о здоровом образе жизни. На совещание командам отводится 30 секунд. За каждое правильное завершение пословицы и крылатого выражения начисляется от 1 до 3 баллов.

- фраза. Чистота – залог ... (здоровья)
- фраза. Береги платье снову, а ... (здоровье смолоду)
- фраза. Человек есть то, ... (что он ест)
- фраза. От лени человек хворает, а в труде ... (здоровье закаляет)
- фраза. Кто ходит больше, тот ... (живет дольше)
- фраза. Кто рано встает, тот ... (вдвое живет)

- фраза. Аппетит от больного бежит ... (к здоровому катится)
- фраза. Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в... (тепле)
- фраза. В здоровом теле ... (здоровый дух).
- фраза. Здоровье дороже... (богатства)

#### **Задание 4. «Пантомима».**

Пантомима – это театральное представление, в котором мысль, чувство и страсть вместо голоса выражаются движениями тела, мимикой и жестами.

Капитаны команд вытягивают по две карточки, на которых написаны виды спорта.

Одна команда показывает пантомиму вида спорта, указанного на карточках, другая отгадывает, что за вид спорта был показан. На подготовку 2 минуты.

Максимальное число баллов за этот конкурс 10. Виды спорта:

- шахматы;
- стрельба из винтовки;
- метание ядра;
- футбол;
- бег с препятствиями;
- прыжки в высоту;
- фигурное катание;
- лыжные гонки;
- плавание;
- пятиборье (конкур, фехтование, стрельба, бег, плавание).

*Жюри подводит итоги третьего и четвертого заданий и вручает «Маяк спорта».*

#### **Задание 5: «Блицопрос».**

Для проведения блицопроса на экране обозначены квадраты с цифрами от 1 до 10. Команды по очереди выбирают себе определенную цифру с вопросом. Если команда правильно отвечает на вопрос, то получает 1 балл, если нет, то отвечать может любая другая команда. Выигрывает та команда, которая наберет наибольшее число баллов.

##### **Вопросы:**

- Какие полезные привычки человека помогают ему укрепить здоровье?

Ответ: закаливание, занятие спортом, прогулки, правила личной гигиены.

- На каком расстоянии от телевизора можно его смотреть? Ответ: 2–3 метра от экрана.

- вспомните, сколько раз в день нужно умываться, чистить зубы и принимать душ?

Ответ: 1, но лучше 2 раза в день.

- Сколько времени в день школьникам можно смотреть телевизор? Ответ: не более 2–3 часов.

• Если вы хотите, чтобы ваши мышцы были сильными и упругими, тело – стройным и гибким, научитесь плавать! Какие правила поведения на воде вы знаете?

Ответ: купание в разрешенных местах, за буйки заплывать запрещено, не подплывать к близко проходящим судам, не входить в воду сразу после приема пищи.

- Чрезвычайно важно поддерживать правильный режим питания. А как вы думаете, сколько раз в день должен питаться школьник?

Ответ: не менее 4 раз.

- Подумайте, почему за последнее время резко возросло число детей с избыточной массой тела?

Ответ: из-за сладостей, мучных изделий, фастфудов, недостаточной физической активности.

- Какой самый полезный урок в школе для вашего здоровья? Ответ: физкультура.

- Как правильно сидеть за школьной партой?

Ответ: Спина касается спинки стула, локти на столе, ноги согнутые в колени стоят на полу или на подставке.

- С чем лучше ходить в школу: с ранцем, сумкой или с портфелем?

Ответ: с ранцем, т.к. тяжесть равномерно распределяется на плечевой пояс, а руки остаются свободными.

*Жюри подводит итоги пятого задания и вручает Маяк «Режим дня».*

#### **Задание 6. «Реклама».**

Капитаны команд вытягивают карточки, на которых написаны слова, обозначающие продукты питания. Команды должны в течение 3-5 минут придумать и обыграть их в рекламе как продукты, полезные для употребления. Максимальное число баллов за этот конкурс – 10.

*Жюри подводит итоги шестого задания и вручает Маяк «Рациональное питание».*

#### **Задание 7. «Смеемся на здоровье!».**

Ученые выяснили, что когда человек смеется, в его легкие поступает почти втрое больше воздуха. Кроме того, смех прекрасно тренирует голосовые связки. И, наконец, минуту смеха по благотворности воздействия можно приравнять к 45 минутам спокойного отдыха. Так что смейтесь на здоровье!

Но смеяться команды будут по-разному. Максимальное количество баллов за конкурс – 10.

Капитаны вытягивают карточки, на которых написано, какой смех должна изобразить их команда (радостный, зловещий, восторженный, ироничный, победный).

Команды выполняют задание.

*Жюри подводит итоги седьмого задания и вручает  
«Маяк позитива».*

#### **Задание 8. «Здоровье».**

Последнее задание подводит итоги КТД. Необходимо на каждую букву слова «здоровье» найти по одному слову, которое имеет отношение к здоровому образу жизни. За этот конкурс начисляется 10 баллов.

З –

Д –

О –

Р –

В –

Е –

Слов, начинающихся на “Ъ” не существует.

*Жюри дает оценку последнему заданию и подводит общий итог  
КТД.*

#### **Заключительное слово:**

Вот и подошло к завершению наше коллективно-творческое дело «Здоровым будешь – все добудешь!». Мы уверены в том, что каждый из вас хочет быть здоровым, красивым, сильным и умным. Такими вы обязательно будете, если приложите к этому некоторые усилия. Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Так будьте вы здоровы!!!

- **Квест «Олимпийская миля».**

*Цель:* формирование представления о значимости здорового образа жизни в достижении намеченных целей.

*Задачи:*

- развить спортивный дух, физические способности;
- научиться работать в командах;
- снять эмоциональное напряжение;
- воспитание чувства дружбы и интереса к совместному времяпровождению

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Место проведения:* территория лагеря. *Необходимые ресурсы:* обруч, мяч, скакалка, спортивный кубок. *Предварительная подготовка:* подготовить маршрутные листы, жетоны с олимпийской символикой.

*Правила:*

• Отряд – это олимпийская команда. Капитан держит в руках маршрутный лист. Он ведет свою команду по станциям. Необходимо пройти все станции квеста.

• За точное выполнение заданий на станциях дети получают жетоны с олимпийской символикой (от 2 до 10 шт.) и роспись руководителя станции в маршрутном листе, говорящую о прохождении командой данной станции.

• Переходя от станции к станции, дети должны держаться за руки (идти большой цепочкой).

• Побеждает та команда, которая собрала больше жетонов. Станции:

• «*Пришел. Увидел. Победил!*».

Изобразить командой символ Олимпийских игр и объяснить, что это.

• «*Олимпийское дерево*».

Охватить как можно больше деревьев руками (разрешается использовать одежду).

• «*Отдых юного олимпийца*».

Всем встать на ступеньки (изобразив хор) испеть любую песню о спорте.

• «*Олимпийское чувство локтя*».

Встать в круг, взяться за руки, не размыкая рук, всем повернуться спиной к центру круга.

• «*Меньше – лучше*».

Постараться сделать (без подручных средств) так, чтобы на земле стояло как можно меньше ног. Можно для этого использовать большую ткань и, делая её с каждым разом меньше, дети должны постараться всё равно встать на ткань, чтобы все на ней уместились.

• «*Обруч Олимпиады*».

Держась за руки, всем отрядом – командой пролезть через обруч, чтобы он не упал.

• «*Осторожность – путь к победе*».

Передавать мяч без помощи рук, используя шею, не уронив на землю.

• «*Ану-ка, вместе*».

Всем, держась за руки, одновременно перепрыгнуть через скакалку.

• «*Олимпийские пожелания*».

Встать в круг очень плотно друг к другу и, передавая спортивный кубок, продолжить фразу: «Я хочу пожелать нам, как отряду...».

### *Описание примерных сценарных ходов событий 7-ого дня смены «ДЕНЬ ИСПЫТАНИЙ»*

#### *• Конкурсная программа «Цветик – семицветик»*

*Цель:* активизация познавательного и творческого потенциала детей и подростков.

*Продолжительность дела* – 60 минут.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, проектор, экран, «Цветик-семицветик» (на лепестках задания), лист бумаги (5 шт), ручка.

*Ход мероприятия:*

#### **ВЫСТУПЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОТРЯДА**

*(песня)*

**Ведущий:**

Если я сорву цветок, Если ты сорвёшь цветок,

Если все: и я и ты,

Если мы сорвём цветы – Опустеют все поляны

И не будет красоты! Добрый вечер, лагерь!

**Ребята:** Вечер добрый!

**Ведущий:** Мы рады приветствовать Вас на конкурсной программе для любознательных «Цветик-семицветик».

В любой игре есть правила. И мы сегодня будем играть по правилам. С места не кричим, внимательно слушаем задание, поднимаем руку. Во время игры вы будете набирать баллы. По итогам игры выберем победителей. Я приготовила для вас волшебный «Цветик-семицветик». Посмотрите, какой он красивый. Но самое главное – лепестки его не- простые. На каждом из них творческое задание или конкурс.

Мы хотим рассказать Вам про правила сегодняшней программы.

**Ведущий 1:** Игра проходит в семь туров, каждый из которых носит название одного из лепестков семицветика. В каждом туре один вопрос или задание так или иначе связаны с цветом цветка.

**Ведущий 2:** В каждом туре команда имеет право заработать баллы, которые будут фиксироваться жюри, а также в конце игры вы получите все детали для создания цветика-семицветика, который будет украшать ваш корпус. По итогам игры определяются победители.

Команды выполняют задания дружно, сообща, за ограниченное время.

**Ведущий 1:**

• РАУНД

Загадка:

Этот цвет одной фиалке Дал духи – ему не жалко.

Он фиалочку покрасил,

Потому что он прекрасен. (*Фиолетовый*)

**Ведущий 2:**

Из-за того, что цвет вобрал в себя две крайности (синего и красного цветов), он кажется таинственным, связанным с чем-то мистическим и духовным. Феи, колдуны и маги, которые встречаются на страницах сказочных книг, часто облачены в фиолетовые одежды. Его предпочтут люди творческих профессий – художники, музыканты, артисты.

**Ведущий 1:**

Задание: Выходят ребята, которые обладают фиолетовым цветом на одежде, обуви, аксессуарах, встают в колонны, и мы подводим подсчет.

**Ведущий 2:**

• РАУНД

Загадка:

Цвет небесный незабудку Не забыл ни на минутку.

Все цветочки нарядил

Не один не позабыл. (*Синий*)

**Ведущий 1:**

Он означает умиротворенность, спокойствие, мудрость и веру. Также этот цвет символизирует расслабление, прощение.

**Ведущий 2:**

Задание. Появилось новое животное, но оно пока не имеет цвета, приведите аргументы, почему «КУКАРЯМБА» должна быть синей, количество аргументов, равно количеству баллов.

**Ведущий 1:**

Загадка:

Звонкий братец ручеек - Цвета этого дружок, Чистою своей водицей

• РАУНД

Всех друзей зовёт напиться. (*Голубой*)

**Ведущий 2:**



Одни считают, что оно происходит от слова «голубь», другие же от слова «глубокий». Это цвет креатива. Предпочитающие голубой – иде- алисты и оригиналы. Им хочется выделяться во всем.

**Ведущий 1:**

Задание. «Скоро на ваших голубых экранах вы увидите передачу». Раньше по телевизору часто использовали эту фразу, тем самым опо- вещали зрителей о предстоящих телепередачах. Мы предлагаем Вам поучаствовать в составлении программы для эфира. На экран будут выведены названия телепередач. Вам необходимо как можно больше запомнить и записать телепередач.

**Ведущий 2:**

• РАУНД

Загадка:

Шьёт себе наряды лето Удивительного цвета. Им  
окрашены кусты,  
Огороды и сады. (*Зелёный*)

**Ведущий 1:**

Это оттенок процветания. Такое значение в нашем подсознании связано с пробуждением природы весной, когда тают сугробы и на свет появляется молодая травка, вокруг все оживает.

**Ведущий 2:**

Задание. «Отгадай-ка».

По очереди каждый отряд вытаскивает вопрос и отвечает на него.

Правильный ответ на вопрос – балл.

Вопросы:

- Какого цвета язык у собаки породы чау-чау? *Черный.*
- Какого цвета кровь у омаров? *Голубая.*
- Какого цвета цветок незабудка? *Голубой.*
- Какого цвета цветная капуста? *Белая.*
  
- Какого цвета глаза у совы? *Желтые.*
- Какого цвета вулканический песок? *Черный.*
- Какого цвета голова у дятла? *Красная.*
- Платье какого цвета должно быть в гардеробе у каждой женщины?

*Черное.*

- Какого цвета нет в радуге? *Розовый.*
- С какой строки начинается абзац? *Красной.*
- Какой цвет является цветом траура в Китае? *Белый.*
- Чашку какого цвета разбили герои рассказа Аркадия Гайдара?

*Голубого.*

- Какая кровь у скорпионов? *Голубая.*
- Какой мост в Санкт-Петербурге самый широкий, почти 100 ме- тров в ширину? *Синий*
- Шарик какого цвета Винни-Пух выбрал для полета за медом?

*Синего.*

**Ведущий 1:**

• РАУНД

Загадка:

В поле вырос одуванчик,  
Золотисто-жёлтый мальчик. С этим цветом он дружил  
И похож на солнце был. (*Жёлтый*)

**Ведущий 2:**

Самый лёгкий и яркий цвет в спектре. Желтый цвет ассоциируется с такими атрибутами, как солнце, жизненная энергия, теплота, оптимизм, радость, доброта и счастье.

**Ведущий 1:**

Задание. Давайте представим себя ведущими программы «Жить здорово!». Вам необходимо придумать характеристику на желтый цвет со стороны здоровой и счастливой жизни,

«прорекламировать» этот цвет (на подготовку 2 минуты). «Я выбираю желтый цвет, потому что...».

**Ведущий 2:**

• РАУНД

Загадка:

Милый цвет, скорей скажи, Чем ты в жизни дорожишь?  
Круглой тыквою, морковкой,  
Их ращу на грядке ловко. (*Оранжевый*)

**Ведущий 1:**

Данный цвет вызывает широкий спектр положительных ассоциаций: он символизирует радость и полноту жизни, энергию и силу эмоций. Поэтому неудивительно, что приверженцами данного тона являются целеустремленные личности, стремящиеся к самоутверждению.

**Ведущий 2:**

Задание. Я предлагаю исполнить несколько строчек из песен, в которых упоминаются оранжевые цвета. Раунд будет проходить по кругу, каждый отряд исполняет песню по очереди, выбывает тот, кто за 5 секунд не успел озвучить песню. На подготовку дается минута.

**Ведущий 1:**

• РАУНД

Загадка:

Подарил мне этот цвет Маков огненных букет.  
Просто так, без дня рожденья,  
Чтоб улучшить настроенье. (*Красный*)

**Ведущий 2:**

Красный цвет открывает не только спектр, но и начинает радугу. Может именно поэтому красный цвет в жизни начинает многие логические ряды, названия, термины, устойчивые словосочетания. Это цвет движения, энергии, страсти, любой активной деятельности.

**Ведущий 1:**

Ваше задание заключается в том, чтобы нарисовать как можно больше предметов, которые считаются красными, например, томат, мухомор, а дальше сами.

**ВЫСТУПЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОТРЯДА**

(*танец-флешмоб*)

**Ведущий 1:**

Ребята, вот и подошел к концу наши задания, но это еще не конец нашего мероприятия. Давайте посмотрим, что получилось?

**Ведущий 2:**

Над рекою, над болотом, После летнего дождя,  
Кто-то выстроил ворота,  
Без единого гвоздя! (*Радуга*)

В отрядах вы соберете «Цветик-семицветик», он будет украшать ваш корпус, а если вы к нему прикоснетесь и загадаете желание, то оно обязательно сбудется.

• **Малая форма работы «ПОПРОБУЙ?!»**

*Цель:* формирование положительного отношения детей и подростков друг к другу, предоставление возможности всем участникам отряда продемонстрировать свои уникальные способности.

*Задачи:*

- организовать совместную деятельность детей на основе общего интереса к уникальным способностям человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- раскрытие и повышение личных достижений.

*Продолжительность дела:* 60 минут. *Необходимые ресурсы:* стулья, мячи. *Предварительная подготовка:* не требуется. МФР «Попробуй?!» проходит в два этапа.

- этап: «Я умею ...».

Отряд садится кругом и каждый участник отряда по очереди, начиная с вожатого, демонстрирует свои уникальные способности. «Я умею шевелить ушами». Затем демонстрирует и обращается ко всем:

«Попробуй?!». Все желающие показывают, как у них получается/не получается шевелить ушами.

- этап: «Забавные упражнения».

Вожатый предлагает ребятам попробовать сделать несколько оригинальных упражнений, которые можно выполнять где угодно и за самый короткий срок. На первый взгляд они нехитры и просты. Но попробуйте их сделать, и вы убедитесь, что не все орешки придутся вам по зубам. Не смущайтесь, если сначала вас постигнет неудача. Выполняйте упражнения снова и снова. Включайте их в свои тренировки. И вы скоро убедитесь, что забавные упражнения в конечном итоге работают на то,

чтобы сделать вас еще выносливее и сильнее.

*Примеры забавных упражнений:*

- Сядьте на стул так, чтобы спинка была сбоку. Одной рукой возьмитесь за сиденье, другой за спинку стула. Поднимая таз и слегка сгибая ноги, пронесите их между рук назад. Затем вернитесь в исходное положение, не задевая сиденье ступнями.

- Сядьте друг перед другом и поставьте свои колени между коленями партнера. Теперь, не сдвигая ступни с места, постарайтесь развести ноги соперника. Он, в свою очередь, будет стараться, чтобы исходное положение не изменялось. Чтобы одержать победу, надо увеличить просвет между коленями на ширину двух ладоней.

- Согните руку в локте так, чтобы кисть находилась возле уха, предплечье занимало горизонтальное положение. Ладонь обращена вверх. На локоть положите монету. Резко опустив локоть вниз и выпрямив руку, попробуйте на лету поймать падающую монету. Если это вам удастся, попробуйте ловить уже не одну, а две монеты и т. д. Победителем считается тот, кто поймает больше всех монет.

- Начертите на полу прямую линию. Станьте лицом друг к другу, выставьте вперед правую ногу. Ступни должны стоять на одной линии. Сходить с нее нельзя. Тот, кто не устоит и отставит ногу в сторону, считается проигравшим. Борьба происходит так: выставив вперед правые руки, соперники короткими ударами по ладони пытаются вывести друг друга из равновесия. Можно играть и несколько иначе. Встать друг против друга на расстоянии вытянутой руки. Ноги вместе. Одновременным толчком ладоней в ладони противника надо вывести его из равновесия. Достичь этого можно двумя путями: либо сделать удачный толчок, либо заставить противника промахнуться.

- Поставьте один стул спинкой вплотную к стене. Станьте на него и, наклонившись вперед, обопритесь руками о сиденье другого стула. Теперь передвигайте его понемногу вперед, все больше и больше выпрямляя тело. Победителем считается тот, кто сумеет выпрямить тело и, вытянув руки вперед, займет горизонтальное положение и останется в нем дольше всех.

