

*Овчарова Наталья Ивановна
методист
ГБУДО «БелОДДТ»
г. Белгород*

*Цыряпкина Елена Альбертовна
методист
ГБУДО «БелОДДТ»
г. Белгород*

*Кожушкова Дарья Юрьевна
методист
ГБУДО «БелОДДТ»
г. Белгород*

Сценарий проведения спортивного мероприятия «Мы вместе» в загородном (школьном) лагере

Мероприятие направлено на укрепление здоровья, развитие физических качеств у подрастающего поколения.

Инвентарь: обручи, буквы для слова, клюшки, теннисный мяч, шашки, ромашки, канат, воздушные шары.

Добрый день. Я рада приветствовать Вас на празднике спорта и здоровья.

Сегодня вам предстоит участвовать в различных конкурсах, показать ловкость, силу, быстроту и смекалку.

Ну что, начнем команды представляют себя (название, девиз, песня).

Представились, теперь начинаем конкурсы:

1 конкурс «Дружба»:

Удерживая лбами большой надувной мяч и взявшись за руки, 2 участника команды бегут до стойки и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре игроков.

2 конкурс «Тяни-толкай»:

Игроки встают по парам спиной друг к другу, сцепив руки замком, бегут до ориентира и обратно, передавая эстафету следующей паре.

3 конкурс «Загадки»:

*Просыпаюсь утром рано,
Вместе с солнышком румяным
Заправляю сам кроватку,
Быстро делаю..... (зарядку).
Обогнать друг друга рады
Ты смотри, дружок, не падай!
Хороши они, легки,
Быстроходные..... (коньки).
На снегу две полосы.
Удивились две лисы.*

Подошла одна поближе:

«Здесь бежали чьи-то.....» (лыжи).

4 конкурс «Сквозь игольное ушко»:

По сигналу первый участник добегают до средней линии, где на полу лежит обруч, продевает обруч через себя (как нитку сквозь игольное ушко). Оставляет обруч на линии, обегает поворот, на обратном пути продевает через себя обруч и передает эстафету касанием руки второму участнику и т.д.

5 конкурс «Собери ромашку»:

По сигналу судьи первый игрок бежит до середины линии, берет сердцевину от ромашки, бежит до линии поворота, кладет на нее сердцевину, возвращается назад, передает эстафету другому, следующий участник берет лепесток, делает тоже самое и т.д.

Выполняется конкурс пока все лепестки будут выложены вокруг сердцевины ромашки.

6 конкурс «Перетягивание каната»:

Команды подходят к стартовой линии, берут гимнастический канат с красной ленточкой посередине и по сигналу начинают тянуть его в свою сторону. Для определения победителя даются три попытки.

7 конкурс «Носильщик»:

Каждый получает по 3 больших мяча. Их надо донести до конечного пункта и вернуться назад. Удержать в руках 3 мяча очень трудно, а упавший мяч понять без посторонней помощи также нелегко. Поэтому передвигаться носильщикам приходится медленно и осторожно (дистанция не должна быть слишком большой). Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием.

Жюри подводит итоги.

Проводится награждение.

Сценарий проведения мастер-класса по актерскому мастерству в загородном (школьном) лагере

Всех приветствую и рада видеть Вас на мастер-классе по актерскому мастерству.

Сегодня мы с вами побудем в роли актеров и узнаем, какими техниками пользуются настоящие артисты для того, чтобы быть более привлекательными на сцене.

Для начала мы с вами должны сделать разминку, это очень важно, ведь когда актер играет, у него задействованы все мышцы. Итак, начинаем.

Упражнение «Назойливый комар» (разогреваем мышцы лица):

Представим, что у нас нет рук, ног, а есть только лицо, на которое постоянно садится комар, мы можем отогнать его только движением мышц лица. Поэтому нужно гримасничать как можно более активно.

Упражнение «Жвачка»: участники разбиваются по парам

Давайте пожуюем воображаемую жвачку так, чтобы двигалось все лицо. Теперь добавляем хвостовство. Ну, давайте хвастайтесь друг перед другом, у кого вкуснее жвачка.

Упражнение «Рожицы»:

Поднимаем правую бровь, опускаем. Поднимаем левую бровь, опускаем. Поднимаем и опускаем обе брови. Теперь не раскрывая губ, подвигать нижней челюстью вверх, вниз, вправо, влево. Пораздувать ноздри. Пошевелить ушами. Вытянуть лицо. Расплыться в улыбке. Не разжимая зубов, поднять верхнюю губу и опустить ее. Прodelать то же самое с нижней губой. Скорчить рожицу «кто смешнее», «кто страшнее».

Итак, мы размялись.

Теперь переходим к другим упражнениям, которые также помогут нам развить свой актерский талант.

Упражнение «Комарик»:

Все становимся в шахматном порядке, руки в стороны. Теперь представьте, что у Вас перед носом вьется комар со звуком «з-з-з». Звук произносится на выходе, на одном дыхании, на выходе руки медленно сводятся, и в конце дыхания «комарик» прихлопывается.

