

**«День профессии». ДЮК «Умелец»**  
**План проведения мероприятий по акции:**

1. Встреча с тренером – преподавателем с Уткиным А.С. Спортивная разминка с элементами армейского рукопашного боя на тему: «В здоровом теле, здоровый дух». Место проведения – ДЮК «Умелец», спортивный зал № 3.  
Дата проведения – 15.10.21
  
2. Экскурсия в организацию «Почтовое отделение» индекс 456617, улица Томилова 21. Тема: Отделение почты в современном мире. Педагог – организатор Иванова Г.И  
Дата проведения – 15.10.21
  
3. Встреча с педагогом – психологом по профессии – «Арт – терапевт» Кузнецова О.В. Место проведения – ДЮК «Умелец». Изостудия, кабинет № 7. Мастер – класс на тему: «Я и мои чувства». Данный мастер – класс направлен на снижение эмоционального напряжения, повышение психического тонуса. Активизация творческого потенциала. Создание положительного эмоционального климата, используя методы и приемы арт-терапии, создание “проживание чувств”, как одной из форм организации мастер – класса.  
Дата проведения – 18.10.21

## Проведенные мероприятия

### 1. Встреча с тренером – преподавателем с Уткиным Александром Сергеевичем.

Место проведения – ДЮОК «Умелец», спортивный зал № 3.

Дата проведения – 15.10.21

Детям была проведена **спортивная разминка** с элементами армейского рукопашного боя на тему: **«В здоровом теле, здоровый дух».**

**Цель** тренировок и разминок:

- Формирование интереса детей к занятию спортом;
- Способствование формирования у детей устойчивой внутренней мотивации постоянным занятиям физической культурой и спортом, как необходимым условием здорового образа жизни;
- Овладение основами техники выполнения комплекса физических упражнений и освоение техники подвижных игр;
- Воспитание трудолюбия;
- Развитие и совершенствование общих физических качеств.

**Оздоровительные задачи** – укрепление здоровья, повышение физического развития и физической подготовленности, физической и умственной работоспособности, формирование правильной осанки, закаливание организма.

**Образовательные задачи** - обогащение занимающихся знаниями о рукопашном бое способах его применения в целях укрепления здоровья, повышение работоспособности, формирование двигательных умений и навыков, необходимых в быту, труде, развитие способностей, облегчающих овладением новыми формами движений.

**Тренировки армейского рукопашного боя включают в себя:**

- ОФП на развитие силы и выносливости
- ударную технику (удары руками, ногами, коленями)
- борьбу ( в стойке, в партере)

Данная разминка сформировала понятие о направлении армейского рукопашного боя.

**Развитие основных физических качеств:**

силы, ловкости, скорости, выносливости, быстроты реакции, гибкости  
Становление основ спортивной этики и эстетики рукопашного боя.



2. Экскурсия в организацию «Почтовое отделение» индекс 456617, улица Томилова 21. Тема: «*Отделение почты в современном мире*». Педагог – организатор Иванова Галина Ивановна

**Цель:** Активизировать словарь и систематизировать знания детей о труде работников почты.

**Задачи:**

1. Расширять представления о труде взрослых, его необходимости и общественной значимости.
  2. Расширять и активизировать предметный словарь, словарь действий, наречий детей по теме «Профессии. Работники почты».
  3. Формировать взаимопонимание, взаимопомощь, самостоятельность.
- Предварительная работа: Беседа о труде работников почты, чтение детской литературы: С. Я. Маршак «Почта», А. Шibaева «Почтовый ящик», рассматривание журналов, открыток по теме, рисование рисунков, просмотр видеоролика, написание письма в «будущее», подготовка конвертов к отправке по почте.

**Ход экскурсии:**

Когда вы идете по улицам города, что вы видите, кроме жилых домов? (Магазины, аптеку и т. д.) А еще в каждом городе есть почта. Сегодня мы с вами пойдем на почту, познакомимся с работниками почты и посмотрим, как они работают.

Предлагаю нарисовать рисунки и посмотреть принесет почтальон наши письма к нам или нет.

(По ходу следования к почте педагог - организатор обращает внимание детей на правила поведения на улице, обращает внимание на тротуар и на дорогу.)