А вот еще один вариант подобного соревнования. На полу чертятся десятка параллельных линий, между которыми должно быть по 5 сантиметров. Старт берется из положения упор лежа. Руки ставятся таким образом, чтобы кончики пальцев не заходили за первую черту. Туловище перпендикулярно линиям на полу. Переступая руками, остановитесь у той черты, где у вас еще хватит сил зафиксировать это положение в течение пяти секунд.

Руки и ноги сдвигать с места нельзя. Победителем считается тот, кто дотянется до самой дальней черты.

- Возьмите два стула и поставьте их один от другого так, чтобы расстояние между ними примерно равнялось вашему росту. Затылком обопритесь о край одного стула, пятками о край другого, выпрямите тело и постарайтесь зафиксировать это положение.

Чтобы победить соперников, надо остаться в прямом положении (туловище параллельно полу) дольше их.

- Возьмите двумя руками полотенце, палку или веревку. Ширина хвата должна позволять вам поднять прямые руки вперед-вверх и, заводя

за голову, опустить назад, за спину. После удачной попытки повторите упражнение снова, но взяв несколько более узкий хват. Чей хват будет самым узким, тот и станет победителем.

- Стоя, правую руку поднимайте над головой, а левую опустите вниз и заведите за спину. Сгибая руки в локтях, попробуйте как можно больше сблизить их друг с другом. Найдется ли среди вас ловкач, который сумеет соединить пальцы в «замок»?

- Сядьте на стул спиной вплотную к спинке. Туловище прямое. Одновременно сгибая ноги и не помогая себе руками, попытайтесь поставить ступни на сиденье. Всем ли удастся это нехитрое, на первый взгляд, задание?

### **Описание примерных сценарных ходов событий 8-го дня смены «ДЕНЬ СПОРТА»**

#### **• Турнир рекордов «Вызов первых»**

*Цель:* пропаганда здорового образа жизни.

*Задачи:*

- развитие физических способностей;
- выявление индивидуальных способностей каждого участника смены.

*Продолжительность дела:* 2 часа.

*Место проведения:* территория лагеря.

*Необходимые ресурсы для проведения станций:*

- Турники с низкими и высокими перекладинами
- Скакалка
- Мягкий коврик для упражнений лёжа
- Теннисный мяч и ракетка
- Скамья
- Линейка
- Мел
- Рулетка
- Секундомер

*Ход мероприятия:*

Итоги турнира подводят по трем возрастным категориям: дети – 8-10 лет; младшие подростки – 11-13 лет; подростки – 14-15 лет; младшая.

Участники турнира могут проходить испытания не один раз для усовершенствования своих результатов.

В рамках турнира рекордов дети и подростки проходят испытания в разных категориях:

**ПРИСЕДАНИЯ:**

*Приседание* – одно из базовых силовых упражнений. Упражнение включает в себя следующие действия: выполняющий упражнение приседает и затем встает, возвращаясь в исходное положение стоя.

Фиксируется максимальное количество приседаний за одну минуту. **СКАКАЛКА:**

*Скакалка* – это спортивный снаряд, представляющий собой шнурок с ручками, предназначенный для выполнения прыжков.

*Прыжки через скакалку на месте на двух ногах.*

Возьмите один конец скакалки в правую руку, а другой – в левую. Проверьте длину скакалки: встаньте на середину скакалки и потяните за ручки вверх. Скакалка не должна быть выше уровня плеч. Держите скакалку на уровне пояса. Выполняйте прыжок вверх на двух ногах, одновременно вращая скакалку. Во время прыжка скакалка должна касаться пола, а во время приземления – быть над головой. При прыжке отталкивайтесь подушечками пальцев ног, немного сгибая колени при отталкивании, держите спину ровно.

Фиксируется максимальное количество прыжков за одну минуту. **ПРЕСС:**

Как правильно выполняется упражнение на пресс.

- прилягте на пол, плотно прижмите поясницу к полу;
- ноги согните в коленных суставах так, чтобы между бедрами и голенью образовался прямой угол;

- стопы расположите на полу и не отрывайте их в процессе движения;
- руки заведите за затылок;
- затем оторвите плечи от пола и приподнимите корпус, напрягая брюшную мускулатуру;
- от пола требуется отрывать только плечи, оставляя поясницу прижатой к поверхности;
- удерживайте абдоминальные мускулы в напряжении до возвращения тела в исходную позицию.

#### ПРЫЖКИ В ДЛИНУ:

Прыжки в длину с места позволяют проверить уровень прыгучести, а также тестируют силу ног.

Испытания проводят в специальном прыжковом секторе, оснащённом необходимым оборудованием. Обувь не должна проскальзывать по

поверхности. Участник встает возле линии отталкивания, принимает исходное положение и выполняет прыжок. Судья следит за соблюдением правил соревнований. Измерения проводятся от линии отталкивания до места приземления. Учитываются следы, оставленные не только ногами, но и любой другой частью тела участника. Если прыжок был совершен не прямо, а по диагонали, то проводится перпендикулярная линия от места приземления к шкале измерения длины.

Прыгуну даются 3 попытки, в зачет идет лучшая.

*Результат не засчитывается в следующих случаях:*

- Заступ за линию и ее касание при отталкивании.
- Отталкивание происходит не двумя ногами одновременно, а поочередно.
- Прыжок выполнен с подскока.

#### ПОДТЯГИВАНИЯ НА НИЗКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ:

Подтягивание на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лежа лицом вверх хватом сверху, руки на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы вместе, пятки могут упираться в опору. Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, возвращается в исходное положение, зафиксировав его на 1 секунду, и продолжает выполнение испытания.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

#### ПОДТЯГИВАНИЯ НА ВЫСОКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ:

Подтягивания выполняются для юношей и девушек по-разному. Подтягивание на высокой перекладине из вися для юношей и подтягивание на низкой перекладине из вися лежа для девушек.

Подтягивание для юношей на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из вися на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 с.

Испытание выполняется на большее количество раз. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний. ПЛАНКА:

Планка на локтях.

Более сложный вариант планки, предполагающий, что вес тела вы будете держать на локтях и на носках ног. Локти согнуты под углом 90

градусов. Тело при выполнении упражнения должно быть параллельно полу, не прогибаться и не изгибаться – держать прямую линию будет проще, если напрячь ягодицы. Помимо мышц пресса, здесь работают мышцы бедра и поясницы, грудные мышцы.

- Примите исходное положение.
- Согните руки в локтях, положите их на пол и обопритесь на предплечья.
- Для усложнения упражнения можно поднять одну ногу или руку и держать её параллельно полу.

- Можно соединить планку на локтях и руках, поочередно меняя положения: переходя из планки на руках в планку на локти и обратно, сгибая и разгибая руки.

Фиксируется максимальное время стойки в планке. **ОТЖИМАНИЕ:**

*Правильные отжимания – кратко:*

- пресс напряжен, а живот слегка втянут;
- в нижней точке упражнения спина прямая;
- постановка рук на уровне груди, а не плеч.

*Правильные отжимания подразумевают осознанное вовлечение мышц корпуса в работу и разделение движения на три фазы:*

- Планка на вытянутых руках. Исходное положение. Плечи прижаты к корпусу, лопатки слегка сведены, грудь смотрит вперед, взгляд вниз, шея в нейтральном положении. Тело словно вытянуто в прямую линию, носки и копчик тянутся назад. Не поднимайте таз слишком высоко вверх и не опускайте его чрезмерно вниз.

- Движение вниз. На вдохе медленно опуститесь вниз, стараясь почувствовать работу мускулатуры груди и рук. Задержитесь на одну-две секунды в нижней точке, напрягая абдоминальные мышцы. Следите за тем, чтобы спина сохранялась прямой, а тело было вытянуто в прямую линию.

- Движение вверх. На выдохе оттолкнитесь руками от пола и медленно (за 2-5 секунд) поднимите корпус как можно сильнее вверх, возвращаясь в исходное положение. В этой фазе вы также должны чувствовать работу мышц трицепса, плеч и верхней части спины.

Фиксируется количество отжиманий. **НАКЛОН ВПЕРЕД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СТОЯ**

Упражнение «Наклон вперед из положения стоя» используют для оценки гибкости. Для этого используется строгая регламентация к выполнению упражнения. Измерительную линейку, прикрепляют вертикально

к скамье. Ребенок принимает исходное положение, носки и пятки на ширине плеч, параллельно (10–15 см). Носки не должны выходить за край скамьи. Тестируемый выполняет два наклона, скользя по линейке пальцами рук. На третьем наклоне участник старается максимально наклониться вперед и зафиксировать положение на 2 секунды. Результат определяется величиной гибкости в сантиметрах, выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

**БЕГ НА КОРОТКУЮ ДИСТАНЦИЮ (СПРИНТ).**

В спринте применяется низкий старт, позволяющий быстрее начать бег и развить максимальную скорость на коротком отрезке. По команде «На старт!» бегун приседает и ставит руки впереди стартовой линии. По команде «Внимание!» бегун слегка выпрямляет ноги, отделяет колено сзади стоящей ноги от дорожки. Услышав стартовый сигнал, бегун мгновенно устремляется вперед.

**ЧЕКАНИЕ МЯЧА НА ТЕННИСНОЙ РАКЕТКЕ.**

Фиксируется максимальное количество за одну минуту.

#### • **Конкурс «Созвездие талантов»**

*Цель:* способствовать разностороннему развитию творческих способностей у детей.

*Задачи:* развить у детей творческое мышление; расширить кругозор, общий интеллектуальный уровень.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, проектор, экран, заранее подготовленные конкурсные номера, синтезатор (фортепиано).

**Подготовительный этап:** выявить талантливых детей, выучить песню или стихотворение, провести прослушивание.

Конкурс проходит по четырем номинациям:

- Вокал (соло, ансамбль);
- Хореография (соло, ансамбль);
- Театральное искусство (стихи, проза, миниатюры, сценки);

- Оригинальный жанр (гимнастика, спорт, инструментальное творчество);

*Ход мероприятия:*

Добрый вечер, лагерь!

**Ведущий:** Сегодня мы представляем вашему вниманию конкурс «Созвездие талантов».

Как всегда – это очень волнительно. Кто-то сегодня выйдет впервые! Кто-то боится держать микрофон, ведь это большая ответственность. Это громко! Ведь тебя услышат все!!! Но самое главное для артистов – это поддержка, зрительское признание и, конечно, ваши аплодисменты! Встречайте!

Хочу представить вашему вниманию наше многоуважаемое жюри.

#### ВЫСТУПЛЕНИЯ КОНКУРСАНТОВ

Вот так, номер за номером и подошел к завершению наш концерт. Надеемся, что вы не смотрели на часы, вспоминая сказку о потерянном времени?

И все же, интересно, как стать звездой?

Да очень просто! Нужен каждодневный упорный труд! И всё у Вас получится!

#### Описание примерных сценарных ходов событий 9-го дня смены «ДЕНЬ ОТКРЫТИЙ»

- **Примерный сценарий коллективно-творческого дела (КТД) «Рубеж»**

Целью коллективно-творческого дела «Рубеж» является развитие способностей у детей и подростков к анализу и синтезу, способности выделять значимое и важное в произошедших событиях лагеря, сравнивать их умения корректировать ближайшее будущее в рамках смены, с целью вовлечения участников в активную жизнь лагеря.

Основная задача КТД «Рубеж» – познакомить участников разных отрядов друг с другом, подвести итоги первой половины смены в разновозрастных группах и задать настрой на предстоящие события с учетом основных интересов детей и подростков.

*Продолжительность дела:* 90 минут.

*Необходимые ресурсы:* цветные карточки, цветные таблички, музыкальное оборудование, микрофон, фонограммы музыкальных произведений в соответствии со сценарием, канцтовары (фломастеры, маркеры), два стула, скакалка.

*Предварительная подготовка:* стулья расставлены кругами, подготовить фотоколлаж на основе фотофестиваля «Посмотри»: «Автопортрет отряда», подготовить эмблемы групп по тематике смены.

Создается совет дела из представителей отрядов для подготовки КТД, задания обсуждаются с ребятами, по необходимости корректируются, определяется степень участия инициативной группы в проведении КТД. Коллективно-творческое дело «Рубеж» проходит в игровой форме. При входе в зал всем участникам смены раздаются разноцветные карточки (цвета подбираются в зависимости от количества отрядов в смене). Получив карточку определенного цвета, подростки направляются к кругу, где стоит вожатый с табличкой соответствующего цвета. Таким образом, разбивка по группам идет случайно (по цветам), а не по отрядам. *Вступительное слово:* Сегодня мы отправимся на экскурсию по дням, которые прожили в первой половине нашей смены. Каждый из вас будет не зрителем, а участником. Каждому из вас предстоит проявить смекалку, находчивость, оперативно ориентироваться, оценивать ситуацию и проявить взаимопонимание и взаимопомощь с участниками разных отрядов лагеря.

- конкурс – визитка группы.

Группам предлагается вспомнить первые дни в лагере, те незабываемые события, где проходили знакомства друг с другом, сплочение команд и обсуждение названий и девизов отрядов.

*Показ фотоколлажа на основе материалов фотофестиваля «По-смотри»: «Автопортрет отряда».*

Группам предстоит придумать названия и девиз по тематике смены (5 мин.) и показать на сцене визитку вновь созданной разновозрастной группы (10 мин.).

- конкурс – *Экспромт-инсценировка песни смены.*

Каждая группа в своем круге по команде ведущего по очереди инсценирует куплеты песни смены, а припев изображают все группы одновременно.

- конкурс – *Оформление резиденции.*

Группам предлагается собрать разрезанную на части заранее нарисованную эмблему, отражающую содержание смены. Получившиеся эмблемы передаются в дар отрядам.

- конкурс – *Самый быстрый и ловкий.*

На сцену приглашаются по одному представителю от группы.

На сцене стоят два стула спинками друг к другу. На полу лежит скакалка, концы которой одинаково выставляются из-под стоящих стульев. В состязании одновременно участвуют по два участника. Под звуки музыки представители отрядов должны дважды обежать стулья, сесть

и схватить скакалку. Побеждает тот, кто первый вытянет скакалку из-под стульев.

- конкурс – *Замечательный вожатый.*

Группы получают карточки с вопросами о воспитателях и вожатых смены. Побеждает та группа, которая правильнее всех ответит на данные вопросы.

Варианты вопросов:

- цвет глаз вожатой 1 отряда Натальи Николаевны (голубой);
  - рост воспитателя 3 отряда Андрея Максимовича (189 см.);
  - на каком инструменте играет вожатый 5 отряда Анна Михайловна (гитара);
  - любимая песня руководителя смены Ольги Дмитриевны («Алые паруса»);
  - размер ноги воспитателя 4 отряда Виталия Сергеевича (43 см.);
  - как зовут вожатого 2 отряда (Роман Евгеньевич).
- конкурс – *КТД.*

Провести мозговую штурм в группе «Прояви инициативу» (10 мин.) и презентовать мероприятие второй половины лагерной смены (10 мин.) и ребят, которые изъявили желание войти в совет дела по его подготовке и проведению.

#### • *Опрос детей и подростков в середине смены*

##### *«Шаги ЗОЖ-Фестиваля».*

Опрос детей и подростков в середине смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля» может проводиться в устной или письменной форме и включать ряд открытых вопросов.

Инструкция:

Добрый день, друг!

Прошла первая половина нашей смены!

Просим тебя дать оценку того, что уже прошло, и предложить что-то новое.

- Чем тебе больше всего нравится или не нравится твое пребывание в нашем лагере?
- Что ты за эти дни узнал, чему научился, в организации каких дел в отряде, в лагере ты принимал участие?
- Участие в каких делах тебе больше всего понравилось?
- Какие дела во второй половине смены ты хотел бы организовать, чему научиться?
  
- Что ты ценишь в своем отряде? Что плохого? Что нужно изменить?
- Назови трех самых близких тебе ребят отряда, с которыми ты бы хотел участвовать в лагерном мероприятии.

**СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО!**

#### • *Диско-марафон «Мы вместе!»*

*Цель:* создание условий для активного отдыха детей и подростков.



*Задачи:*

- создание условий для комфортного общения участников мероприятия;
- развитие творческих способностей детей и подростков.

*Форма:* музыкально-танцевальный конкурс.

*Время проведения:* 1 час.

*Место проведения:* площадка (зал, открытая площадка).

*Оборудование:* аудиоаппаратура (для музыкального сопровождения мероприятия).

*Предварительная подготовка:*

- необходимо продумать фонограммы и оформление дела;
- пригласить жюри;
- подготовить площадку для выступления;
- продумать определенную систему оценки (можно простроить жетонную систему: жетоны вручаются отрядам в ходе конкурса командой судей, и тогда количественный состав жюри должен соответствовать количеству участвующих групп);
  - отрядам дается подготовить заранее несколько заданий: танец/ флешмоб, отражающий название отряда; танцевальная загадка от отряда (танцем показать одно из направлений деятельности «Движения Первых»).

*Ход мероприятия.*

Во время конкурсов отряды находятся вместе и выполняют задания, танцуют в кругу.

Варианты конкурсов.

- **«Визитка»** – отряды показывают творческое представление, в котором они должны отразить название команды, девиз, стиль своей команды и всё, что бы они захотели рассказать о своем отряде. Жюри оценивает форму одежды, оригинальность представления, сплоченность отрядов.
- **«Идущие следом»** – отряды, танцуя, проходят под планкой, которая опускается все ниже и ниже. Победит тот отряд, который пройдет под самым низким уровнем планки.

**«Синхронный танец»** – диджей задает всем отрядам определенную музыку, желательно характерную (рок-н-ролл, лезгинку, цыганочку). Командир отряда или лидер, на ходу придумывая движения, начинает танцевать. Задача ребят – синхронно повторять за ним все движения.

**«Представьте, что ...»** – звучит музыка, дети двигаются под неё в соответствии с заданиями ведущего: танец со сломанной ногой; танец пингвинов на севере; танец голосующего на дороге; танец машин на перекрестке и др.

**«Молекула»** – отряды встают в круг. По команде ведущего делятся на 2; 3; 4 и т.д. и танцуют разными составами.

**«Зеркало»** – отряд выходит на середину зала, лицом к ней становится представитель другого отряда и начинает под музыку показывать различные движения, весь отряд должен с наибольшей точностью повторить эти движения. Жюри оценивает разнообразие движений и точность исполнения.

**«Парный танец»** – 2 представителя (мальчик с девочкой) от каждого отряда выходят в центр и танцуют танец на предложенную музыку;

**«Движение Первых» (домашнее задание)** – отряды в танце по очереди изображают одно из направлений «Движения Первых», побеждает отряд, первым давший правильный ответ.

**«Танцевальный паровоз»** – отряд держится цепочкой друг за другом и двигается под музыку танцевальными движениями:

- в присядку;
- прыжками;
- на корточках;
- задом наперед;

и т.д., как можно веселее.

Главное условие – не расцепить паровоз.

**«Финал»** – танцевальный марафон, по традиции, завершается общим танцем, в котором участвуют все отряды. Танец может быть подготовлен заранее, а может быть общеизвестным. Например, танец

«Маленьких утят» или «Буги-вуги» и т.п. Можно повторять движения за ведущим, а можно образовать поезд. Ограничений нет, главное – чтобы танцевали все.