Упражнение «Насосик»: это упражнение хорошо тем, что каждый проходит тренинг на длительный вдох и выдох.

Разбиваемся на пары, один будет выполнять роль насосика, другой мячика. Тот, кто выполняют роль «мячика» присаживается на корточки расслабляется, так как мячик находится в сдутом положении. Тот, кто выполняет роль «насосика» со звуком «пс» и сгибается в пояснице до прямого угла «накачивает мячик». Каждое выпрямление – вдох, каждый наклон – выдох. «Мячик» постепенно «надувается». При этом воздух набирается порциями. Когда «мячик» надут, «насосик» выдергивает затычку и «мячик» со звуком «ш-ш-ш» сдувается. Выдох происходит длительно. Теперь меняемся ролями и проделываем все упражнения.

Упражнение «Тренируем голос и дыхание»:

Ведущий держит одну руку параллельно полу, второй рукой показывает движение, как будто плывет рыбка – сначала под рукой, в этот момент вы издаете низкий звук «ООО», потом рыбка выпрыгивает на поверхность, и все завывают звук «ООО».

Ну что, вы достаточно размялись, потренировались, а теперь давайте поиграем.

Скажите, какая самая распространенная игра связана с актерским мастерством? Да, правильно – КРОКОДИЛ.

Игра «Крокодил»:

Выбираем ведущего, который будет показывать то слово, которое я загадала. Итак, слово «Волна», ведущий показывает, а все остальные отгадывают. Играем пока каждый участник не побывает ведущим.

А теперь давайте разыграем сказку.

Сказка «Теремок»

Распределим роли теремок, мышка-норушка, лягушка-квакушка, зайчик побегайчик, лисичка-сестричка, волчок-серый бочок, медведь косолапый.

Как только называется какой-либо персонаж, тот должен говорить свои слова:

Теремок (скрип-скрип)

Мышка-норушка (Ух, ты!)

Лягушка-квакушка (Квантересно)

Зайчик-побегайчик (Вот это да!)

Лисичка-сестричка (Тра-ля-ля)

Волчок-серый бочок (Тыц-тыц-тыц)

Медведь косолапый (Ничего себе!)

Стоит в поле *теремок*. Бежит мимо *мышка-норушка*, увидела *теремок*, остановилась, заглянула внутрь, и подумала *мышка*, что коль *теремок* пустой, станет она там жить. Прискакала к *терему лягушка-квакушка*, стала в окошко заглядывать. Увидела ее *мышка-норушка* и предложила ей жить вместе. Согласилась *лягушка-квакушка*, и стали они жить вдвоем. Бежит мимо *зайчик-побегайчик*. Остановился, смотрит, а тут из *теремка* выскочили *мышка-норушка* и *лягушка-квакушка* и потащили *зайчика-побегайчика* в *теремок*. Идет мимо *лисичка-сестричка*. Смотрит – стоит *теремок*. Заглянула в окошко, а там *мышка-норушка*, *лягушка-квакушка* и *зайчик-побегайчик* живут. Жалобно так попросилась *лисичка-сестричка*, приняли и ее в компанию. Прибежал *волчок-серый бочок*, заглянул в дверь и спросил, кто в *тереме*

живет. А из *теремка* отозвались *мышка-норушка*, *лягушка-квакушка*, *зайчик-побегайчик*, *лисичка-сестричка* и пригласили его к себе. С радостью побежал в *теремок волчок-серый бочок*. Стали они впятером жить. Вот они в *теремке* живут, песни поют. *Мышка-норушка*, *лягушка-квакушка*, *зайчик-побегайчик*, *лисичка-сестричка* и *волчок-серый бочок*. Вдруг идет *медведь косолапый*. Увидел он *теремок*, услышал песни, остановился и заревел во всю мочь. Испугались *мышка-норушка*, *лягушка-квакушка*, *зайчик-побегайчик*, *лисичка-сестричка* и *волчок-серый бочок* и позвали *медведя косолапого* к себе жить. *Медведь* полез в *теремок*. Лез-лез, лез-лез – никак не мог влезть и решил, что лучше на крыше будет жить. Влез на крышу *медведь* и только уселся – затрещал *теремок*, упал набок и весь развалился. Еле-еле успели из него выскочить *мышка-норушка*, *лягушка-квакушка*, *зайчик-побегайчик*, *лисичка-сестричка* и *волчок-серый бочок* – все целы и невредимы, да стали горевать – где ж им дальше-то жить? Делать нечего, принялись они бревна носить, доски пилить – строить новый *теремок*. Лучше прежнего выстроили! И стали жить поживать *мышка-норушка*, *лягушка-квакушка*, *зайчик-побегайчик*, *лисичка-сестричка* и *волчок-серый бочок* и *медведь косолапый* в новом *теремке*.