Возле здания почты педагог - организатор:

Кто знает, что такое почта, для чего она нужна? (Ответы детей.)

Посмотрите, на стене здания висит почтовый ящик

Я синего цвета

Вишу на стене

И много приветов

Хранится во мне

Это почтовый ящик сюда нужно опустить конверт с письмом

Придя на почту, воспитатель дает детям некоторое время для самостоятельного осмотра.

Педагог - организатор: Посмотрите, какой большой зал, посмотрите, за стойкой трудятся работники. Одна – оператор. Она принимает посылки, другая – выдает заказное письмо, третья – сортирует письма, газеты и журналы. Как выполняют работу эти люди?

Дети: Спокойно, неторопливо, внимательно, вежливо разговаривают с посетителями.

Педагог: Кто еще работает на почте, вот послушайте

Он разносит по домам  
Ворох писем, телеграмм,  
А в конвертах голубых  
Вести от друзей, родных?

Дети: Почтальон

Педагог - организатор: Правильно молодцы, на почте работают почтальоны.

А еще на почте работают сортировщики и начальник почты. Сортировщик разбирает и сортирует письма, газеты, журналы, денежные переводы для того, чтобы почтальон правильно разнес их по адресам.

Начальник почты руководит работой всех людей, которые работают на почте. А ваши родители ходят на почту? Как вы думаете, что делают родители на почте?

1 ребенок: Да, ходят. Моя мама получала на почте один денежный перевод от бабушки и два письма.

2 ребенок: Моя бабушка выписывала на почте три газеты и два журнала.

3 ребенок: А мой папа отправил пять поздравительных открыток и покупал к ним пять конвертов для писем.

Педагог - организатор: Ребята, давайте зададим вопросы начальнику почты?

Дети задают вопросы.

Педагог – организатор, напоминает что нужно вести себя тихо не шуметь чтобы не мешать работать).

Начальник почты: Ребята посмотрите как много газет, писем, лежат на полках у почтальона. Посмотрите они все разные. Разноцветные и черно - белые. Посмотрите а здесь лежат журналы. Они тоже разные маленькие и большие. Есть журналы для детей, а есть для взрослых. А вы получаете журналы?

Газеты, журналы, письма привозят на почту на машине. И прежде чем разнести все по домам, газеты, журналы и письма надо разложить вот так (показывает): газеты к газетам, журналы к журналам, а вот в эту стопочку - письма.

Педагог - организатор: Посмотрите вот работник решила отправить посылку, посмотрите вещи она положила в специальный ящик написала адрес, куда нужно доставить посылку. Оператор посмотрите, взвесил посылку, заклеил специальным скотчем, на котором написано «Почта России» и теперь эта посылка может отправляться в путь поездом или даже самолетом, смотря, куда ей нужно доехать.

Начальник почты: Чтобы письма и бандероли выдержали такой дальний и непростой путь и дошли до своих адресатов в целости и сохранности, их

одевают в специальную одежду: письма - в конверты, бандероли и посылки - в ящики и бумагу.

Посмотрите, как много здесь посылок, а эти посылки ждут своих хозяев, наши операторы написали им извещения и теперь ждут когда за ними придут

Правда здесь интересно, но мы совсем забыли, зачем сюда пришли.

Ответы детей

Правильно мы хотели отправить наши рисунки.

Что для этого нужно сделать?

Дети: Положить рисунки в конверт

Педагог - организатор: Сейчас сами создадим конверт и марку, напишем письмо в «будущее»!

Рассматривают конверт, какой формы.

Педагог – организатор обращает внимание детей, что без марки письмо не дойдет. Отмечают особенности внешнего вида марки: прямоугольная форма, на одной стороне картинка, на другой - клейкая основа, предлагается наклеить марку конверт в правом верхнем углу. Конверты с упакованными письмами обязательно надписывают (куда, кому, от кого). Если этого не сделать, то письмо никогда не дойдет до своего адресата. Как вы думаете, почему неподписанное письмо не дойдет до адресата?