### *Описание примерных сценарных ходов событий 10-го дня смены «ДЕНЬ ПРИРОДЫ»*

#### *• Маршрутная игра «Экологическая экспедиция»*

Маршрутная игра «Экологическая экспедиция» способствует погружению подростков в мир окружающей среды как важного фактора состояния здоровья каждого человека. Основные задачи дела связаны с необходимостью развития коммуникативных качеств личности в процессе взаимодействия друг с другом и осознания подростками важности собственного экологически ответственного поведения.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Необходимые ресурсы:* оборудование для прохождения станций (указано в каждой игре), маршрутные листы; грамоты; музыкальное оборудование, микрофон, фонограмма музыкального трека для орг- низационного сигнала.

*Предварительная подготовка:* оформление и оснащение станций для проведения игр; проведение инструктажа с ведущими станций о технике безопасности, правилах проведения игр и системой оценивания выполнения заданий командами; подготовка флешмоба от педагогического отряда для подведения итогов дела.

Игра проходит в форме игры по станциям, на станциях все испытания выполняются совместно всеми участниками отряда. Количество станций в Игре – 5. Количество станций может быть увеличено или сокращено в зависимости от количества отрядов в детском лагере и времени, выделенного для проведения Игры «Экологическая экспедиция».

Испытания на станциях представляют собой задания на понимание основных компонентов окружающей природы и осознания места и роли человека в сохранении экологии.

*Названия станций:*

- «Экоотряд»
- «Братья наши меньшие»
- «Водный мир»
- «Кладовая леса»
- «Четыре стихии».

Открытие маршрутной игры проходит в формате линейки (7 минут), на которой отряды рапортуют о готовности отправиться в экологическую экспедицию, произносят клятву, узнают правила игры, получают маршрутные листы, в которых ведущие станций фиксируют результаты прохождения командой каждого испытания.

*Клятва участника экологической экспедиции:*

- Клянемся беречь лес! Не разводите костры, не ломать ветки, не разорять гнезда, не вытаптывать лекарственные растения! Клянемся!!!
- Клянемся заботиться о животных, птицах, насекомых и растениях!

Клянемся!!!

- Клянемся не загрязнять воду, не мусорить! Клянемся!!!
- Клянемся быть защитниками нашей планеты Земля навсегда!
- Клянемся!!! Клянемся!!! Клянемся!!!
- Сигналом к началу прохождения командами испытаний на станциях служит музыкальный трек, который также оповещает переход (2 мин.) команды на другую станцию (время прохождения одной станции – 8 мин.).

• Прохождение каждой станции начинается с интеллектуальной разминки (2 мин.). За каждый правильный ответ ставится по одному баллу, затем отряд выполняет задание ведущего (4 мин.) – оценивается по 5-балльной системе, в завершении участники называют конкретные примеры, подтверждающие высказывание о том, что благополучие нашей планеты зависит от действий каждого отдельного человека (2 мин.) – ставится 2 балла. Команда на станции может заработать максимальное количество – 17 баллов.

• По окончании прохождения станций также данный музыкальный трек оповестит участников о сборе для подведения итогов игры (5 мин.). Команды сдают организаторам игры маршрутные листы. Пока идет подсчет набранных командами баллов, педагогический отряд предлагает участникам смены принять участие во флешмобе «Один за всех – и все за чистоту!» (2 мин.), после которого оглашаются результаты прохождения командами всех станций, определяются места, команды получают заслуженные грамоты.

Описание станций:

• **Станция – «Экоотряд».**

*Оборудование:*

– Мусорные баки разного цвета с надписями:

Красный – для безвозвратной утилизации материалов. Синий – бумажная продукция.

Зеленый – изделия из стекла. Черный – пищевые отходы.

Коричневый – ядовитые химические отходы. Оранжевый – изделия из пластика.

Желтый – картонные упаковки.

– Пластиковые бутылки и посуда, контейнеры для продуктов из супермаркетов, шерстяные вещи, коробки из-под сока, молока, обувь, пенопласт, пластиковые пакеты, газеты, картон и другие промышленные и бытовые отходы.

*Интеллектуальная разминка:*

• При сжигании в городе мусора воздух загрязняется ядовитыми веществами. Назовите 4 опасных вещества.

Ответ: диоксины, канцерогены, радионуклиды, двуокись СО.

• Назвать две причины ультрафиолетового голодания растений в городе.

Ответ: загазованность в атмосфере, пыль.

• Назовите эффективные способы обеззараживания воды в условиях похода.

Ответ: 1. Кипячение; 2. Добавление йода из расчета 2 капли на 1 литр.

• Назовите самый токсичный металл. Ответ: ртуть.

• Почему в городе нельзя сжигать мусор, отходы, листья? Ответ: потому что воздух загрязняется ядовитыми веществами.

• Почему вода из большинства водоемов России непригодна для питья? Ответ: вода загрязнена отходами от предприятий и ядовитыми веществами с полей.

• Какую группу серьезных инфекционных заболеваний можно предотвратить путем обеспечения безопасности водоснабжения и канализации?

Ответ: кишечные: холера, дизентерия, гепатит, брюшной тиф.

• Какие приборы являются источниками бытового облучения? Ответ: телевизор, компьютер.

• Какую главную опасность для окружающей среды и здоровья людей представляет ядерная энергетика?

Ответ: загрязнение окружающей среды ядерными отходами.

• Сколько стран подверглось радиоактивному загрязнению в результате аварии на Чернобыльской АЭС?

Ответ: 22 страны.

*Задание:* Ваша задача правильно распределить промышленные и бытовые отходы по мусорным бакам.

*Итоговое задание:* Приведите конкретные примеры, подтверждающие высказывание о том, что благополучие нашей планеты зависит от действий каждого отдельного человека.

• **Станция – «Братья наши меньшие».**

*Оборудование:* карточки с названиями представителей фауны.

*Интеллектуальная разминка:*

• Самое крупное животное на суше. Ответ: слон

- Какая птица самая большая в мире? Ответ: страус
- Самая маленькая птичка планеты? Ответ: колибри
- Какое животное обладает самым громким голосом? Ответ: крокодил
- Какого животного называют «Санитаром леса»? Ответ: волка
- Какие ноги у жирафа длиннее – передние или задние? Ответ: все ноги у жирафа одинаковой величины.
- Как называется наука о животных? Ответ: зоология.
- «Инженер-строитель» дома на реке? Ответ: бобер
- Какое животное в народе прозвали «косым»? Ответ: зайца
- Какое животное каждую зиму теряет свой «головной убор»? Ответ: лось.

*Задание:* Участникам команды необходимо вытянуть по очереди карточки и без слов, с помощью жестов, мимики изобразить животное или птицу, которые написаны на карточке. Задание считается выполненным, если отряд с первого раза дает правильный ответ.

*Итоговое задание:* Приведите конкретные примеры, подтверждающие высказывание о том, что благополучие нашей планеты зависит от действий каждого отдельного человека.

- **Станция – «Водный мир».** *Оборудование:* листы бумаги, ручки. Интеллектуальная разминка:
  - Меня льют, меня пьют, всем нужна я. Кто я такая? Ответ: вода
  - В одной сказке король, собираясь выдать дочь замуж, объявил конкурс, на котором были заданы хитроумные вопросы. Один из вопросов был такой: «Что есть везде?»

Ответ: вода. Она в воздухе, на земле и внутри её.

- Если посмотреть на глобус Земного шара, какого цвета на нем больше всего? Чему соответствует этот цвет?

Ответ: сине-голубого; это цвет океанов, морей, рек, озер, водохранилищ, прудов.

- Какие свойства воды вы знаете?

Ответ: вода без цвета, без запаха, не имеет формы.

- Какая вода пригодна для питья? Ответ: пресная
- Как вы считаете, запасы пресной воды ограничены или безграничны? Ответ: ограничены
- Если запасы воды ограничены, какой можно сделать вывод? Ответ: воду надо беречь
- В чем заключается бережное отношение к воде?

Ответ: не расходовать её бездумно, не засорять водоемы, следить за тем, чтобы кран был полностью закрыт, когда не идет использование воды, чистить зубы с выключенным краном и т.п.

- Может ли человек прожить без воды? Ответ: нет, не может.

*Для справки:* примером важной роли воды в организме может служить сам человек. В младенческом возрасте её количество в нашем теле составляет 86%. По мере роста и развития организма доля воды снижается. У взрослого она не более 60%.

- Что появилось на Земле раньше: вода или жизнь? Ответ: вода появилась значительно раньше жизни.

*Задание:* Напишите на листке, что мы делаем с помощью воды?

Ответ: пьем, варим еду, стираем, плаваем, купаемся, моемся, создаем материальные блага (создание производств возможно только с использованием воды), поливаем растения, поим животных и др.

*Итоговое задание:* Приведите конкретные примеры, подтверждающие высказывание о том, что благополучие нашей планеты зависит от действий каждого отдельного человека.

- **Станция – «Кладовая леса».**

*Оборудование:* карточки двух видов: на первых написано описание определенного дерева, на вторых название деревьев.

Интеллектуальная разминка:

- Какое травянистое растение используют для лечения ссадин и ран? Ответ: подорожник

- Какое растение могут определить даже слабовидящие люди? Ответ: крапива
- Какой цветок лечит сердце? Ответ: ландыш

- Какие растения леса используют для лечения простуды? Ответ: мать – и – мачеха, липа, малина
- Листья каких лесных растений можно использовать для заварки чая? Ответ: листья земляники, брусники
- Из какого дерева изготавливают пианино? Ответ: ель
- Растительное масло, которое способствует укреплению и росту волос.

Ответ: репейное масло

- Из этого дерева изготавливают спички. Ответ: осина
- Из чего состоит лес?

Ответ: Из деревьев, растительности, кустарников, трав, папоротников.

- Картины каких художников, где изображен лес, вы знаете?

Ответ: «Лиственный лес» (И.И.Шишкин), «Дубовая роща» (М.К.Клодт), «Берёзовая роща» (А.И.Куинджи)

*Задание:* «Угадай дерево по описанию». Команда должна правильно соединить карточки с описанием определенного дерева и названием дерева, тем самым в итоге должны получиться 10 пар правильных вопросов и ответов.

*Варианты описаний деревьев.*

- Это дерево можно назвать символом России. Красавица эта бело- ствольная с зелеными кудрями.

Ответ: береза.

- Это громадное дерево, достигающее в высоту 40 метров. У него толстый ствол с извилистыми сучьями, образующими широкий шатер листвы. Кажется, что стоит русский богатырь.

Ответ: дуб

- Это аккуратное, изящное дерево. Издали оно похоже на наконечник огромной, нацеленной в небо пики – такой прямой его ствол. Дерево не требовательно к свету и может всю жизнь расти в тени более рослых деревьев. Оно не сбрасывает хвоинки, а меняет их постепенно в течение нескольких лет.

Ответ: ель

- Любимое место этого дерева – берега рек и прудов. Оно так и тянется к воде, склоня над ней в глубоком поклоне свои «плакучие» ветки. Эти ветки такие гибкие, что местные люди плетут из них корзины. Дерево укрепляет берега каналов и водохранилищ, откосы платин.

Ответ: ива

- У этого дерева высокий, стройный ствол и длинная голубоватая хвоя. Оно одаривает уральцев и сибиряков вкусными и очень питательными орешками.

Ответ: кедр

- Дерево очень неприхотливо, хорошо растет в тени и на скудных почвах. Осенью никто не может с ним сравниться по красоте. Листья у него красные, желтые, багряные, зеленые, оранжевые.

Ответ: клен.

- Главные владения этого дерева – Сибирь. Как и у других хвойных, у него вместо листьев хвоинки. Правда, хвоинки не колючие, а мягкие, словно шелковистые. На зиму они опадают.

Ответ: лиственница.

- Листья этого дерева осенью не меняют свою окраску. Какими зелеными они были летом, такими и опадают осенью. Окраска древесины – светлая, почти белая. Но стоит дерево срезать, как срез на глазах начинает краснеть. На его корнях образуются клубеньки, способные усваивать азот из воздуха.

Ответ: ольха.

- Настоящая красота дерева раскрывается в конце лета – начале осени, когда раскраснеется оно от обилия ягод. Огнем загораются их грозди на фоне изящных, как перышки, листьев. Стоит дерево нарядное, словно румяная невеста.

Ответ: рябина.

• Это дерево садов и городских бульваров. В его изящной густой кроне красиво переливаются свет и тени. Листья на ветках рас- ложена как бы слоями. Листья у этого дерева сердцевидной формы. Главное в нем – красота и её нежные клейкие листочки, её сладкие ароматные цветы летом, её золотое убранство осенью.

Ответ: липа.

*Итоговое задание:* Приведите конкретные примеры, подтвержда- ющие высказывание о том, что благополучие нашей планеты зависит от действий каждого отдельного человека.

• **Станция – «Четыре стихии».** *Оборудование:*

волейбольный мяч. Интеллектуальная разминка:

*Задание:* Отряд встает в круг, ведущий в центре с мячом. Он кидает мяч любому игроку и называет стихию – земля, вода, воздух, огонь. Участник, поймавший мяч, должен назвать слово, относящееся к этой стихии. Зверь – земля, рыба – вода, птица – воздух. Если выпадает огонь – нужно обернуться вокруг себя и вернуть мяч ведущему.

Если участник не отвечает или неправильно отвечает – он выходит из игры. В конце игры подсчитывается количество выбывших игроков, и начисляются баллы.

*Итоговое задание:* Приведите конкретные примеры, подтверждаю- щие высказывание о том, что благополучие нашей планеты зависит от действий каждого отдельного человека.

Какие экологические привычки они знают (выключать за собой свет, чистить зубы с выключенным краном, сортировать мусор, ходить в магазин со своим пакетом или сшить сумку- шопер и т.д.).

• **Конкурс изобретений «Действовать экологично!».**

Конкурс изобретений «Действовать экологично!» направлен на по- нимание подростками того, что здоровье напрямую зависит от состо- яния экологии и на демонстрацию моделей бережного и правильного взаимодействия человека с окружающей средой.

Конкурс включает в себя два тура: индивидуальный и командный. Завершается организацией выставки изобретений «Экологичные вещи».

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Необходимые ресурсы:* музыкальное оборудование, микрофон, фоно- граммы музыкальных произведений в соответствии со сценарием, столы для выставки, карточки для обозначения автора(ов) и названия изобретений.

*Предварительная подготовка в каждом отряде:*

- сделать своими руками бумажный пакет(ы) или сшить тканевую сумку(и);
- придумать и на бумажном пакете или тканевой сумке написать слоган об экологической безопасности;
- подготовить три изобретения, снижающих загрязнения окружа- ющей среды;
- подготовить творческую презентацию изделия, получившего «вторую жизнь».

Вводное слово к конкурсу.

Окружающая среда влияет на жизнь людей и развитие общества в целом. Вследствие этого люди, прогресс, развитие и окружающая среда тесно взаимосвязаны. По утверждению специалистов Всемирной Организации Здравоохранения, здоровье человека на 20–25 % зависит от состояния окружающей среды (экологии, природы).

*Игра с залом «Я – Вам слово, вы мне – 10» (Назовите 10 слов, связанных со словом «природа»).*

Правильно, к природе относится все, что нас окружает: солнце, воздух, вода, реки, озера, горы, леса, растения, животные и сам чело- век, который создает дополнительную нагрузку окружающей среде, засоряя ее выбросами технических процессов и бытовых отходов, очистка которых не всегда соответствует возможностям природы.

Знаете ли вы, что для полного разложения пластиковой бутылки потребуется 450 лет, контейнеру для продуктов из супермаркета – до 100 лет, шерстяной вещи – 1–5 лет, коробке из-

под сока или молока – 5 лет, кожаному ботинку – 40 лет, пенопласту – 50 лет, одноразовому подгузнику – 500 лет, пластиковому пакету – 1000 лет и даже газете, картону – 1,5–2 месяца.

Таким образом, сегодня важно для каждого человека вести эко-логичный образ жизни, приводящий к снижению загрязнения окружающей среды и к сохранению и улучшению нашего здоровья.

*Представление жюри.* Везде есть хорошие люди Их много, что ни говори.

На этот раз судить вас будет – Сверхобъективное жюри!

*Критерии оценки:*

- оригинальность идеи и ее воплощение в названии изобретения;
- практическая значимость изобретения экологичной направленности;
- качества материалов, используемых в данном изобретении;
- убедительность представления изобретения.
- тур: «ЭКО вещи» (индивидуальный конкурс) (30 мин.).

Презентация изобретений, снижающих загрязнения окружающей среды. (по 3 изобретения от отряда).

- тур: «Жизнь без отходов!» (командный конкурс) (15 мин.).

Показ-демонстрация нового применения старых ненужных вещей. Например, фантики от конфет, пластиковые бутылки, старые ткани, полиэтиленовые пакеты для мусора, бумага, использованный стержень для ручки, стеклянные банки и др.

Отряды в творческой форме представляют варианты изобретения, которые подтверждают то, что многим старым вещам можно найти новое применение и не выбрасывать их.

*Дефиле слоганов «Начни жизнь экологично – вдохнови других!» (10 минут).*

Слоган – это запоминающийся девиз или фраза, используемая в различных контекстах как повторяющееся выражение идеи с целью убедить определенную целевую группу.

Запрещение пластика в последнее время стало самой актуальной проблемой. Люди стремятся заменить его другими материалами. Например, стали популярными тканевые сумки, на которых всегда есть надписи об экологической безопасности.

Отряды под музыку показывают бумажные пакеты и (или) тканевые сумки со слоганами об экологической безопасности. В завершении дефиле каждый отряд произносит продемонстрированные слоганы. По окончании конкурса жюри определяет победителей в индивидуальном и командном конкурсах.

По итогам конкурса в течение нескольких дней в лагере работает выставка изобретений «Экологичные вещи». Каждый участник смены может отдать свой голос за понравившееся изобретение. Автор(ы) изделия, набравшего наибольшее количество голосов, получают приз зрительских симпатий. Слоганы могут использоваться сначала в оформлении места работы выставки, а затем в отрядных уголках.

Берегите эти земли, эти воды, Даже малую былиночку любя.

Берегите всех зверей внутри природы, Убивайте лишь зверей внутри себя.

*Е. Евтушенко.*

### *Описание примерных сценарных ходов событий 11-го дня смены «ДЕНЬ ДРУЖБЫ»*

- **Спортивно-игровая эстафета «Веселые старты»**

*Цель:* создание условий для развития и совершенствования у ребят физических и морально-волевых качеств.

*Задачи:*

- формирование мотивации к занятиям спортом и здоровому образу жизни;
- выявление индивидуальных способностей детей, привитие им стремления к физическому самосовершенствованию;

- воспитание доброжелательных отношений друг к другу.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Местопроведения:* спортивная площадка.

*Необходимые ресурсы:* эстафетные палочки, мячи, обручи, листы бумаги.

### **Ведущий:**

Всегда полезно спортом заниматься, Беречь здоровье, правильно питаться, Ходить в бассейн не просто покупаться, А закаляться и оздоравливаться.

С утра пробежку делать непременно С гантелями в руках  
одновременно, Ведь это помогает, несомненно,  
Быть крепким, сильным, мегасовременным.

