**Социальный проект «ВЕСЁЛАЯ ПЕРЕМЕНА»**

*Автор проекта:**учащаяся 10 класса Л. Р. Кубракова;*

*Руководитель: педагог-психолог М.К. Кубракова*

 *Перемена – это шутки!*

 *Перемена – это смех!*

 *Перемена – это игры!*

 *Перемена – это бег!*

***Актуальность:***

 Школьная перемена – это свободное время, которое предоставляется обучающимся между уроками. Санитарными нормами предусмотрено, что продолжительность школьных перемен между уроками должна составлять не меньше 10 минут. А большой перемены (после 2 или 3 уроков) - 30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устраивать две перемены по 20 минут каждая. Перемены являются обязательным элементом режима дня школы. После любого урока, где дети сидели без движений, возрастает необходимость в движении. Физическая активность является неотъемлемым видом деятельности человека, совершенно необходимым для сохранения и укрепления здоровья.

И когда начинается перемена в нашей школе, многие ребята выходят в коридор и начинают бегать. Дежурные ребята и учителя пытаются их остановить, делают им замечания, но ненадолго. А отдохнуть, активно подвигаться на перемене просто необходимо для успешной учебы на следующем уроке, и положительно влияет на сохранение и укрепление здоровья. На перемене общей для учащихся деятельностью может стать организованная игра. В шумной возне, в своих играх дети создают сами себя, строят свои характеры. Игра учит отличать хорошее от плохого, в игре дети открывают доброту и дружбу, развивают физические способности.

***Проблема:***

Для большей части учащихся в школе – перемена является временем для игр. Учащиеся младших классов не могут жить без активности, испытывают её дефицит. Однако, младшие школьники не всегда умеют самостоятельно правильно организовать своё свободное время на перемене, провести его с интересом и пользой.

***Цель проекта:***

Создание условий для активного, организованного и весёлого отдыха младших школьников на перемене; организация содержательного отдыха учащихся младших классов на перемене.

***Задачи проекта:***

1. Поддержать дисциплину младших школьников на переменах;
2. Способствовать физической активности и эмоциональному расслаблению;
3. Показать обучающимся начальных классов способы проведения перемен с пользой и безопасно;
4. Научить детей организованно проводить свободное время.

**Механизм реализации проекта**

***Технология проекта:***

* Работа со школьным ученическим коллективом;
* Разучивание и проведение подвижных игр.

***Краткое описание проекта:***

 Под наблюдением учителей начальных классов (классных руководителей классов), ребята из 10 класса на переменах проводят подвижные игры с учащимися начальных классов.

Организаторы перемены проводят игры с учетом алгоритма объяснения любой игры:

* название игры;
* роли играющих и их расположение;
* содержание игры;
* цель игры;
* правила игры.

Таким образом, у учеников начальной школы заметно снижается плохое поведение на переменах, улучшается эмоциональное состояние, поднимается настроение, удовлетворяется потребность в движении.

 А у старших ребят повышается ответственность, развиваются организаторские навыки. Формируется разновозрастный коллектив учащихся школы.

**Календарный план реализации проекта**

***Этапы и сроки реализации проекта:***

1. **Подготовительный этап *(01-02 декабря 2018 г.)***

1. Разработка плана, создание программы «Весёлой перемены» с младшими учениками.

2. Распределение ролей и обязанностей среди группы ребят 8 «б» класса.

3. Поиск места и определение время для проведения подвижных игр.

4. Консультация со школьной администрацией по условиям реализации проекта.

1. **Основной этап *(05-06 декабря 2018 г.)***

Реализация проекта «Весёлая перемена» с младшими школьниками во время школьных перемен (подвижные игры, игры-танцы, игры со словами и движениями.

**III. Заключительный этап *(08-09 декабря 2018г.)***

Анализ реализованного проекта.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Задача* | *Сроки* | *Ответственный* |
| 1. | Создание инициативной группы проекта среди учеников 10 класса для проведения весёлых подвижных игр. | 01.12.2018г.  | Организатор проекта. |
| 2.  | Поиск игровых материалов, соответствующих возрасту младших школьников. | 02-03.12.2018г. | Члены группы, организатор проекта. |
| 2. | Консультация с администрацией школы и учителями начальных классов по условиям проведения проекта. | 04.12.2018г. | Организатор проекта |
| 3. | Обучение проведению подвижных игр участников творческих групп. | 05.12.2018 г. | Организатор проекта. |
| 4. | Проведение динамических перемен с младшими школьниками.  | 06.12.2018г. | Творческая группа, организатор проекта, учитель 4 «Б класса»  |
| 5. | Анализ проведенной работы. Подготовка к презентации проекта. | 07-08.12.2018г. | Творческая группа, организатор проекта. |
| 6. | Презентация проекта. | 09.12.2018г. | Организатор проекта |

**Перечень необходимого оборудования и материалов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *№* | *оборудование и материалы* | *количество* |
| 1 | Карточки с содержанием и правилами игры | 5 |

**Бюджет проекта** (смета расходов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *№* | *статья расходов* | *количество* |
| 1 | Заработная плата организаторов проекта: добровольческий труд | - |
| 2 | Оборудование и материалы: карточки с описанием подвижных игр | 5 |
| 3 | Место проведения подвижных игр: школьный коридор | - |