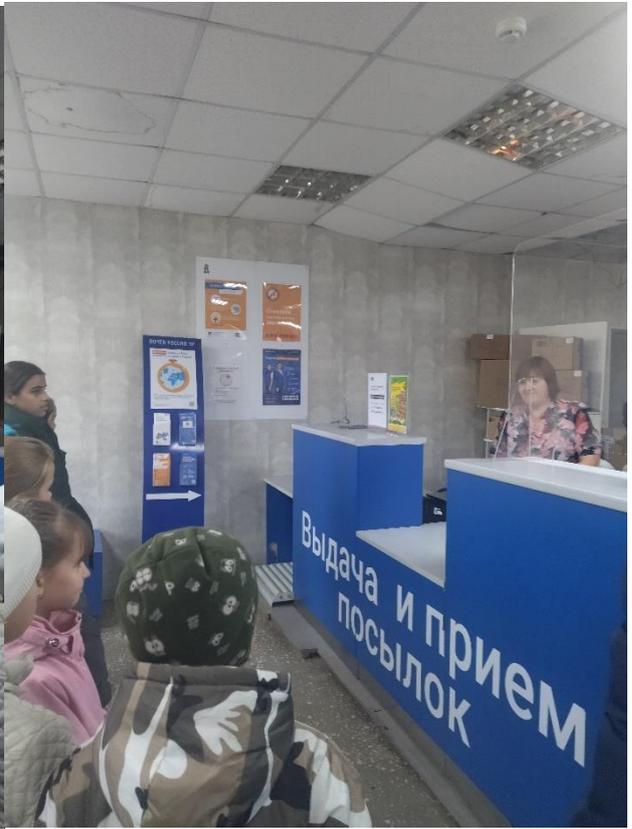
Возвращаемся в клуб «Умелец». Пишем письмо в будущее, создаем марку, подписываем конверт. Обсуждаем проделанную работу, фотографируемся.

Завершение

Педагог - организатор: Сегодня, ребята, мы познакомились с трудом работника почты. Труд почтальона очень нужный, но тяжелый. Поэтому на почте работает много почтальонов. С. Я. Маршак так писал о почтальоне: Честь и слава почтальонам, утомленным, запыленным.

Честь и слава почтальонам с толстой сумкой на ремне!

По пути домой вы можете сами оставить письмо в почтовый ящик, удачи!







3. Встреча с педагогом – психологом по профессии – «Арт – терапевт»  
Кузнецова Ольга Владимировна.  
Место проведения – ДЮК «Умелец». Изостудия, кабинет № 7.  
Дата проведения – 18.10.21

Мастер – класс на тему: «Я и мои чувства». Данный мастер – класс направлен на снижение эмоционального напряжения, повышение психического тонуса. Активизация творческого потенциала. Создание положительного эмоционального климата, используя методы и приемы арт-терапии, создание “проживание чувств”, как одной из форм организации мастер – класса.

Занятия *арт-терапией* — это художественное лечение творчеством. Оно в основном задействует невербальные способы общения и самовыражения, применяется во многих направлениях психотерапии, в бизнесе, социальной работе, в педагогике.

Рисование — самый популярный метод арт-терапии.

Произвольный, тематический, сюжетный, хаотический, раскраски... О мастерстве и таланте в арт-терапии речь не идет.

Главное—*получить огромное удовольствие от самого процесса рисования.*

Заниматься арт - терапией может любой желающий, потому что в каждом из нас есть творческое начало, которое порой мы так усердно губим и скрываем даже от самих себя, а уроки рисования помогут нам его открыть. В сочетании цветов, смешении красок и интуитивном создании образов Вы найдете алхимическую формулу удачи! А шедевры, написанные в процессе занятий, станут не только украшениями, но и талисманами вашего дома.

**Цель:** Снижение эмоционального напряжения, повышение психического тонуса. Активизация творческого потенциала.

**Задачи:**

Создание положительного эмоционального климата, используя методы и приемы арт-терапии, создание “проживание чувств”, как одной из форм организации мастер – класса.

Систематизирование знаний участников о техниках арт-терапии.

Практическое освоение участниками методов и упражнений в арт-терапии, предлагаемых на мастер-классе.

Способствовать развитию профессионально – творческой активности, раскрытию внутреннего потенциала, путем создания условий для индивидуальной и коллективной работы.

Развитие творческого воображения, фантазии.