От каждого отряда количество участников – 8 человек (4 мальчика и 4 девочки). Команды встают за линией старт-финиш, на правой боковой линии волейбольной площадки, в колонну по одному, чередуясь М Ж.

Приветствие команд. Представление судей эстафеты. Приветствие болельщиков.

«На старт, внимание, марш».

В качестве эстафетной палочки выступает фит-ролл. По команде стартера «На старт-внимание-марш» первый участник с фит-роллом в руках бежит до поворотного знака (большой медбол), расположенного на левой стороне волейбольной площадки, оббегает его 2 раза, бежит к команде, огибает ее (всех 7 участников, стоящих в колонну по одному) и передает эстафетную палочку следующему участнику (Ж). И т.д. Восьмой участник передает фит-ролл первому, тот поднимает руки

с фит-роллом вверх. Это и является сигналом для главного судьи, что команда завершила эстафету.

- *«Поскакали».*

По команде «На старт-внимание-марш» первый участник с фит-роллом, зажатым между ног передвигается любым способом до поворотного знака (большой медбол), расположенного на левой стороне волейбольной площадки, огибает его и возвращается к команде. После пересечения финишной линии передает фит-ролл следующему участнику (Ж). И т.д. Восьмой участник передает фит-ролл первому, тот поднимает руки с фит-роллом вверх. Это и является сигналом для главного судьи, что команда завершила эстафету. Касаться руками фит-ролла можно только в случае потери снаряда. Вернуть его в положение между ног можно только стоя на месте. Продолжить передвижение участник обязан с той точки, где произошла потеря. В случае нарушения команда занимает в эстафете последнее место.

- *«Сила, грация и координация».*

По команде стартера «На старт-внимание-марш» первый участник с фит-роллом, который держит двумя руками вертикально и лежащим на нем медболом (2 кг) передвигается любым способом до поворотного знака (большой медбол), расположенного на левой стороне волейбольной площадки, огибает его и возвращается к команде. После пересечения финишной линии передает фит-ролл с медболом следующему участнику (Ж). И т.д. 8 участник передает предметы 1 и 2 участникам, те поднимают руки с фит-роллом и медболом вверх. Это и является сигналом для главного судьи, что команда завершила эстафету. Касаться руками, другими частями тела, одеждой медбола можно только в случае потери снаряда. Вернуть его в исходное положение можно только стоя на месте. Продолжить передвижение участник обязан с той точки, где произошла потеря. В случае нарушения команда занимает в эстафете последнее место.

- *«Спиной к спине».*

Парная эстафета (М + Ж). Количество участников – 8 человек. Команды располагаются за линией старт-финиш, на правой боковой линии волейбольной площадки. Пара М + Ж встают спиной друг к другу, руки в стороны, зажимая фит-ролл в вертикальном положении между спинами. По команде стартера «На старт-внимание-марш» первая пара передвигается любым



способом до поворотного знака (большой медбол), расположенного на левой стороне волейбольной площадки, огибает его

и возвращается к команде. После пересечения финишной линии передает фит-ролл следующей паре (М + Ж). И т.д. 4 пара передает фит-ролл 1 и 2 участникам, те поднимают руки с фит-роллом вверх. Это и является сигналом для главного судьи, что команда завершила эстафету. Касаться руками фит-ролла можно только при передаче и в случае потери снаряда. Вернуть его в исходное положение можно только стоя на месте. Продолжить передвижение участник обязан с той точки, где произошла потеря. В случае нарушения команда занимает в эстафете последнее место.

- *«На левой-правой».*

Количество участников – 8 человек. Команды встают за линией старт-финиш, на правой боковой линии волейбольной площадки, в колонну по одному, чередуясь М Ж. По команде стартера «На старт-внимание-марш» первый участник прыгает на правой ноге до поворотного знака (большой медбол), расположенного на левой стороне волейбольной площадки, оббегает его и возвращается к команде, прыгая на левой ноге. Передает эстафету касанием 2 участнику. И т.д. Финиширует команда, когда 8 участник пересечет линию финиша.

- *«Лягушка».*

Количество участников – 8 человек. Команды встают за линией старт-финиш, на правой боковой линии волейбольной площадки, в колонну по одному, чередуясь М Ж. По команде стартера «На старт-внимание-марш» первый участник прыгает на двух ногах врозь-вместе до поворотного знака (большой медбол), расположенного на левой стороне волейбольной площадки, огибает его и возвращается к команде, прыгая тем же способом. Передает эстафету касанием 2 участнику. И т.д. Финиширует команда, когда 8 участник пересечет линию финиша.

- *«Полотеры».*

Количество участников – 8 человек. Команды встают за линией старт-финиш, на правой боковой линии волейбольной площадки, в колонну по одному, чередуясь М Ж. По команде стартера «На старт-внимание-марш» первый участник начинает передвигаться к поворотному знаку, скользя на 2 тряпочках, как полотер, огибает поворотный знак и возвращается к команде тем же способом передвижения. Передает тряпочки 2 участнику за финишной линией. И т.д. Финиширует команда, когда 8 участник пересечет линию финиша.

- *«На саночках».*

Количество участников – 8 человек. Команды встают за линией старт-финиш, на правой боковой линии волейбольной площадки. Делятся на

2 группы по 2 М и 2 Ж. Ж встает на тряпочки, выполняет сед, руки вперед за линией старта. 2 М берут Ж за руки и по команде стартера везут ее до поворотного знака, огибают его против часовой стрелки и также двигаются обратно. За финишной линией первая пара М высаживают Ж из саночек и сажают вторую Ж, повторяя все действия 1 этапа. После пересечения финишной линии вторая пара М везет третью Ж, повторяя действия 1 этапа, затем сажают на санки четвертую Ж, довозят ее до поворотного знака, огибают его против часовой стрелки и финишируют.

Победит команда, первой пересекшая финишную линию.

- *«Берти. Делай 1, делай 2».*

Количество участников – 8 человек. Команды встают за линией старт-финиш, на правой боковой линии волейбольной площадки, в колонну по одному, 4 М 4 Ж.

По команде стартера «На старт – внимание – марш» первый участник (Ж) бежит к поворотному знаку, огибает его, выполняет упор присев – упор лежа, упор присев – прыжок с хлопком над головой, после этого возвращается, огибает команду, передает эстафету касанием 2 участнику. И т.д.

(М) выполняют упор присев – упор лежа, 1 отжимание – упор присев – прыжок с хлопком над головой. Финиширует команда, когда 8 участник пересечет линию финиша.

- *«Снежки».*

Количество участников – 8 человек. Команды встают за линией старт-финиш, на правой боковой линии волейбольной площадки, в колонну по одному, чередуясь М Ж. По команде

стартера «На старт-внимание-марш» первый участник начинает передвигаться к поворотному знаку, к сугробу (8 листов бумаги) Лепит снежок, бросает в обруч, расположенный на полу в 3 метрах. Совершив одну попытку, возвращается к команде, огибает ее и передает эстафету следующему участнику. И т.д. Финиширует команда, когда 8 участник пересечет линию финиша. За каждый снежок, оказавшийся внутри обруча, команды получают 1 очко. Команда, финишировавшая первой, получает дополнительно 3 очка, вторая команда получает 2 балла, 3–1 балл.

Эстафета закончена, и пока наши судьи подсчитают баллы, для всех участников эстафеты и болельщиков звучит песня.

**Ведущий:** Хотим сказать спасибо всем участникам спортивной эстафеты «Веселые старты» и справедливым судьям. Очень надеюсь,

что ваше желание быть сильными, здоровыми, смелыми, активными и озорными только увеличилось. Запомните: ваше здоровье в ваших руках! А сейчас мы хотим подвести итоги.

Подведение итогов, определение победителей по номинациям и в общем зачете.

*ЗВУЧИТ МАРШ «Мы верим твёрдо в героев спорта».*

*ФОТО КОМАНД*

#### • **Интерактивные площадки «Поляна народных игр»**

*Цель:* популяризация подвижных народных игр среди детей и подростков.

*Задачи:*

- способствовать воспитанию уважения и интереса к культуре других народов;
- способствовать расширению кругозора об истории, традициях и культуре разных стран и народов;
- способствовать укреплению дружбы народов.

*Продолжительность дела:* 75 минут.

*Место проведения:* территория лагеря.

*Необходимые ресурсы:* лента, тесемки, шесть лаптей (галош), шарик для пинг-понга, мяч, игрушка, две дощечки, теннисный мяч.

*Ход мероприятия:*

- Общий сбор отрядов.
- Вступительное слово:

Наш мир велик и разнообразен. Его населяют миллионы людей во всех частях света. Все они разные: одежда, религия, традиции, история... Но есть у всех нас что-то общее, одно на всех, – это мир, в котором мы живем, это голубое небо над головой и счастье, а самое главное – ДРУЖБА, которая нас всех объединяет! А пока мы едины – мы непобедимы!

Все люди, независимо от их национальности, любят играть, и сегодня на Поляне народных игр вы в этом убедитесь.

Желаем Вам интересно провести время и узнать многое о культуре разных стран.

- Правила:
- отряды передвигаются по «поляне» все вместе;
- узнать о стране и поиграть в игру, которая распространена в этой стране, отряды могут за 6 минут;
- переход к новой игре осуществляется по звуковому сигналу (музыка народов мира).
- Игры народов мира.

#### **Россия**

Россия – поистине уникальная страна, которая наряду с высокоразвитой современной культурой бережно хранит традиции своей нации, глубоко уходящие корнями не только в православие, но даже в язычество. Россияне продолжают отмечать языческие праздники, верят в многочисленные народные приметы и предания.

Широко и с размахом празднуют россияне свои праздники: Рождество, Пасху, Дни Святых, которые сопровождаются играми, песнопениями, обрядами и играми.

Особенно ценит наш народ красоту своей природы и славит ее в песнях и даже играх.

**Игра «Зорька-зарница» (русская народная игра).**

Дети встают в круг, руки держат за спиной, а один из играющих – заря – ходит сзади с лентой и говорит:

– Заря-зарница, Красная девица. По полю  
ходила, Ключи обронила.

С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба быстро бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится зарей. Игра повторяется.

Правила игры. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает, кому положить на плечо ленту.

**Игра «Вестовые» (якутская народная игра).**

На бескрайних просторах Крайнего Севера, где давным-давно зародилась эта игра, вести передавались специальными людьми – вестовыми. Они ездили на оленях или собачьих упряжках, а сами «письмена» еще до освоения письменности народами Севера изготавливались с помощью узелков на связках тесемок из тонких полосок кожи или веревок. О значении узлов договаривались заранее. Для игры понадобятся две такие связки тесемок с узелками.

Описание игры:

Перед началом игры дети делятся на две команды и разбиваются в них по парам. В каждой паре один ребенок будет «вестовым», а другой «оленом». «Вестовой» скакалкой «запрягает» «оленя». По сигналу они

вместе «скачут» до отмеченного места, обегают его, быстро возвращаются к своей команде. Там он отдает свою связку тесемок («письмо») следующей паре игроков, и новый «вестовой» с «оленом» опять пускается в путь. Выигравшей считается команда, чьи «вестовые» первыми вручат «письмо» судье по окончании пути.

### **Белоруссия**

Есть у нашей страны близкие соседи – белорусы.

Сейчас поиграем в белорусскую народную игру «Михасик».

Описание игры:

Для проведения игры шесть пар лаптей (галош) ставятся по кругу. Семь участников игры располагаются вокруг лаптей. После произнесенных ведущим слов:

– Ты, Михасик, не зевай! Лапоточки обувай!

Звучит белорусская народная мелодия. Все подскоками или шагом белорусской польки движутся по кругу. С окончанием музыки все останавливаются, и каждый старается быстрее обуять лапти. Ребенок, оставшийся без лаптей, выбывает из игры. Убирается одна паралаптей, и игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок. Он и считается победителем.

Правила игры. Игроки обувают лапти только по окончании музыки.

Двигаться по кругу, составленному из лаптей, надо с его наружной стороны.

### **Армения**

– На юге нашей страны, среди гор есть страна Армения.

Ребята любят играть в игру, которая называется «*Лебедь, рак да щука*». Описание игры: Четверо игроков одной рукой берутся за верёвку, располагаясь по линии начерченного круга. В двух шагах от каждого закругом устанавливается по кегле. По сигналу игроки начинают тянуть к своей кегле, пытаясь схватить свою кеглю свободной рукой.

Отпускать верёвку нельзя.

### **Норвегия**

Норвежская народная игра «Ветродуи».

– А теперь отправимся в более дальние страны. Побываем в северной стране Норвегии. Природа здесь очень суровая. Всё время дуют сильные ветра. Игра, в которую вы будете играть, так и называется «Ветродуи».

Описание игры:

В игре участвуют двое детей. Перед каждым стоит глубокая тарелка с шариком для пинг-понга. Дети должны выдуть из нее шарик. Побеждает игрок, сделавший это быстрее.

### **Африка**

- Из холодных стран мы отправимся на самый жаркий континент. Как он называется?
- Да, конечно же, это Африка. Здесь очень жарко, мало воды. Люди, живущие здесь, берегут воду, стараясь не пролить ни одной капли. И мы с вами станем водоносами.

*Африканская народная игра «Водоносы».*

Дети делятся на две команды и поочередно несут на голове мяч, под- держивая его рукой. Побеждает команда, первая выполнившая задание.

### **Бразилия**

- Следующая наша страна – Бразилия. В ней много болот.

*Бразильская народная игра «Перейди болото».*

Два игрока должны дойти до стула с игрушкой, перекладывая две дощечки.

Играющие не должны наступать на землю.

### **Китай**

Китай известен как государство этикета и церемоний. Даже привет- ствие друг друга – это целая церемония. Особенно известна церемония чаепития. Китайца можно встретить в халате, длинном до пят, – это национальная одежда. У девушек – это красивое длинное кимоно, из очень красивых тканей. Именно Китай – родина бесстрашных самураев. Одежда китайского воина – это дорогие ткани. Воины Китая – смелые и быстрые, как и их символ. Китай также знаменит своими священными животными – драконами и черепахами. Могущество, мудрость, сила и отвага – вот в чем тренируются китайские дети в своих играх.

*Игра «Поймай дракона за хвост!».*

Все должны построиться друг за другом таким образом, чтобы пра- вую руку положить на правое плечо стоящего впереди. Тот, кто впереди стоит, – голова дракона, а последний – его хвост.

Правила игры. Суть этой подвижной игры заключается в том, что голова дракона ловит себя за хвост. Шеренга постоянно находится в дви- жении, тело следует за головой. Голова пытается схватить последнего игрока. При этом шеренга не должна разрываться. Участники игры на

стороне хвоста не позволяют голове хвост ухватить. Однако если голова себя ухватит за хвост, то игрок, стоящий последним в шеренге, идет вперед и становится головой, а игрок, бывший предпоследним в шеренге, становится новым хвостом.

### **Греция**

*Игра «Шарик в ладони»* – очень популярная в Греции игра, в нее играют с малых лет.

Правила игры.

Игроки выстраиваются в шеренгу на расстоянии 30 – 40 см друг от друга. Вытянутые руки с раскрытыми ладонями держат за спиной. Один из игроков стоит за их спинами. У него в руке шарик или камешек. Идя вдоль шеренги, он делает вид, будто хочет опустить шарик в чью-нибудь ладонь. Игроки не должны оглядываться. Наконец он опускает шарик в чью-то руку. Игрок, получивший шарик, неожиданно вырывается из шеренги. Соседи справа и слева должны схватить его прежде, чем он двинется с места. Но при этом они не имеют права сходить с линии. Если им не удастся его схватить, он может вернуться на место, и тогда игра продолжается. Если его схватят, он меняется местами с ведущим.

*Описание примерных сценарных ходов событий 12-го дня смены  
«СЪЕДОБНЫЙ ДЕНЬ»*

### • Викторина «Азбука здоровья»

*Цель:* формирование ЗОЖ, воспитание убеждения в необходимости строго соблюдать санитарно-гигиенические правила.

*Задачи:*

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, проектор, экран, лист бумаги (А4), ручка. Карточки для открытки (маленькие кактусы и розочки), фломастеры, плотная белая бумага для открытки, клей.

*Ход мероприятия:*

**Ведущий:** Доброе утро, лагерь!

**Ребята:** Утро, доброе!

**Ведущий:** Здоровье – это здоровый организм. А любой организм состоит из клеток. Ваша задача – сохранить и приумножить количество здоровых клеток.

Поэтому за правильно, успешно и полностью выполненное задание вы будете получать определенное количество «здоровых клеток». А решать, каким числом здоровых клеток вас наградить, будет наше компетентное жюри, так называемый «банк донорских клеток» в составе:

#### • Разминка. 1 вопрос.

Внимание, чёрный ящик. Британские стоматологи утверждают, когда дети пьют газировку, то она попадает почти на все зубы, а при использовании ЭТОГО этот показатель уменьшается почти в 3 раза. Назовите ЭТО?

**Ответ:** *Соломинка.*

#### • вопрос.

В одном из руководств по сохранению здоровья сказано, что дети 3-4 лет во избежание развития косоглазия и нервных перегрузок могут смотреть только одну телепередачу. Какую?

**Ответ:** *«Спокойной ночи, малыши!».*

#### • вопрос.

В журнале «Формула здоровья» предлагаются рецепты полезных полосканий при простуде. Каждому из них дано образное название.

Коктейль «Дубинушка» – это отвар коры дуба;

Коктейль «Цветы России» – это настой цветков календулы, ромашки и липы;

Коктейль «Ягодка» – это наполовину разбавленный водой клюквенный сок.

Внимание, вопрос!

А из чего, кроме воды, состоит коктейль «Кролик и пчела»?

**Ответ:** *Морковный сок и мед.*

#### • вопрос.

В прошлом году они погубили только в Америке 67 детей и ранили около 160 000. Социологи подсчитали, что каждая шестая из них таит в себе потенциальную опасность для ребенка. Но практически все родители пренебрегают этим предупреждением и умножают число угроз для жизни и здоровья своих детей. Что это за опасности?

**Ответ:** *Игрушки.*

Рассказ о всемирном дне зрения.

17 лет как праздник отмечается по предложению ВОЗ каждый второй четверг в октябре месяце. Целью праздника является привлечение внимания к проблеме зрения, что важно, ведь в современном мире все постоянно контактирует с техникой и излучением, компьютерами и планшетами. Все вопросы будут касаться зрения.

#### • вопрос.

Почему крокодилы плачут во время еды?

**Ответ:** Железы глаз так выводят соли.

• **вопрос.**

Почему быки злятся, когда видят красный цвет?

**Ответ:** Не злятся, они его не различают, их раздражает движение тряпки, т.к. они близоруки.

• **вопрос.**

Правда ли, что мозг страуса меньше глаза?

**Ответ:** Да.

• **вопрос.**

Правда ли, что мужчины и женщины страдают дальтонизмом в равной степени?

**Ответ:** Нет, мужчины страдают им чаще в десять раз.

• **вопрос.**

Какой врач лечит глаза? **Ответ:** Офтальмолог. **10**

**вопрос.**

Болезнь, при которой вам плохо видны далекие предметы и хорошо близкие?

**Ответ:** Близорукость.

• **Викторина спортивная.**

Она содержит вопросы о спорте и питании – о второй важнейшей составляющей правильного образа жизни, влияющего на здоровье напрямую. Проходить его команды будут, поочередно отвечая на вопросы.

Внимание, ВОПРОСЫ!

- Фрукт для лечения температуры? (Лимон, Малина)
- Когда закаляться лучше всего? (летом)
- Каким спортом можно заниматься зимой? (произвольный ответ)
- Можно ли давать другим свою расческу/помаду/полотенце? (нет, можно заразиться кожным заболеванием)
  
- Можно ли пить из лужи? (нет, в критических условиях лучше соорудить простейший фильтр)
- Почему не стоит гладить бездомных животных? (много паразитов может передаваться)
- Какие самые вредные продукты вы знаете? (чипсы, лимонады и прочее)
- В какое время суток лучше совершать ежедневную пробежку? (вечером, по мнению большинства врачей)
- Основная причина смерти во время приема наркотических веществ, даже впервые? (Передозировка)
- Наркотики уничтожают клетки белков, ответственные за иммунную систему, так как при приготовлении их используют всевозможные растворители. Какой орган, значит, страдает первым? (Печень)
- Народная мудрость учит нас, что это приносит одну радость, но сто видов горя. Что это? (Алкоголь)
- Самое распространенное и доступное всем наркотическое вещество? (Никотин)
- Самая распространенная на всей планете заразная болезнь? (Насморк)
- А незаразная? (кариес)
- Как называется положение тела при любом действии? (осанка)

*Таблица вопросов спортивной викторины  
(правильно расставьте номера ответов на вопросы викторины)*

№	Содержание вопроса	Номер ответа
1	Что такое футбол?	
2	Что такое мяч, обруч, скакалка, гимнастическая палка?	
3	Где играют в баскетбол?	
4	Через что играют в волейбол?	
5	В чём должен быть спортсмен?	

6	Чем подаёт сигнал судья во время игры?	
7	Предмет в школе, на котором дети бегают, прыгают, играют?	
8	Что необходимо соблюдать во время занятий физической культурой?	
9	Что необходимо делать по утрам, после сна?	
10	Что больше всего нравится детям на уроках физкультуры?	

Ответы на вопросы викторины:

- На поле для баскетбола.
- Физкультура.
- Техника безопасности.
- Спортивная игра.
- Спортивный инвентарь.
- Утреннюю гимнастическую зарядку.
- Сетка.
- Спортивная одежда и обувь
- Свисток.
- Играть в подвижные игры.

- **«Пороки и достоинства»**

**«Пороки и достоинства»** включает в себя выяснение участниками викторины понятия «пороки» и противопоставления его понятию «достоинства». Так, в задании дети к перечисленным порокам ищут слова- антиподы, т.е. достоинства.

Ответ записывают и после сдают ведущему. Курение

Пьянство Лень Наркомания Лживость

Трусость Подлость Воровство Грубость

Жадность

- **«Изобрази поговорку».**

«Изобрази поговорку» заключается в изображении поговорок по- очередно всеми отрядами.

Ответ нужно записать.

«После первой рюмки пьяница похож на павлина, после второй на обезьяну, а потом превращается в свинью».

«Водка и мудреца делает дураком».

«С пьяным водиться, что в крапиву садиться».

«Пьяному море по колено, а лужа по уши».

«Муж пьет – полдома горит, жена пьет – весь дом горит».

- **«Мы за здоровый образ жизни».**

Из листка бумаги сделать открытку, на которой нужно написать хорошие привычки, которые ваш отряд сегодня имеет (роза), и вредные привычки, с которыми еще нужно бороться. (*Кактус*).

На задание отводится 5 мин.

- **Конкурс «Танцевальный баттл».**

*Цель:* выявление творческих и актёрских способностей.

*Задачи:*

- создание положительного эмоционального настроения у присутствующих, организация содержательного досуга;
- развитие положительных эмоций, чувства взаимопомощи;
- раскрытие таланта в танцевальном искусстве.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, проектор, экран, номерки на участников, по возможности разделить команды от отрядов цветами. Это могут быть футболки или номерки на цветной бумаге. Надувные шары, лавки.

*Ход мероприятия:*

Добрый вечер, лагерь! Сегодня мы проведём самый настоящий Танцевальный баттл и выясним, кто из вас самый лучший танцор, а также определим самую лучшую группу поддержки.

Баттл в переводе с английского языка означает «бой, битва». Соответственно, танцевальный баттл – это танцевальное сражение между участниками для выявления самого сильного из них.

Уважаемые участники, Ваши выступления будут оценивать наше компетентное жюри.

Перед началом нашего баттла на сцену приглашается наш педагогический отряд!

### ВЫСТУПЛЕНИЕ ВОЖАТЫХ.

Ну а мы начинаем наш «Танцевальный баттл»!

В центр площадки приглашаются те ребята, которые любят танцы и горят ими, а также те, кто хочет доказать, что именно он самый лучший танцор. От каждого отряда участвует 10 человек, т.е. ВСЕГО 50 участников.

У каждого из вас есть номерок с цифрой, который показывает ваш номер, а также ваш отряд МЫ УЗНАЕМ ПО ЦВЕТУ.

- оранжевый

- зеленый
- синий
- желтый
- красный

В каждом раунде будет выбывать по одному или два человека из каждой группы танцоров. После каждого раунда жюри будет называть номер того, кто, к сожалению, выбывает из нашего конкурса, и этот человек занимает место в зрительском зале.

Давайте же приступим!

#### **Первый раунд (10 человек) (шарики 1/2/3 команда).**

Для этого раунда вам потребуются воздушные шарики. Ваша задача – обыграть эти шарики в своём танце, чтобы это смотрелось гармонично. Тот человек, который не сможет справиться с поставленной задачей, выбывает из конкурса согласно решению нашего жюри.

*(Выбывает 2 человека)*

#### **Второй раунд (8 человек) РАБОТАЕТЕ В ПАРЕ.**

Главное условие второго раунда – станцевать в паре. Для вас прозвучат отрывки разных мелодий и ваша пара должна передать стиль и характер музыки, станцевать в ритме и показать свои умения на все 100%.

*Выбывает 1 пара*

#### **Третий раунд (6 человек).**

Звучат музыкальные композиции различных стилей. Вы должны станцевать в том стиле, в котором звучит музыка.

*Выбывает 2 человека*

#### **Четвертый раунд (конкурс лидеров) 4 человека.**

В данном раунде участникам предстоит показать, насколько они слажены и как умеют работать в небольшой команде. Вы объединяетесь внутри команд, и ваша задача танцевать движения, которые показывает ваш товарищ. Тот, кто показывает, выходит немного вперед, а остальные должны повторить за ним. Как только песня меняется, вы должны поменяться местами, чтобы движения показывал СЛЕДУЮЩИЙ.

*Выбывает 1 человек*

#### **Пятый раунд (лавочки) 3 человека.**

В данном раунде нам вновь понадобится реквизит, в этот раз это будут ЛАВКИ. Возможно, кто-то уже догадался, в чем суть этого раунда. Ваша задача – станцевать, при этом сидя на стуле. Можете использовать руки, ноги, голову, даже пальцы на руках, поворачиваться в разные стороны, главное условие – не вставать со стула.

*Выбывает 2 человека*



### **Шестой раунд – финал, танцуют «джус денс» 5 человек.**

После 5 раунда остается ОДИН победитель.

#### **Конкурс болельщиков.**

Болельщикам предоставляется возможность заработать ещё один балл для своего отряда. Вам необходимо отгадать загадки, связанные с разными стилями танца.

По очереди каждому отряду будут даваться загадки, а ваша задача – посоветоваться всем отрядом, а после один представитель от отряда говорит ответ.

Кто отгадает больше загадок – тот и принесёт своей команде балл.

Ярко зал весь засверкал, Приглашает всех на бал,  
 Попрошу ответить вас, Что за танец этот... (Вальс)

Новогодний бал в разгаре, Я кружусь по зале в паре.  
 Этот танец нас пленил,  
 Его Штраус сочинил. (Вальс)

За руки берёмся дружно, Кругом встали – это нужно.  
 Танцевать пошли, и вот – Закружился... (Хоровод)

Первая в таборе век своё живёт, Вашу судьбу по ладони  
 прочтёт, Пляшет вторую она у костра,  
 Что за слова, вам ответить пора. (Цыганочка)

Этот танец так прекрасен, Времени он  
 неподвластен. Пары движутся, кружась, А зовётся  
 танец... (Вальс)

Подкрути усы, джигит лихой, Пробегись на пальчиках ты  
 ловких. В этом танце позабыт покой  
 И нужна кавказская сноровка.

Дама рядом лебедем плывёт,  
 Так стройна, легка – сама пушинка... Можно кепку взять  
 «аэропорт»,  
 Ведь танцуется сейчас... (Лезгинка)

Имеет разные названия,  
 Но все же виден общий стиль.  
 С частушкой схожа без страдания Простая русская... (Кадриль)

Все герои спектакля на сцене танцуют – Не поют, не играют и не  
 рисуют... Прекраснее спектакля в театрах нет,  
 А называется он просто –... (Балет)

Не хвалите сгоряча, Не ругайте сгоряча – Он в  
 Америке родился И зовётся... (Ча-ча-ча)

#### ***Описание примерных сценарных ходов событий 13-го дня смены «ДЕНЬ ВЗАИМОПОМОЩИ»***

##### ***• Мастер-класс по оказанию первой помощи***

*Цель:* познакомить детей с элементарными приёмами оказания пер- вой помощи.

*Задачи:*

- воспитывать культуру безопасности жизнедеятельности;
- формировать ответственное отношение к своему здоровью;
- формировать умения накладывать повязки, обрабатывать раны, накладывать жгут, оказывать помощь при солнечном ударе;

*Место проведения:* отрядное место.

*Необходимое оборудование:* флипчарт, маркеры, бинты, жгуты, шины, аптечка первой медицинской помощи, носилки, ноутбук, про-ектор, колонки.

Членам отряда предлагается вспомнить или научиться приёмам оказания первой помощи (ПП). Обучение проводится в форме мастер-класса, чтобы ребята сами смогли попробовать оказать помощь (забинтовать раненого, наложить жгут, правильно уложить человека на носилки и т.д.).

Мастер-класс проводится перед игрой на местности «Захват флага», чтобы ребята смогли сориентироваться в игровой ситуации.

*Ход мероприятия:*

- Вводные вопросы к участникам мастер-класса:
- знаете ли вы что такое первая помощь?
- знакомы ли вы с приёмами оказания первой помощи?
- попадали ли вы или ваши знакомые в ситуации, когда требовалась первая помощь?
- приходилось ли им оказывать первую помощь?
- Рассказ о том, что такое первая помощь и основные правила её оказания Мы должны быть готовыми к разным ситуациям и сами уметь ока-

зать первую помощь.

Итак, вот первые действия каждого спасателя:

- Определить, имеет ли место неотложная ситуация.
- Принять решение к действию.
- Вызвать скорую помощь.
- Оказывать помощь до прибытия 03. Самые целесообразные

действия:

- Если нет угрозы жизни пострадавшему, его не передвигать.
- Обеспечить проходимость дыхательных путей, проверить дыха-ние и пульс.
- Вызвать скорую помощь или медика, сообщить взрослым.
- До прибытия скорой помощи не прекращать оказывать ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ.

Наши первые шаги.

**ШАГ 1:** Обеспечение проходимости дыхательных путей Убедитесь в том, что дыхательные пути у пострадавшего открыты. Если человек в сознании, говорит или издает звуки, то они открыты. Если пострадавший без сознания, то необходимо открыть дыхательные пути.

Для этого запрокиньте его голову и приподнимите подбородок.

При этом язык перестает закрывать заднюю часть дыхательного горла, пропуская воздух в легкие. Если есть подозрение на травму шеи, используйте иной метод открытия дыхательных путей – «вы-движение нижней челюсти без запрокидывания головы». Если в дыха-тельные пути пострадавшего попало инородное тело, его необходимо удалить, оказывая первую помощь при непроходимости дыхательных путей.

**ШАГ 2:** Проверка наличия дыхания.

Если пострадавший без сознания, обратите внимание на наличие дыхания, приблизив ваше лицо ко рту и носу пострадавшего так, что-бы можно было видеть грудную клетку и ощущать воздух при выдохе (около рта и носа в течение 5 сек.):

Проследите, поднимается ли грудная клетка или нет,

- Слышно ли дыхание,
- Ощущается ли дыхание на щеке,
- Если нет дыхания, зажмите ноздри, сделайте два полных вдувания, чтобы проверить проходимость дыхательных путей (если дыхание есть, переходите к 3 шагу, если дыхания нет, производить искусственную вентиляцию легких).

**ШАГ 3:** Проверка пульса.

Найдите «адамово яблоко» и сдвиньте пальцы ниже в углубление на шее, прощупывайте пульс в течение 10 секунд.

Позовите на помощь окружающих и попросите кого-нибудь вы-звать «03».

Если пульс отсутствует, необходимо проводить сердечно-легочную реанимацию!

Если у пострадавшего, который находится без сознания, определяются дыхание и пульс, не оставляете его лежать на спине. Переверните его на бок, чтобы дыхательные пути у него были открыты. Это положение называется восстановительным. В таком положении язык не закрывает дыхательные пути. Кроме того, рвотные массы, кровь и выделения могут свободно выходить из ротовой полости, не вызывая закупорки дыхательных путей.

Восстановительное положение.

- Находящуюся ближе к Вам руку пострадавшего переместите к голове в разогнутом положении.
- Согните дальнюю от Вас ногу пострадавшего в коленном суставе.
- Поддерживая одной рукой голову и шею, возьмитесь другой рукой за колено и используйте его как рычаг для поворота.
- Положите его на бок, закрепите согнутую ногу во избежание перекачивания.
- Голову потерпевшего положить на его вытянутую руку и наклонить чуть вперед, чтобы дать выход жидкости.
- Если нужна искусственная вентиляция лёгких.

Признаки и симптомы:

- Бессознательное состояние
  - Синюшность лица
  - Неподвижность грудной клетки
  - Неподвижность живота
  - Отсутствие шума дыхания
- Первая Помощь:
- Удобное положение
  - Окружающих – назад
  - Успокоить пострадавшего
  - Поддерживать нормальную температуру тела
  - Вызвать СКОРУЮ ПОМОЩЬ

Последовательность проведения ИВЛ (взрослый, ребёнок, младенец):

- Проверить наличие сознания
- Открыть дыхательные пути
- Проверить наличие дыхания
- Сделать 2 полных вдувания (на наличие проходимости)
- Пульс
- Вызвать СКОРУЮ ПОМОЩЬ
- Продолжать ИВЛ

Проверка пульса и дыхания через каждые несколько минут

• Упражнения по оказанию ПМП. Сначала проводится инструктаж, показывается, как правильно оказать помощь, затем ребятам предлагается самим попробовать выполнить задание.

- Остановка дыхания.
- Временная остановка кровотечений.
- Переломы.
- Ожоги.
- Электротравмы.
- Упражнения по забинтовыванию ран и накладыванию жгутов.
- Укладывание пострадавшего на носилки.
- Вопросы на закрепление материала (могут проводиться в виде игры или викторины).
- Сколько градусов нормальная температура тела человека? (36,5 или 36,6° C)
- Номер телефона, по которому нужно звонить, чтобы вызвать скорую помощь? (03 или 112)

- Какое кровотечение считается наиболее опасным? (артериальное)
- Чтобы остановить очень сильное кровотечение, выше раны на- кладывается... (жгут)

- Первая помощь при остановке сердца. Сколько надавливаний на грудину нужно производить между вдуваниями, если спасатель один? (15–16)

- Что нельзя делать при ожоге, когда кожа покрывается пузырями? (прокалывать их)

- Нужно ли снимать пострадавшему одежду при переломе ноги? (нет)

- Первая помощь при открытом переломе. Что накладывается вна- чале: шина или повязка? (Повязка)

- Какое правильное положение кистей и пальцев во время прямого массажа сердца? (Правая кисть накладывается на левую, большой палец левой руки должен быть внизу).

- Состояние, при котором человек теряет сознание... (обморок)

- Один из симптомов при травмах... (боль)

- Повреждение мягких тканей, при которых нарушается целост- ность кожных покровов... (рана)

- Используется для обработки мелких ран и ссадин... (йод, зеленка, перекись водорода)

- Применяется при ушибах первые двое суток... (холод)

- Поражение кожных покровов под воздействием высоких темпе- ратур... (ожог)

- Набор лекарственных средств, для оказания первой медицинской помощи... (аптечка)

- Подведение итогов мастер-класса.

### • **Тренинг «Быть здоровым – престижно!».**

*Цель:* пропаганда здорового образа жизни, формирование образцов и желания у детей и подростков следовать правилам здорового образа жизни.

*Продолжительностьдела:* 75 мин.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимыересурсы:* бумага, ручки.

*Ход мероприятия:*

- **ЗНАКОМСТВО** (*На первую букву своего имени назвать черту характера*).

**Ведущий:** Все вы хотите быть счастливыми и успешными. Для до- стижения этого вам необходимо здоровье.

А что такое здоровье?

- Какие определения, ассоциации, мысли возникают у вас при этом слове? (*ответы ребят записываются вожатыми*)

- Какое место в вашей жизни занимает забота о своем здоровье и здоровье близких вам людей?

**Ведущий:** Чтобы учиться, заниматься спортом, помогать родителям по хозяйству, необходимо здоровье.

Итак, здоровье-это то, без чего человеку очень трудно активно и счаст- ливо жить.

Наши предки хорошо понимали значение здоровья.

Давайте вспомним народные поговорки и пословицы о здоровье.

(*ответы ребят записываются вожатыми*)

- **ИГРА «КОМПЛИМЕНТ ПО КРУГУ».**

Отряды располагаются в 2 круга: внутренний и внешний. Стоящие напротив друг друга говорят один другому комплименты.

- **УПРАЖНЕНИЕ «ОВАЦИИ».**

**Ведущий:** Встаньте те, кто:

- имеет здоровое чувство юмора;

- придерживается принципов здорового питания;

- закаляется;

- желает приобретать новые знания о здоровом образе жизни;

- не имеет вредных привычек.

- **ДИСКУССИЯ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ».**

Ребята объединяются по отрядам и готовят аргументы в пользу своей позиции «От чего зависит здоровье»

- **ИГРА «ПОЖЕЛАНИЯ».**

Продолжите фразу «Желаю тебе и себе ...».

*(Вожатые записывают ответы в своих отрядах)*

• КОНКУРС СТИХОВ «ДАВАЙТЕ СОЧИНИМ ЗДОРОВЬЕ».

Сочинить четверостишие на предложенные темы и слова. а) Путешествие:

- поход, вездеход;
- костер, косогор;
- тропинка, травинка. б) Спорт:
- фигура, физкультура;

- движение, достижение;
- сноровка, тренировка. в) Экология:
- кислород, небосвод;
- загрязнение, сохранение;
- природа, погода.

г) Правильное питание:

- питание, дыхание;
- витамины, протеины;
- мармелад, лимонад;
- ватрушка, петрушка.