Самопознание, гармонизация личности.

### ***Материалы:***

Теоретические: папка с материалами по теме мастер – класса, сопровождение выступления ведущего материалами в электронном виде в стиле “Презентация”.

Практические: бумага для рисования, оргстекло, краски, кисти, палитра, тряпочки, баночки с водой, салфетки, пульверизатор, музыкальная запись из цикла “Музыка для релаксации”.

### **ПАМЯТКА**

#### ***участника мастер-класса:***

- Получи удовольствие!
- Позволь себе быть свободным!
- Доброжелательность к себе и другим.
- Постарайся быть внимательным.
- Избегай оценок и суждений.
- Говори только о собственных чувствах, ощущениях, настроениях.

***Предназначение:*** композицию можно использовать для украшения интерьера, в качестве подарка.

#### ***План мастер-класса:***

1. Введение.
2. разминка. «Ласковое имя».
3. Чтение сказки Л.Чарской «Сказка о красоте».
4. Монотипия с дорисовыванием.
5. Рефлексия.
6. Завершение работы, прощание.

#### ***Ход мастер-класса:***

##### ***1. Введение.***

Здравствуйте, уважаемые участники!

Я предлагаю вам занятие, которое снимет усталость, поднимет настроение, самооценку и каждый из вас почувствует себя художником. Использовать будем метод арт - терапии.

Во время мастер-класса мы:

1. Рассмотрим все тонкости применения гуаши и акварели в монотипии по стеклу и в скетчбуке.
2. Научимся подбирать цвета для монотипии с помощью «Цветового круга Иттена».
3. Выясним как нормализовать психическое и физическое состояние с помощью написания картин определенного цвета.
4. Научимся рисовать отдельные цветы и букеты с помощью акварельной и гуашевой монотипии.
5. Создадим цветочную монотипию в заданной цветовой гамме.

## ***2.Разминка.***

«Ласковое имя». Участники должны представиться – по кругу пропеть свое имя ласково.

## ***3. Чтение сказки Л.Чарской «Сказка о красоте».***

Лидия Алексеевна Чарская  
«Сказка о Красоте» (аудио)

***Обсуждение сказки с использованием техники «эмоционального рисования».***

Упражнение.

Участники получают лист А4, разграфленный на 6 зон. В каждой зоне предлагается нарисовать свое понимание красоты по сенсорному признаку:

1. Как вы видите цвет красоты.
2. Нарисуйте, пожалуйста, как вы видите форму красоты.
3. Нарисуйте красоту с помощью линии.
4. Нарисуйте, как вы представляете себе красивую музыку.
5. Нарисуйте запах красоты.
6. Нарисуйте красивый предмет или животное.

Какие эмоции вызывают нарисованные рисунки? Обсуждение.

#### **4. Монотипия с дорисовыванием.**

А сейчас мы с вами немножко поиграем с красками и вы убедитесь сами, что в каждом из вас живет художник, за 15 минут мы создадим шедевр.

\*\*\*

И в десять лет, и в семь, и в пять

Все дети любят рисовать.

И каждый смело нарисует

Всё, что его интересует.

Всё вызывает интерес:

Далёкий космос, ближний лес,

Цветы, машины, сказки, пляски...

Всё нарисуем!

Были б краски,

Да лист бумаги на столе,

Да мир в семье и на Земле.

(Валентин Берестов)

\*\*\*

Тема нашей встречи - знакомство с монотипией, создание «Пятно настроения» в технике «Монотипия».

Монотипия — один из удивительных видов изобразительного искусства. Мопо означает «один», typos — «отпечаток». Единственный отпечаток, который может быть сделан любыми красками на любых основах.

Монотипия – это техника «уникального отпечатка», при которой гладкую поверхность или лист бумаги покрывают краской, а потом делают с нее отпечаток на листе.

Первооткрывательницей этого художественного метода была художница Елизавета Кругликова, которая сто лет назад делала офорты и в спешке сделала «кляксу» на печатной доске. Эффект отпечатанной «кляксы» ей понравился и она стала использовать его в своих работах.

**5. Рефлексия** (представление и обсуждение результатов)

**6. Прощание.** «Круг» ( говорим друг другу добрые слова)