д) Положительные привычки:

- зарядка, спортплощадка;
- творение, увлечение;
- чистота, доброта

#### ВЫСТУПЛЕНИЕ ВОЖАТЫХ (ТАНЕЦ)

**Ведущий** зачитывает.

Здоровье – это ценность и богатство, Здоровьем людям надо дорожить!

Есть правильно и спортом заниматься, И закалятся, и с зарядкою дружить.

Чтобы любая хворь не подступила, Чтоб билось ровно сердце, как мотор,

Не нужно не курить, не пить, не злиться, Улыбкой победить любой укор.

Здоровый образ жизни – это сила! Ведь без здоровья в жизни никуда.

Давайте вместе будем сильны и красивы, Тогда года нам будут не беда!

*Лена Одинцова*

#### Описание примерных сценарных ходов событий 14-го дня смены «ДЕНЬ УВЛЕЧЕНИЙ»

##### • **Опрос участников смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля»**

Опрос детей и подростков во второй половине смены «Шаги ЗОЖ- Фестиваля» может проводиться в устной или письменной форме и включать ряд открытых вопросов.

Инструкция:

Дорогой друг!

- Некоторые спорят, жизнь в лагере обычная или необычная. Напиши, как думаешь ты?
- Какие дела, проведенные в лагере, тебе больше все запомнились?
- Что нового ты узнал, чему научился?
- Чем тебе больше всего твой отряд а) нравится?
- б) не нравится?
- За что ты ценишь своих друзей?

- Прошли ли какие-либо изменения в твоём характере, поступках, отношении к людям?
- Какие качества присущи вожатым твоего отряда? Как ты оцени- ваешь их работу?
- Какие негативные явления есть в лагере?
- Твои пожелания людям, работающим с тобой в лагере?
- Если бы тебе еще раз посчастливилось побывать в нашем лаге- ре, назови имена трех ребят своего отряда, с кем бы ты хотел еще раз встретиться?

### • *Игра на местности «Захват флага»*

*Цель:* создание условий для развития у детей и подростков навыков командной работы, эффективного преодоления препятствий.

*Задачи:*

- создание условий для патриотического воспитания детей и под- ростков;
- создание условий для развития и проявления волевых качеств личности;
- развитие у детей и подростков чувства ответственности за свои поступки и принятые решения;
- укрепление у детей и подростков здоровья и совершенствование физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости и т.п.);
- развитие логического мышления у детей и подростков.

*Продолжительностьдела:* 2 часа.

*Место проведения:* территория лагеря.

*Необходимыересурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, хвостики (2 цвета), два флага на древке, музыка для бега.

Результат игры: Захватить флаг и отнести на нейтральную (зеле- ную) зону, если все вышло, команде зачисляется одно очко, и возвра- щается флаг. Игра начинается сначала, схематичная карта местности. Правила: Не толкаться и не использовать физическую силу в от- ношении к другим ребятам (если один из судий увидит что-то по- добное, игрок, который воспользовался силой, прекращает игру).

#### **Подготовительный этап:**

Построение перед игрой на линейке.

Объяснить правила игры и технику безопасности. Раздать отрядам хвостики, флаги.

#### **Ход мероприятия:**

Правила игры:

Участвуют две команды. Территория лагеря условно делится на 2 равные половины (обозначаем ориентиры). Каждая команда ставит свой флаг на доступном, видимом месте. Задача обеих команд – захватить флаг противника и пронести его на свою территорию, не будучи осаленным (без хвоста). В случае захвата флага игроками его запрещается передавать.

Флаг могут охранять не более трёх человек, но не в непосред- ственной близости от него, а на расстоянии (4–5 метров от флага), т.е. в окружности радиусом 4–5 метра. У охраняющих нет права воз- действовать (салить) на противника, если тот находится уже внутри этой окружности. Охраняющие могут только лишь не выпускать за- хватчиков обратно, когда те пытаются покинуть спасительную зону. У каждой команды есть тюрьма на своей территории, куда отво- дятся пойманные (осаленные) игроки команды противников. Салить можно только на своей территории. В тюрьме заключённого бдительно охраняют, однако он может освободиться, если игрок из его команды незаметно проберётся к тюрьме и возьмет хвостик для своего това- рища. В этом случае они беспрепятственно возвращаются на свою

территорию, и никто не может их осалить.

Ловить соперников можно только на своей половине и только одного, если ты поймал, забираешь хвостик и отправляешься прово- жать пойманного в тюрьму, если пойманный сбежит, отобрав у тебя хвостик, он выбывает из игры.

Перемещаться по полю без хвостов запрещено. Они крепятся за спиной, заправляя в штаны. Хвосты должно быть видно.

**Пожелания для игроков:**

- Играть честно и дружно.
- Даже если вы соперники, вы все друзья. Помним, что это всего лишь игра.
- Не спорить с судьями.
- Не падать.

**• Конкурсная программа «Мисс и мистер ЗОЖ-Фестиваля  
«Фарватер здоровья»**

*Цель:* выявление и развитие творческих способностей и задатков у ребят, путём конкурсной деятельности.

*Задачи:*

выявить всесторонне развитых участников; активизация и развитие творческих способностей;

воспитывать в детях чувство коллективизма и дружелюбия.

*Продолжительность дела:* 1 час 15 минут.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микро-фоны, проектор, экран, заранее подготовленные костюмы, конкурсные номера, книги, гвозди, молотки, лавки, стулья.

*Предварительная подготовка:* определить мальчика и девочку, которые будут представлять отряд на конкурсной программе, придумать и воплотить в реальность визитку, танец, видео – «история знакомства».

*Ход мероприятия:*

Добрый вечер, лагерь!

Все отвечают: «Вечер добрый!»

Ну, вот теперь я вижу, что мы все настроены позитивно и готовы начать.

Смена в нашем лагере скоро завершится, и мы решили отметить это событие выбором лучшей пары. Итак, мы приветствуем Вас на конкурсной программе «Мисс и Мистер ЗОЖ-Фестиваля «Фарватер здоровья». Это одновременно и конкурс красоты, и встреча клуба веселых и находчивых. Вот почему я имею все основания говорить, что нас ждет путешествие в страну прекрасного.

Дамы и господа!

Мы рады, что вы пришли сюда! Сегодня день знаменательный,

Готовились вы к нему основательно. Ведь собрались сегодня не зря мы.

А чтобы выбрать Мисс и Мистер ЗОЖ-Фестиваля «Фарватер здоровья»!

Давайте же не будем тяготить ожиданием, А конкурсантов сейчас вам представим мы!

Участникам были заранее объявлены задания для творческих выступлений. Надеемся, что все ребята успешно с ними справились.

С огромным удовольствием хочу представить вам членов жюри.

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

**Первый наш конкурс – это конкурс «ВИЗИТОК».**

И первыми на эту сцену я приглашаю 1 отряд (представление пары). Пара выходит и садится на почетное место на сцене.

Внимание, встречаем: 3 отряд и их замечательную пару. Поприветствуем 5 отряд (представление пары).

Встречайте 4 отряд (представление пары).

На нашу сцену мы приглашаем 2 отряд и их замечательную пару.

### **Второй конкурс: «ПРЕСС-КОНФЕРЕНЦИЯ».**

После представления конкурсантов надо познакомиться с ними поближе. А для этого надо устроить небольшую пресс-конференцию. Только вопросы будут смешные и с подвохом. Но и ответ надо дать раз-вернутый, а не просто – да или нет. Жюри оценивает качество ответа, юмор и находчивость.

Еще раз напомню!

Отвечать нужно полностью раскрывая ответ, А не только да или нет.

Особенно будет цениться острота и юмор, Вот такой у нас каламбур.

(Каждому из участников задается один вопрос).

#### **Примеры вопросов для девочек:**

- Правда ли, что вы танцуете около зеркала по вечерам? (ответ и раз-вернутый ответ почему)
- Если вы живете в одной комнате с лучшей подругой, а она храпит ночью и не дает вам уснуть, что вы сделаете? (развернутый ответ)

- Вы самая красивая в школе девочка! Вы согласны с этим? (ответ и объяснения почему)
- Говорят – не имей сто рублей, а имей сто друзей! А вы бы на что поменяли сто рублей? (развернутый ответ с объяснением)

- Что бы вы сделали, если бы Вам подарили тонну моркови?
- Правда ли, что все мальчишки оборачиваются, когда ты проходишь мимо?
- Скромность – это хорошее качество?
- Говорят, что ты очень любишь кривляться! Это так?
- Правда, что обижать маленьких-это правильно?
- Правда, что у тебя 7 братьев?

#### **Примеры вопросов для мальчиков:**

- Вы боитесь школьного звонка на урок? (полный ответ)
- Ваш любимый герой? Почему? (развернутый ответ)
- Говорят – поднять подняли, а разбудить забыли! А самый нелепый случай, который произошел с вами? (полный ответ)
- Что можно посоветовать человеку, который часто падает с кровати ночью? (полный ответ)
- Какой был самый незабываемый момент для вас на этой смене в лагере?
- Правда, что твой дедушка работает мэром Владивостока?
- Говорят, что заяц – царь зверей. Это так?
- Ты бы хотел иметь самую крутую тачку?
- Твою маму зовут Настасья Петровна?
- Если бы можно было жить на Марсе, где бы ты остался? Ну, вот мы и познакомились с нашими парами.

Третий конкурс видео «История знакомства».

Предлагаю посмотреть истории знакомств наших замечательных пар. Внимание на экран: видео отрядов.

Четвертый конкурс «Артистизм».

Сначала выйдут вперед мальчики, а девочки посмотрят на них со стороны:

Вам нужно изображать те действия, которые мы будем сейчас говорить, причем все действия нужно выполнять одновременно! Начали! Музыка!

**ЗАРИСОВКА ДЛЯ МАЛЬЧИКОВ**

Вы человек маленького роста.

Вы идёте, и у вас спадают брюки,

Чешется голова,

Правое плечо значительно выпадает вперед, В левом ботинке под пяткой кошелёк.



## ЗАРИСОВКА ДЛЯ ДЕВОЧЕК

У вас красивая, спортивная фигура, Но дергается правый глаз,  
Чешется спина, Хронический насморк,  
Вас постоянно заносит вправо.

### Игра с залом

#### ЖИЛА БЫЛА БАБКА ИЛИ МОРЕ ГАЛИЛЕЙ

Пятый конкурс для девочек «ДЕФИЛЕ». Девочки выходят на дефиле с книгами на голове.

Известно, что самая красивая осанка и грациозная походка у девушек Востока. Мы считаем, что наши девушки ничуть не хуже, и сейчас мы в этом убедимся.

Участницы должны пройти по сцене с книгой на голове, не уронив ее, потом развернуться и вернуться на свое место.

Шестой конкурс для мальчиков «ЗАБЕЙ ГВОЗДЬ».

Убрав одну руку за спину нужно забить гвоздь (5 гвоздей). Танцевальный флешмоб с залом ПРЕКРАСНЫЕ танцоры сидят у нас в зрительном зале! Думаю, вы все заслужили аплодисменты!

Седьмой конкурс «ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ». Пары представляют ТАНЕЦ.

Восьмой конкурс «ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ».

Надеюсь, что каждый из вас будет иметь возможность убедиться в том, что быть здоровым – это прекрасно! Кто знает, может после этой встречи среди нас станет больше здоровых, а значит счастливых?

Этого врача пациенты называют покороче – ухо-горло-нос ... (лор или отоларинголог)

Этим клеем пчелы чинят соты, а врачи лечат... (прополис)

Пушистая волокнистая масса из хлопка, применяемая в медицине и быту... (вата)

Результат воздействия мороза на организм человека... (обморожение)

Для греков это слово обозначало «склад», а для нас – медицинское учреждение... (аптека)

Травмы, нанесённые огнём... (ожоги)

Материал для перевязки... (бинт)

Прибор, с помощью которого измеряют температуру тела... (гра- дусник)

Его капля убивает лошадь... (никотин)

Травма, возникающая при неправильном пользовании ножом... (порез) ВНИМАНИЕ!

#### ВОПРОСЫ ПО КАТЕГОРИЯМ:

Личная гигиена Физическая культура Питание

Здоровое тело Здоровый дух

Вопросы каждой из категорий имеют цену от 1 до 5 баллов, соот- ветственно – чем выше балл, тем сложнее вопрос, но и тем ближе вы к победе!!!

Ну, что ж, поехали, и право выбора категории и вопроса принад- лежит команде...

Вопросы категорий:

#### Личная гигиена.

• **балл** – Его необходимо принимать перед сном ежедневно, а в жар- кую погоду – утром и вечером... (душ)

• **балла** – Кора какого дерева избавляет ноги от запаха, пота и тре- щин... (дуба)

• **балла** – Для предупреждения болезней зубов рекомендуется ис- пользовать зубные пасты, содержащие этот элемент... (фтор)

• **балла** – Это средство служит профилактикой кариеса, но его чрезмерное употребление приводит к перенапряжению слюнных желез, желез желудка и кишечника... (жевательная резинка)

• **баллов** – Масло этого растения втирают в кожу головы, чтобы волосы лучше росли ... (репейное)

#### Физическая культура.

• **балл** – «Кот в мешке» можно передать право ответить на вопрос соперникам:

Намочи его водой, да потри его рукой.

Как начнёт гулять по шее, сразу ты похорошеешь... (мыло)

• **балла** – Так называется состояние полного физического благопо- лучия... (здоровье)

- **балла** – Назовите виды спорта, которые входят в Зимние Олимпийские игры... (биатлон, хоккей, фигурное катание, прыжки на лыжах с трамплина...)

- **балла** – Назовите летние виды спорта... (плавание, легкая атлетика, велогонки, футбол...)

- **баллов** – Тому, кто начинает с неё день, понадобится в 2 раза меньше времени, чтобы настроиться на рабочий лад... (зарядка)

#### **Питание.**

- **балл** – В каких единицах измеряется энергетическая ценность пищи... (калории)

- **балла** – «Кот в мешке» способность организма противостоять действию повреждающих факторов, защитная реакция организма... (иммунитет)

- **балла** – Из этого дикорастущего растения весной варят суп, из листьев этого растения делают витаминный салат... (крапива)

- **балла** – Более половины энергетических потребностей организма покрывается за счет этих веществ, содержащихся в пище... (углеводы) **5 баллов** – Корень этого растения используют для заварки напитка, аналогичного кофе... (цикорий)

#### **Здоровое тело.**

- **балл** – С какого возраста начинается формирование осанки... (с рождения)

- **балла** – Что ещё способствует укреплению стопы, кроме ходьбы на цыпочках и катания стопами круглых предметов... (ходьба босиком) **3 балла** – Это заболевание опорно-двигательного аппарата, характеризующееся искривлением позвоночника во фронтальной (боковой)

части... (сколиоз)

- **балла** – Какой должна быть спинка стула для детей... (жесткой, прямой или вогнутой формы)

- **баллов** – Почему нельзя заниматься тяжелой атлетикой до 15 лет? (не сформирован скелет)

#### **Здоровый дух.**

- **балл** – Продолжите древнее изречение «В здоровом теле – ... (здоровый дух)»

- **балла** – **«Вопрос-аукцион»** возможность соперников перекупить вопрос... (до 5 баллов). Почему опасно даже разовое употребление наркотиков.

- **балла** – это качество характерно для спортсменов-марафонцев... (выносливость)

- **балла** – Бранные слова негативно воздействуют на... а) на почву и воздух

б) ни на что

в) на наследственность

- **баллов** – Вставь пропущенное слово «Ласковое слово и ... (кошке) приятно»

Пока жюри подводит итоги. Игра с залом.

### **Описание примерных сценарных ходов событий 15-го дня смены «ДЕНЬ ГЕРОЕВ»**

- **Конкурс военной песни и стихотворений о войне**  
**«И все о той весне...»**

*Цель:* гражданско-патриотическое воспитание детей и подростков.

*Задачи:* формирование понятия военной, патриотической песни, песни о войне; формирование нравственного отношения к войне и празднику защитника Отечества; воспитание гражданственности и патриотичности; развитие творческих способностей учащихся; коллективная деятельность в отряде.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, проектор, экран, заранее подготовленные стихи и песни.

*Подготовительный этап:* Выявить талантливых детей, выучить песню или стихотворение, провести прослушивание.

*Ход мероприятия:*

### *Звучат мелодии военных лет*

Тот самый длинный день в году С его безоблачной  
погодой  
Нам выдал общую беду  
На всех, на все четыре года. Она такой вдавила след  
И стольких наземь положила, Что двадцать лет и тридцать  
лет Живым не верится, что живы.  
А к мертвым, выправив билет, Все едет кто-нибудь из  
близких, И время добавляет в списки Еще кого-то, кого  
нет...  
И ставит, ставит –obeliski.

Добрый вечер, дорогие участники ЗОЖ-фестиваля «Фарватер здо- ровья»!  
Мы рады приветствовать вас на военно-патриотическом конкурсе стихов и песен «И все о  
той весне».

Сегодня нашу музыкальную программу мы посвящаем песням, стихам, которые помогали  
бойцам Красной Армии в трудную минуту, помогали выстоять, выдержать, встать и снова идти  
в бой.

Я бы с песни начала рассказ,  
С той, которая на всех фронтах звучала... В холод, в стужу сколько  
раз  
Эта песня всех в землянке согревала. Если песня, значит,  
рядом друг, Значит, смерть отступит, забойтся... И казалось,  
нет войны вокруг,  
Если песня над тобой кружится!

При слове «песня» что-то особенное происходит в глубине нашей души, не говоря уже о том  
момента, когда мы ее слушаем или поем.

Ночью звезды  
Вдаль плывут по синим рекам Утром звезды гаснут без  
следа. Только песня остается с человеком Песня – верный  
друг твой Навсегда.

Разрешите представить вам членов нашего жюри:

Именно эти люди будут оценивать сегодня ваши выступления. Да- вайте подарим им  
громкие аплодисменты.

Песни военных лет...Сколько их, прекрасных и незабываемых. И есть в них все: горечь  
отступлений в первые месяцы войны и радость воз- вращения к своим, картины жизни солдат,  
рассказы о боевых подвигах моряков и пехотинцев, летчиков и танкистов.

**КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ) КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ  
(СТИХОТВОРЕНИЕ)**

Песни старшего поколения, военные песни не награждались ордена- ми, но сколько они  
делали для победы нашего народа. В военные годы

миллионы солдат оказывались оторванными от родного дома, от семьи. В разлуке обострялось  
чувство любви к своим родным и близким. Род- ной дом, мать, любимая девушка, жена-все это  
свято для солдата. Это стало частицей Родины, которую он защищал. Об этой Родине шептали  
ему слова военных песен.

**КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ) КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ  
(СТИХОТВОРЕНИЕ) КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ)**

Песни Великой Отечественной войны. Они по-прежнему волнуют души ветеранов, любимы людьми сегодняшнего поколения. С первого дня войны и до праздничного победного салюта всегда были с солдатами, помогали преодолевать трудности, поднимали боевой дух воинов, сплачивали их. Как верный друг, песня не покидала фронтовика, она шла с солдатом в бой.

#### КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ) КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ)

Песни Великой Отечественной войны – это музыкальная летопись героической эпопеи советского народа. Свидетельство его силы, жизнелюбия, высокого патриотизма. Их слушали по радио, с киноэкрана, с маленькой эстрады на фронте, и всегда песня достигала своей благородной цели: звуки ее и слова как нельзя лучше выражали чувства фронтовиков, и они ощущали песню своей родной и кровной помощницей.

#### Приглашаем на сцену самых младших участников конкурса. КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ) КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (СТИХОТВОРЕНИЕ) КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ)

Песни как люди: у каждого своя судьба, своя биография. Одни умирают, едва появившись на свет, никого не растревожив. Другие вспыхнут ярко, но очень скоро угаснут. И лишь немногие долго живут и не стареют. Тем и дороги нам эти немногие, такие разные и непохожие, близкие и далекие.

#### КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ) КОНКУРСНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ (ПЕСНЯ)

Песня военных лет... Вместе с отчизной она встала в солдатский строй с первых дней войны и прошагала по пыльным и задымленным дорогам войны до победного ее окончания. Она помогла народу выстоять и победить. И помогла! И победили!

Внимание на экран. Поём все вместе!!!

#### **Песня «ДЕНЬ ПОБЕДЫ»**

Просмотр видео военной песни (караоке).

*Жюри подводит итоги.*

Спасибо всем участникам нашего конкурса. Слово предоставляется жюри.

Наш вечер подошел к концу. Но мы не прощаемся с вами. Мы говорим вам «До свидания!»

Мы говорим: «До свидания, наша верная спутница-песня!»

И нам очень хочется, чтобы песня навсегда стала спутницей наших мирных дел и свершений.

Чтобы больше никогда ей не стать подругой боевой, ходить на войну. Пусть с песней к каждому приходит радость, доброта, пусть нам песня «строить и жить помогает»

До свидания, дорогие друзья! До новых встреч!

- **Уличные гуляния: спортивные состязания, забавы, шуточные эстафеты.**

*Цель:* создание условий для развития и совершенствования у ребят физических и морально-волевых качеств.

*Задачи:*

- познакомить детей и подростков с русскими народными играми, традициями, обычаями, самобытной культурой;
- способствовать всестороннему, гармоническому и физическому развитию ребят;
- формирование у ребят чувства коллективизма, смелости, творчества.

*Продолжительность дела:* 1 час. *Место проведения:* территория лагеря. *Необходимые ресурсы:*

- две заготовки для плетения косы (для одной косы потребуется 3 длинных полотна, скрепленных сверху).
- метла;

- кегли, кубики;
- лавки, подушки;
- мешки 2 шт.;
- рыбка из картона на середине веревки, по краям веревки палочки;
- две палки и шапка;

- шишки, ведро, платок;
- жетоны;
- регистрационные листы в «банк».

*Ход мероприятия:*

Игры носят соревновательно-развлекательный характер.

Вожатые на станциях в начале каждой игры зачитывают задание и правила. Обязательно нужно проговорить правила техники безопасности. При возникновении вопросов задание зачитывается повторно. Во время выполнения задания вожатый не помогает и не мешает ребятам.

На каждой игровой площадке участникам/победителям даются определенное количество жетонов. В течение мероприятия дети сдают жетоны в «банк». Победит тот отряд, кто больше наберет жетонов.

Участвовать в состязаниях можно по одному, вдвоем и другим составом. Количество прохождения испытаний не ограничено.

#### **Названия игровых площадок**

- ЗАПЛЕТИ КОСУ – (2 заготовки из полотна).

На этой станции за минуту нужно сплести косу. Чем длиннее и плотнее она будет сплетена, тем лучше. Плетут 3 человека, не отпуская рук и не перехватывая полотно. Плести нужно, перебегая под полотном, то приседая, то поднимая руки. Побеждают те, у кого самая длинная и качественно сплетённая коса.

- ПРЫЖКИ НА МЕТЛЕ – (метла, кегли, кубики).

На определенном участке выставляют цепочку из препятствий, например, ими могут быть кегли, конусы и т. д. Участники должны змейкой проскакать на метле все препятствия. Победит тот, кто доберется до финиша быстрее, сбив меньше всего кеглей.

- МЕТАНИЕ ВАЛЕНКА – (валенок).

Ребята по очереди кидают валенок. Победит тот, кто кинет обувь дальше всех.

- БОЙ ПОДУШКАМИ.

Еще один веселый конкурс. Двум участникам выдается по подушке. Нужно стоя на лавке сбить соперника на землю. Подушками бить аккуратно, чтобы случайно не навредить.

- ПРЫЖКИ В МЕШКАХ.

Участвуют два человека, для каждого участника нужно подготовить по мешку. Каждый участник должен допрыгать в мешке до финишной прямой и обратно. Выигрывает тот, кто первым пройдет дистанцию.

- РЫБАЛКА.

На краях веревки привязаны палочки (карандаши). В центре веревки привязана рыбка. Кто быстрее замотает на палочку веревку до рыбки (поймает ее), тот победил. Участвует 2 человека.

- ПЕТУШИНЫЙ БОЙ.

Участники делятся на пары и встают друг от друга на расстоянии 3–5 шагов. Пары изображают дерущихся петухов: прыгая на одной ноге, они стараются толкнуть друг друга плечом. Тот, кто потерял равновесие и встал на землю двумя ногами, выходит из игры. Дети перед началом игры договариваются, как они будут держать руки: на поясе, за спиной, перед грудью или руками держать колено согнутой ноги.

Правила.

- Играющие должны одновременно приближаться друг к другу.
- Руками толкать друг друга нельзя.
- ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА (канат).

Традиционная уличная забава. Участвуют 2 человека (или больше, но равное количество с обеих сторон).

Побеждают те, кто перетянули канат на свою сторону.

- ПАЛКИ – ВЫРУЧАЛКИ.

Необходимо с одной палки на другую перекинуть шапку 5 раз, не уронив ее.

- СЛЕПОЙ СНАЙПЕР – (шишки, ведро, платок завязывать глаза). С завязанными глазами нужно закинуть шишки в ведро. Из 10 попыток, победит тот, кто попадет 3 раза.

### *Описание примерных сценарных ходов событий 16-го дня смены «ДЕНЬ СОВЕРШЕНСТВА»*

- **Конкурс агитбригад и плакатов**  
**«Мы за здоровый образ жизни».**

*Цель:* пропаганда здорового образа жизни.

*Задачи:*

- способствовать формированию мотивации к здоровому образу жизни, сознательному отказу от вредных привычек и зависимостей;
- формирование активной жизненной позиции.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микро-фоны, проектор, экран, заранее подготовленное выступление и плакат, реквизит, костюмы для выступления.

*Подготовительный этап:*

Раздать отрядам тематику агитбригад.

- «Профилактика наркомании»
- «Профилактика алкоголизма»
- «Профилактика курения»
- «Мы за спорт»
- «Здоровое питание»

*Ход мероприятия:*

Отряды должны подготовить плакат-лозунг на свою тему и агит-бригаду.

Конкурс проходит по четырем номинациям:

Краткая справка на тему, которая выдана отрядам. Видеоролик, само выступление отряда.

**Агитбригада** – творческий коллектив, выступающий по различной тематике и затрагивающий актуальные проблемы своего времени, который высмеивает отрицательные стороны нашей жизни и показывает положительные моменты.

**Ведущий:** Добрый вечер, лагерь!

**Ребята:** Вечер добрый!

**Вожатый 1:**

Внимание! Граждане приезжающие, Выступающие, а также все желающие! Замрите на мгновение,

Прослушайте объявление!

**Вожатый 2:**

Сегодня и каждый день, Для всех, кому не лень,  
Есть возможность не хворать, В Стране здоровья

побывать! **Вожатый 3:**

Но есть условие одно: Забыть про пиво и вино,

Обойтись без сигарет,

Наркотикам сказать всем: «Нет!»!

**Вожатые все вместе:**

Кто на рейс попасть желает, Условие пусть выполняет.

### **Ведущий:**

Внимание, внимание! Сегодня мы с вами узнаем более подробно. Почему же «Алкоголь», «Курение» и «Наркомания» так вредны для здоровья? А почему «Спорт» и «Здоровое питание», так полезны.

### **ПРОФИЛАКТИКА АЛКОГОЛИЗМА .**

По данным Всемирной организации здравоохранения, 27% россиян старше 15 лет никогда не пили и не собираются, а 15% завязали со спиртным. Остальные 58% хотя бы раз в год употребляют алкогольные напитки. Это 70 млн. человек, или половина населения страны.

60% пьющих (42,7 млн. человек) подвержены «тяжелому эпизодическому пьянству». По классификации ВОЗ, это те, кто выпивает раз в месяц минимум 60 граммов чистого алкоголя за один сеанс. Эта доза эквивалентна 1,2 л пива или 150 мл водки. Иными словами, если человек раз в неделю выбирается с друзьями в бар и выпивает три пива, то ВОЗ считает его человеком с алкозависимостью.

*Видеоролик про вред алкоголя, и к чему он приводит.*

*Выступление отряда и презентация плакатов*

### **ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ.**

Пик наркомании в России пришелся на время пандемии COVID-19, причем коснулась проблема больше подростков, которые вынуждены были изолироваться от внешнего мира. Соответственно, дилеры перебрались в интернет. Средний возраст наркозависимых – от 16 до 30 лет. Более 60% составляет молодежь 18–25 лет, 20% – люди старше этого порога, а на остальные 20% приходится несовершеннолетние лица, начиная с 7-летнего возраста. В 2020–2021 годах число наркоманов в России увеличилось до 5 млн., а периодически принимают наркотики примерно 13 млн. россиян.

*Видеоролик про вред наркотиков, и к чему они приводят.*

*Выступление отряда и презентация плакатов*

### **ПРОФИЛАКТИКА ТАБАКОКУРЕНИЯ.**

Росстат в 2019 году провел большое исследование условий жизни населения, опросив 60 тысяч семей. В результате оказалось, что в России курят 24,2% жителей старше 15 лет, это 29,3 млн. человек.

Всемирная организация здравоохранения говорит, что курят 28,3% россиян, 34,2 млн. жителей. Считали тоже только тех, кто старше 15 лет.

ВЦИОМ говорит, что среди россиян 33% курильщиков. Правда, опрос проводился только в городах.

По данным Росстата за 2019 год, почти все потребители табака потребляют его классическим способом: через сигареты, сигариллы, трубки, самокрутки и тому подобное. Пользователи так называемых электронных средств доставки никотина – «Айкосов», вейпов и других – составляют всего 0,3% от общего количества курильщиков. Это чуть меньше 88 тысяч человек. Сейчас их, скорее всего, уже больше: по данным консалтинговой компании Euromonitor International, продажи систем нагревания табака в России растут в среднем на 30% ежегодно.

Росстат утверждает, что среди мужчин курильщиков примерно в четыре раза больше, чем среди женщин: 40 против 11%. Всемирная организация здравоохранения говорит о 40,9 против 15,7%. Свою первую сигарету мужчина в России обычно пробует в 16 лет, а женщина – в 18.

*Видеоролик про вред курения, и к чему оно приводит.*

*Выступление отряда и презентация плакатов*

### **ЗАНЯТИЕ СПОРТОМ.**

Отвечая на вопрос, сколько людей по статистике занимаются спортом, рассмотрим новости Минспорта. По заявлению Министра спорта Олега Матыцина, с 2016 по 2022 гг. число спортивных граждан выросло с 46.6 до 65.2 миллионов человек. Трудоспособное население в возрасте от 30 до 59 лет стало заниматься спортом в два раза активнее: показатель вырос с 10.9 до 21.3 млн. граждан.

**НА ЗАМЕТКУ!**

По данным Минздрава России, в 2021 году 1 251 589 человек имеют противопоказания для занятий спортом. В 2022 году показатель уменьшился до 1 227 264 человек. Наибольшее количество в Приволжском федеральном округе – 678 049 человек. В Москве физкультура и спорт противопоказаны 359 426 гражданам.

Кроме того, статистику спортсменов в России пополняет детское население: 24.3 миллиона детей систематически занимаются физической культурой, более трех миллионов ходят в спортивные школы на профессиональные занятия.

*Видеоролик о пользе занятий спортом.*

*Выступление отряда и презентация плакатов*

#### ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ.

За своим питанием следят 59% россиян – таковы данные опроса Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ).

Большая часть (39%) придерживается основных правил здорового питания, 13% самостоятельно выбрали себе диету, а 7% выполняют рекомендации врачей.

При этом каждый пятый из респондентов (21%) заявил, что ест все подряд, так как не испытывает никаких проблем со здоровьем.

Причиной, мешающей людям полноценно следить за своим рационом, может стать нехватка денежных средств – на это посетовали 19% опрошенных (ранее их было 14%).

*Видеоролик о пользе занятий спортом.*

*Выступление отряда и презентация плакатов*

#### ВЫСТУПЛЕНИЕ ВОЖАТЫХ

*(Исполняют песню «Мир не прост» или «Дети 21 века»)*

##### **Вожатый 1:**

Мы рождены, чтоб жить на свете долго:

Грустить и петь, смеяться и любить.

##### **Вожатый 1:**

Но, что бы стали все мечты возможны, Должны мы все здоровье сохранить.

##### **Вожатый 1:**

Взгляни вокруг: прекрасная Природа Нас призывает с нею в мире жить.

##### **Вожатый 1:**

Дай руку, друг! Давай с тобой поможем **Вместе:** Планете и себе здоровье

сохранить **Вожатый 1:**

Мы открыли вам секреты, как здоровье сохранить. Выполняйте все советы, и легко вам будет жить!

#### • *Музыкальный фестиваль «Мы – оркестр!»*

Музыкальный фестиваль «Мы – оркестр!» – одно из завершающих событий смены. Это возможность для детей и подростков продемонстрировать свои сплоченность, взаимопонимание и поддержку, которые сложились в отрядах в течение смены.

*Цель:* создание условий для сплочения участников смены и их дальнейшей дружбы и сотрудничества в событиях «Движения Первых».

*Задачи:*

- создание условий для проявления участниками фестиваля коммуникативных и организаторских способностей, лидерского потенциала;

- формирование активной жизненной позиции.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Место проведения:* клуб (зал для мероприятий).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микрофоны, проектор, экран, фото композиторов, фонограммы звуков различных музыкальных инструментов, фонограммы звуков пения птиц.



### *Предварительная подготовка:*

- представители отрядов (в том числе и педагогического отряда) участвуют в жребии, в результате которого выясняется, какой инструмент в лагерьном оркестре будет представлять каждый отряд;

- относительно выбранного инструмента отряды на музыкальный фестиваль придумывают интересные названия своего оркестра;

- отряды готовят на 3-5 минут постановочный номер «Мы – оркестр!» Названия инструментов:

Скрипка Ксилофон Трещотки

Дудочка Гусли Гонг

*Ход мероприятия:*

1: Добрый вечер, дамы и господа, леди и джентльмены!

2: Мы рады приветствовать вас на Музыкальном фестивале «Мы- оркестр!». На протяжении долгих лет наш фестиваль набирает обороты и с каждым годом количество участников только прибавляется.

1: В этом году фестиваль проходит в \_\_\_ раз. И сегодня здесь, на этой огромной сцене, собрались лучшие музыкальные коллективы, виртуозы – настоящие мастера своего дела.

2: Но для открытия фестиваля нам нужна ваша помощь, дорогие друзья! 1: Итак, в зале наступает полная тишина, и увлеченные зрители

с волнением ожидают начала грандиозного события. И вот загораются

**яркие софиты (тыдыщ тыдыщ) – 1 отряд.**

2: Звучит торжественная музыка (пам-пам-пам) – 2 отряд.

1: И под громкие звуки фанфар открывается занавес (**вжик-вжик- вжик**) – 3 отряд.

2: На сцену выходит ведущий. Он выходит на сцену, *топая ногами, разводя руками, и говорит всем: «Добрый вечер, дамы и господа»* – 4 отряд.

1: И тут же сцена начинает озаряться вспышками фотоаппаратов и камер (**чик-чик, чик-чик**)- 5 отряд.

2: И, конечно, ведущий просто не может быть не порадован троекратным: **Ура! Ура! Ура!** – *все отряды.*

1: Ведущий объявляет Музыкальный Фестиваль открытым, и зрители дарят друг другу бурные аплодисменты!

2: Отличительным знаком нашего фестиваля является то, что *в нем есть место* каждому инструменту, будь то струнные, духовые или клавишные. И скрипка, как один из самых красивых *инструментов*, вошла в программу нашего фестиваля. Точная дата рождения скрипки неизвестна, но приблизительно все-таки можно судить о времени ее возникновения – это конец 15 или начало 16 века. Поначалу скрипку считали инструментом простонародным, ярмарочным и трактирным, и только в конце 18 века, когда музыка из гостинных перешла в концертные залы и на большую оперную сцену, скрипка окончательно вытеснила такой музыкальный инструмент, как виолу. Ну, а мы громкими аплодисментами встречаем \_ отряд.

### *Выступление отряда «скрипка»*

2: Всем известно, что каждый музыкант является знатоком своего дела. Он точно знает, что такое интервал в музыке, как правильно транспонировать музыкальную композицию, ну и конечно, у каждого настоящего музыканта есть свой музыкальный идеал – тот, на кого он хочет равняться и быть похожим. Каждый музыкант должен знать своего фаворита в лицо. И сейчас мы хотим проверить, насколько же хорошо вы знаете мировых музыкальных лидеров. На экране вы увидите портреты, а также услышите произведения композиторов, по которым Вам нужно будет назвать фамилию, а, возможно, и имя с отчеством композитора.

### *Конкурс «Фото композиторов»*

Шостакович Дмитрий Дмитриевич 2. Иоганн Себастьян Бах 3. Михаил Иванович Глинка 4. Николай Андреевич Римский-Корсаков 5. Сергей Сергеевич Прокофьев 6. Эдвард Григ 7. Вольфганг Амадей Моцарт 8. Людвиг Ван Бетховен 9. Иоганн Штраус 10. Фридерик Француз Шопен 11. Петр Ильич Чайковский 12. Франц Шуберт.

2: Если перевести с греческого название этого музыкального инструмента, то получится два слова: дерево- «ксилон», звук – «фон», т.е. деревянный звук. Но на самом деле «деревянный» относится к материалу, из которого изготавливали ксилофон, т.к. данный музыкальный инструмент

все-таки обладает определенной высокой звуковой частотностью. Именно поэтому с помощью него можно исполнять различные легкие и достаточно сложные музыкальные композиции. Итак, встречаем \_\_отряд.

#### *Выступает отряд «Ксилофон»*

1: Ни для кого не секрет, что каждый музыкант с душой и трепетом относится к своему музыкальному инструменту. Для каждого музыкального творца его инструмент значит нечто большее: для кого-то это источник заработка, для кого-то источник духовного обогащения, а кто-то при помощи музыкального инструмента доставляет удовольствие окружающим. Но каждого из них объединяет одно: искренняя любовь к своему музыкальному инструменту. Любимый мастер из тысячи узнает свой инструмент и отличит его от других. И сейчас, дорогие друзья, вам необходимо по звуку определить название музыкального инструмента.

#### *Конкурс музыкальных инструментов*

1. аккордеон 2. барабан 3. гармонь 4. дудочка 5. горн 6. рояль 7. флейта 8. альпийский рог 9. виолончель 10. губная гармошка 11. тромбон

- резиновая уточка.

2: Одним из интересных инструментов, который присутствует на нашем фестивале, является трещотка. Трещотка- это русский народный ударный инструмент, известный с давних времен. Трещотки состоят из набора от 14 до 20 тонких дощечек, длиной 16 см, сделанных, обычно, из дуба, и соединенных между собой веревкой. Раньше трещотки использовались в свадебном обряде, при исполнении венчальных песен. Считалось, что инструмент выполнял мистическую функцию, т.е. оберегал молодых от злых духов. А мы с нетерпением просим подняться на эту сцену \_\_отряд.

#### *Выступает отряд «трещотки»*

1: Ни для кого не секрет, что для улучшения звучания музыкального инструмента используются различные приспособления, каждый из которых играет свою маленькую, но очень важную роль. И сейчас мы Вам предлагаем угадать или дать правильный ответ, если вы его, конечно, знаете, для чего служит тот или иной дополнительный аксессуар.

#### *Конкурс «Интересные дополнения».*

- Каподастр – Крэйзи айленд

Специальное устройство в виде зажима, предназначенное для того, чтобы одновременно прижимать все струны на определенном ладу.

- Медиатор – Искра.

Приспособление для защипывания струн на музыкальных инструментах.

- Мундштук– Пылающие.

Часть духового музыкального инструмента, которая при игре на нем берется в рот или приставляется к губам.

- Метроном – Гравитация.

Механический прибор, отмечающий ударами короткие промежутки времени, употребляемые при определении темпа в музыке.

- Тюнер – Экстрим.

Произошло от английского слова тюнер- настройщик. В музыке это отдельное устройство, облегчающее настройку музыкального инструмента.

- Трость – Волнующий.

Тонкая пластинка, как правило, изготавливаемая из камыша, а также она может быть пластиковой. Такая пластинка применяется в механизме звукоизвлечения многих духовых музыкальных инструментов.

2: Одним из первых духовых инструментов издавна считалась дудочка. Слово «дудочка» имеет различное применение и значение. Дудкой называют свисток, которым пользуется боцман на корабле для передачи условных сигналов, ее так и называют – «боцманская дудка». Существуют также различные выражения, связанные с дудочкой, например, выражение «плясать под чужую дудку» означает «находиться под чужим влиянием». Дудку как музыкальный инструмент с успехом используют в оркестре народных инструментов, но в симфонических оркестрах используют разновидность дудки – свирель. А мы ждем на этой сцене отряд.

#### *Выступление отряда «дудочка»*

1: Немногие знают, что чутким слухом должны обладать не только музыканты, но и некоторые ученые, например, орнитологи. Они могут определить вид птицы по ее голосу. Представьте, что мы с вами на секунду стали орнитологами и нам предстоит определить птицу по ее голосу.

#### *Конкурс «Угадай птицу»*

2: Гусли, пожалуй, один из самых интересных русских народных инструментов. На санскрите и в русских диалектах звук «гу» значит «звучать», но, кроме этого, в санскрите «гу» имеет еще одно значение –

двигаться, идти. Вспомним, что гусяры зачастую исполняли свои песни не только в положении сидя, но и передвигаясь, для чего подвешивали гусли на ремешки. Отсюда и русское слово «гулять». Ну, а мы приглашаем на нашу сцену \_\_ отряд.

#### *Выступление отряда «гусли»*

1: Час сменяет час, день сменяет день, ночь сменяет ночь, но что-то остается на долгие года, например, караоке. Караоке придумали в 70-х годах в Японии. Караоке – это японское слово, где кара – пустой, а оке – оркестр. Первая караоке-машина была изобретена в 1971 году, но до этого, возможно, караоке могло выглядеть примерно так: итак, друзья, давайте представим, что мы с вами поем в караоке, но не в простое, а в караоке – эмоции, и у вас будет такое задание: все вместе вы должны будете исполнить песню.

Но с разными эмоциями. Вы будете видеть таблички с действиями, которые вам необходимо будет делать во время исполнения песни. Итак, давайте попробуем!

#### *Конкурс «Караоке»*

2: На нашем фестивале встречается много разных инструментов, и, конечно же, имеют место быть среди них очень даже необычные, например, гонг. Гонг – традиционный древнекитайский самозвучающий ударный музыкальный инструмент, обладающий мрачным, грозным, зловещим тембром. Он изготавливается из сплава, близкого к бронзе. Инструмент обладает способностью долго вибрировать после удара, давая многократные волны нарастания и удаления звука, создавая, таким образом, впечатление колоссальной звуковой массы. Итак, мы просим подняться на эту сцену педагогический отряд.

#### *Выступление педагогического отряда*

1: К сожалению, наш фестиваль подошел к концу. Мы рады были видеть Ваши лица в этом огромном и уютном зале.

2: Ну а для того, чтобы Музыкальный фестиваль запомнился нам на долгие годы, давайте исполним песню – «Оркестр»!

#### *Поем песню «Оркестр»*

1: Ну, а мы говорим вам: «До свидания!» 2: «До новых встреч!»

### *Описание примерных сценарных ходов событий 17-го дня смены «ФАРВАТЕР ЗДОРОВЬЯ»*

#### *• Торжественная церемония закрытия смены*

*Цель:* подведение итогов смены, привить детям и подросткам чувство сопричастности к событиям, происходившим в жизни лагеря.

*Продолжительность дела:* 40 минут.

*Место проведения:* территория лагеря (линейка).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микро-фоны, дипломы для награждения, сувениры.

*Ход мероприятия:*

Звучит торжественная музыка или попурри из детских песен. Ведущим линейки обычно является старший воспитатель (руководитель смены), методист смены. Звучат настраивающие песни.

Выход и построение отрядов на линейку. Командиры сдают рапорт старшему воспитателю. Подведение итогов. Награждение ребят.

Спуск флага. Это делают наиболее отличившиеся в смене ребята. Краткие напутственные слова начальника лагеря.

Вожатые исполняют прощальную песню.

Выход с линейки за старшим отрядом. Проходят мимо вожатых и воспитателей, приветствуя их.

- Церемония закрытия происходит в предпоследний день смены.
- Линейка проводится по образцу открытия смены с заменой слов «открытие» на слова «закрытие», объявляется о тех мероприятиях, которые прошли на смене, флаг спускается.

- На линейке проводится финальное награждение.

#### **• *Итоговый опрос участников смены***

##### ***«Шаги ЗОЖ-Фестиваля»***

Итоговый опрос участников смены «Шаги ЗОЖ-Фестиваля» может проводиться в устной или письменной форме и включать ряд открытых вопросов.

Инструкция:

Здравствуй, друг!

Пожалуйста, ответь честно на предложенные вопросы.

- Оцени качество питания в лагере: а) хорошо  
б) удовлетворительно в) плохо
  - Оцени условия проживания в корпусах (комнатах): а) хорошо  
б) удовлетворительно в) плохо
  - Оцени работу педагогического отряда:  
а) хорошо  
б) удовлетворительно в) плохо
  - Оцени работу медицинских работников:  
а) хорошо  
б) удовлетворительно в) плохо
  - Оцени обеспечение безопасности жизнедеятельности в лагере: а) хорошо  
б) удовлетворительно в) плохо
  - Есть у тебя желание еще раз приехать в данный лагерь? а) очень хотел(а) бы приехать  
б) не очень в) совсем нет
- Спасибо за ответы!

#### **• *Презентация воспитателей и вожатых***

##### ***«Да, разве сердце позабудет...»***

*Цель:* создание условий, при которых ребенок оказывается в роли создателя видеоролика о своих наставниках.

*Продолжительность дела:* 45 минут.

*Место проведения:* клуб (место общего сбора).

*Необходимые ресурсы:* не требуются.

*Предварительная подготовка:*

- по одному воспитателю/вожатому участвуют в жеребьевке, в результате которой выясняется, в какой отряд он пойдет со своими напарниками для постановки задачи на мероприятие – презентацию воспитателей и вожатых «Да, разве сердце позабудет...» (если попадается свой отряд, жеребьевка осуществляется заново);
- отряд составляет рассказ о воспитателях и вожатых;
- пишут сценарий видеоролика;
- распределяют роли;
- съёмка видеоролика;
- подбор музыкального сопровождения видеоматериалов. *Ход дела:*
- Вступительное слово руководителя смены.
- Приглашение по очереди на почетные места воспитателей и вожатых отрядов.
- Выступление отрядов: анонс видеоролика, показ видеоролика, слова благодарности от отряда.
- Ответное слово, слова напутствия воспитателей и вожатых участникам смены.
- Благодарность воспитателям и вожатым от директора лагеря.
- Исполнение песни смены.

### **Описание примерных сценарных ходов событий 18-го дня смены «ДО СВИДАНИЯ, ЛАГЕРЬ!»**

#### **• Акция «Спасибо, лагерь!»**

*Цель:* завершить лагерную смену в теплой, дружной обстановке; привить детям чувство сопричастности к событиям, происходившим в жизни лагеря.

*Продолжительность дела:* 45 минут. *Место проведения:*

территория лагеря. *Необходимые ресурсы:* не требуются.

Все участники смены берутся за руки, впереди всех ведет вожатый- организатор данной акции по заранее продуманному маршруту. Все те, кому будут говорить: «Спасибо!», в назначенное время ждут детей. Стихи распределяются между отрядами. После того, как кто-то прочитает обращение, все хором говорят: «Спасибо!».

*Спасибо директору!*

ФИО всегда у руля, подскажет, как лучше крепить якоря. Методику действий, улучшить свой быт, ведь каждый начальство ругать не любит.

За всё, про всех в деталях знает, любой вопрос на раз решает. Болит за всё у неё душа, в работе очень хороша, во всё вникает без конца, она за мать и за отца!

*Спасибо руководителю смены!*

ФИО у нас руководитель просто класс!

Детей всех вместе собирает, где надо чётко поправляет. Умеет слушать и понять, и пожуришь и приобнять, быть в тонусе везде, всегда, светить, как яркая звезда!

Спасибо всем вам говорим, за вас всегда горой стоим!

*Спасибо методисту!*

Методист, он у нас почти артист. Роли все он исполняет, когда надо выручает, дело знает, как радист, самый лучший активист. Сумеет он рассеять скуку, как добрый друг, протянет руку. Как солнышко, всегда сияет и позитив он излучает.

*Спасибо вожатым!*

Пусть буду я немного сжатым, но надо дань отдать вожатым, ведь с их участием толковым весь лагерь станет образцовым! И нравится по распорядку, ребята тянутся к порядку, в игре, в походах, в каждом дне, с вожатым на одной волне!

*Спасибо завхозу!*

Как часто себе задаём мы вопрос, что делает в лагере этот завхоз? А стоит на день его нам убрать, кто будет предметы и где доставать? Кто в сушилке как надо гвоздь нам прибьёт? Кто мяч нам надует, траву уберёт. Кто горн нам починит, костёр разведёт. Спасибо завхозу, он не подведёт!

*Спасибо поварам!*

Повар в еду нам всю душу вложил, и, кажется даже, что в рот по- ложил. Когда мы в столовую кушать идём, слюна заполняет наш весь «водоём». Спасибо нашим поварьям, еда по нраву всем ребятам!

*Спасибо техническому персоналу!*

Уборщицы наши, важен ваш труд, без вас мы в грязи увязнем все тут, хоть мы и сами порой подметаем. Где-то заляпаем, где-то хватаем, мусор бывает, везде оставляем. Шаркнем ногой, и следы где не надо. Для нас вы, уборщицы, просто награда!

*Спасибо охране!*

Охрана у нас всегда на чеку, профессиональна, корректна, 24 часа на посту. Любую угрозу от нас отведет, беду не допустит, а надо спасёт!

*Спасибо бухгалтеру-калькулятору!*

Это наш бухгалтер славный в деньгах тактик и стратег. Чтоб баланс всегда был в плюсе и дебет с кредитом дружил.

Вы-финансовая надежда и опора нашего лагеря. От вашей точности и внимательности зависит многое.

*Спасибо медикам!*

Медики у нас в почёте, всегда серьёзны на работе. Ведь в жизни может

всё случится и на здоровье отразиться. Медперсонал задачу знает, здоровыми всех выпускает. Вы лечите всегда как надо люди в белых халатах!

*Спасибо всем!*

Охранник и повар, директор, завхоз, вожатый, руководитель со знанием дела подходите вы, как лучший в мире учитель! Все вместе мы смену провели на ура! Как жаль, что расставаться пора. Спасибо за внимание, терпение, старание, умение понять и всех детей занять!

#### • **Час общения «Лента дружбы»**

*Цель:* завершить лагерную смену в теплой, дружной обстановке; привить детям чувство сопричастности к событиям, происходившим в жизни лагеря.

*Продолжительность дела:* 60 минут.

*Место проведения:* территория лагеря (линейка).

*Необходимые ресурсы:* музыкальная аппаратура, ноутбук, микро-фоны, ленты на запястье и коротенькие шерстяные веревочки для за-вязывания на ленту.

*Ход мероприятия:*

Звучит спокойная, немного грустная и очень добрая музыка или песни о дружбе.

**Ведущий:** Добрый день, лагерь!

Сегодня 18-й день нашей смены, которая уже подходит к концу. Надеюсь, она надолго останется в ваших сердцах! А чтобы это было наверняка, я расскажу вам легенду.

Давно, когда были тяжёлые времена, жили двое детей – Мария и Илья. Но их судьба повернулась так, что им нужно было расстаться. Чтобы никогда не забывать своего близкого человека, они завязали друг другу браслеты, сказав самые тёплые пожелания. Этот браслет стал символом их надежды и веры в чудо.

Спустя много лет на одной из площадей города, Мария и Илья встретились. Их взгляды пересеклись, и сердца замерли. Браслеты, которые они всегда носили, начали излучать тусклый свет. Они оказывались кусочком одной и той же цепи, связывающей родные души.

Мария и Илья узнали браслеты и поняли, что они нашли своего настоящего друга.

Ребята, я предлагаю вам обменяться такими браслетами. Завязывая ленточку, посмотрите друг другу в глаза.

Скажите, что чувствуете.

Поблагодарите за смену. И договоритесь о встрече!

Ведь Лагерь Вас ждёт!!!

#### • **ЧЕК-ЛИСТ ДЛЯ ОРГАНИЗАТОРОВ СМЕНЫ**

- После участия в профильной смене подросток может выучить со своими друзьями полюбившиеся ему лагерные песни, речевки, игры, флешмобы.
- После участия в смене подросток сможет:
  - организовать в классе/школе объединения ребят для участия в самоуправлении класса/школы (Совет командиров параллели, среднего звена);
  - организовать работу детского объединения (спланировать работу, выступить инициатором и организатором событий в объединении);
  - спланировать мероприятия профилактической направленности, продвигая при этом мероприятия, которые проходили в течение смены (конкурс агитбригад, викторины, КТД и др.)
  - разработать и реализовать проекты профилактической направленности, например, клуб любителей физкультуры и спорта, клуб правильного питания, клуб создателей здоровья и др.
  - стать соорганизатором спортивных состязаний по разным видам спорта (футбол, волейбол, шахматы, настольный теннис);
  - организовать внеклассное мероприятие для своего класса.
  - Участвуя в различной деятельности в течение смены (коллективно-творческой, командной, организационной и др.) подростки смогут расширить спектр своей деятельности в условиях первичных коллективов.
  - После участия в смене с учетом уровня знаний, например о зависимом поведении, которые получили дети и подростки в лагере, они будут не только участниками мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, но и сами будут организовывать мероприятия профилактической направленности.

## Рекомендуемая литература

- Афанасьев С.П., Коморин С.В., Тимонин А.И. Что делать с детьми в загородном лагере. – Кострома: МЦ «Вариант», 2001 г. – 224 с.
- Афанасьев С.П., Коморин С.В. Триста творческих конкурсов. – Кострома: Изд-во МЦ «Вариант», 2002. – 112 с
- Байбородова Л.В. Воспитательная работа в детском загородном лагере / Л.В. Байбородова, М.И. Рожков. – Ярославль: Академия развития, 2003. – 256 с.
- Безопасность жизнедеятельности в детском лагере: Методические рекомендации / А. Кравченко, С. Петров. – М.: Изд-во МПГУ, 2017. – 54 с.
- Владимирова Т.Н. Информационно-медийное сопровождение вожатской деятельности: Методические рекомендации / авторы-соавт.: Т.Н. Владимирова, А.В. Фелкина; под общей редакцией Т.Н. Владимировой. – М.: МПГУ, 2017. – 54 с.
- Затейник. 1950. № 06: Ежемесячный журнал ЦК ВЛКСМ для детской художественной самодеятельности- Москва : Молодая гвардия, 1950. – 64 с
- Иванов И.П. Энциклопедия коллективных творческих дел. М.: Педагогика, 1989 г. – 208 с.
- Книга вожатого / Авт. кол.: Т. Матвеева, Е. Шацкая, М. Колмакова и др. ; Ред. кол. : И. Авраменко и др. – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Молодая гвардия, 1954. – 542 с. : ил., портр.
- Куприянов Б.В. Формы воспитательной работы с детским объединением. Учебно-методическое пособие. – 3-е изд., перераб. и исп. – Кострома: КГУ, 2000. – 36 с.
- Куприянов Б.В. Организация и методика проведения игр с подростками. Взрослые игры для детей. – М.: Изд-во «ВЛАДОС», 2004. – 215 с.
- Лутошкин А. Н. Как вести за собой: Старшеклассникам об основах организаторской работы. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1981. – 208 с.
- Лутошкин А.Н. Эмоциональные потенциалы коллектива – М., 1988. – 125 с.
- Немов Р.С., Кирпичник А.Г. Путь к коллективу. – М., 1988 – 144 с..
- Областной лагерь старшеклассников имени А. Н. Лутошкина: программа лагеря и методические материалы / Автор-составитель А. И. Тимонин. – Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантитул», 2004. – 59 с.
- Областной лагерь актива молодежи имени А.Н. Лутошкина «Комсорг»: Школа лидера (цикл учебно-развивающих занятий областного лагеря актива молодежи имени А.Н. Лутошкина «Комсорг» / Автор-составитель А. И. Тимонин. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2012. – 84 с.

- «Орленок» Книга вожатого. – М.: Собеседник, 2005. – 350 с.
- Рожков М.И. Развитие самоуправления в детских коллективах. – М., Владос, 2002. – 169 с.
- Титова Е.В. Если знать, как действовать. – М., Просвещение, 1993. – 190 с.
- Уманский Л.И. Психология организаторской деятельности школьников. – М. 1980. – 160 с.
- Чугунов Е.А., Чугунова О.Д. Комплексная программа как «дис-танционный» ориентир организаторов детского отдыха в условиях загородного оздоровительного центра // Психология и педагогика социального воспитания: материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 85-летию со дня рождения А. Н. Лутошкина. (Кострома, 3-5 марта 2020 г.) / сост. А. Г. Кирпичник, Е.В. Тихомирова: под ред. А. Г. Кирпичника, А. Г. Сомохваловой. – Кострома: Костромской государственный университет, 2020. – С. 512–516.
- Щуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. – М., 1994. – 95 с.