**Оценка результатов проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| *Ожидаемые результаты проекта* | *Способ оценки* |
| Создание условий для организованного подвижного отдыха младших школьников на перемене.  | Организация совместной деятельности детей; проведение подвижных игр весело и безопасно; проявление активности учащихся в играх. |
| Качественные: повышение положительного эмоционального настроения, снижение риска травматизма на перемене. |
| Количественные: увеличение количества детей, принимающих активное участие в проекте «Весёлая перемена». |

**План антикризисных мероприятий**

|  |  |
| --- | --- |
| *Наиболее вероятные кризисы* | *Антикризисные стратегии* |
| Распад творческих групп | Создание новых творческих групп |
| Отказ администрации школы или учителей младших классов в проведении проекта «Весёлая перемена» | Поиск новых аргументов в пользу и необходимости реализации проекта; рождение новых идей и возможностей проведения проекта.  |

**Ожидаемые результаты**

Организованный отдых на перемене для ребят улучшит дисциплину, повысит интерес к школе. Игры будут способствовать эмоциональному расслаблению, сбросу стресса. Младшие школьники могут проводить перемены с пользой и безопасно.

Предположительно, что в результате включения во время перемен новых игр и привлечения к ним младших школьников, в школе образуется иная атмосфера: учащиеся станут более организованными, станет меньше происходить конфликтных ситуаций между учащимися.

**Дальнейшее развитие проекта**

 Хотя проект рассчитан на короткий срок, все наши участники пришли к единому мнению, что он вполне может быть долгосрочным, так как желающих ребят активно проводить время на переменках оказалось очень много. И это всё благодаря рассказам и впечатлениям тех школьников, которые участвовали в реализации проекта. Поэтому мы решили не останавливаться на данном этапе и также провести подвижные перемены с другими младшими классами.

**Самооценка**

 Чувство удовлетворения сопровождало нас в течение всего проекта, с самого начала подготовки, проведения игр на перемене. Также надо отметить положительное эмоциональное и физиологическое воздействие как на ребят, для которых мы проводили занятия, так и на нас самих, организаторов проекта.

Мы убедились, что организованные подвижные игры помогают держать себя в физической форме, успокаивается нервная система, улучшается настроение, реже возникают конфликтные ситуации между учащимися. Двигательная игровая деятельность доставляет удовольствие, развивает саморегуляцию, развивает чувство взаимопомощи, находчивости. Также повышается внимательность, собранность, вырабатывается усидчивость и аккуратность в учебных делах.

 Я рада, что у меня и моих друзей появилась такая замечательная возможность реализовать себя в роли педагогов-организаторов, учителей-инструкторов при проведении подвижных перемен для младших школьников.

Процесс организации и проведения проекта лично мне даёт возможность устанавливать новые контакты, знакомиться с другими ребятами и находить среди них единомышленников по интересам.

**Заключение**

 Работая над проектом «Весёлая перемена», мы уже можем подвести итоги своей деятельности на данном этапе. Главное – это, конечно же, огромное душевное удовольствие, которое мы получали, проходя все этапы проекта. Я еще раз убедилась, что организация переменок способствует созданию благоприятного климата в школьном коллективе, помогает ребятам найти себя в различных видах деятельности.

При реализации проекта, мы столкнулись с необходимостью формирования и развития у себя таких качеств, как организованности, контроля над собой, сплочённости нашей команды, единства в принятии решений. При этом, в процессе развития взаимопонимания между нами, мы понимали, насколько непросто быть наставником, инструктором, организатором даже в процессе игры! Но очень был приятен и радостен процесс организации и проведения нашего проекта! Мы видели радостные лица учащихся, для которых проводились игры. Поэтому мы решили не останавливаться на достигнутом!

***Приложение***

***Игры***

**«У ДЯДИ АБРАМА»**

У дяди Абрама двенадцать сыновей, двенадцать сыновей у дяди Абрама. Они не ели, не пили и не скучали никогда. Правая рука.

Все идут по кругу, встряхивая рукой и повторяя те же слова. Затем прибавляются разные части тела с различными движениями (левая рука, правая нога, левая нога, правое плечо, левое плечо, голова и т. д.). Все движения повторяются одновременно.

**«КАРЛИКИ И ВЕЛИКАНЫ »**

Ведущий договаривается с ребятами, что, если он скажет «великаны», все должны подняться на носки и поднять обе руки вверх; если же он скажет «карлики», все должны присесть на корточки и вытянуть руки вперед. Сначала руководитель проводит репетицию, при этом он может не делать движений. Потом, проводя игру, ведущий может время от времени показывать движения не­впопад. Можно движения изменить: на слове «карлики» — сводят руки, соединяя ладони, на слове «великаны» —широко разводят руки в стороны.

**«ОХОТНИКИ»**

Ведущий предлагает залу поохотиться на льва. Для этого всем нужно просто повторять за ним слова и некоторые движения.

— Мы охотники на льва! — стучим себя кулаком в грудь.

— Не боимся мы его! — мотаем головой.

— У нас огромное ружье! — показываем руками что-то большое.

— И длинный меч! Ух! — на «Ух!» делаем вид, что рубим что-то мечом.

— Ой, что это?! — приставляем руку козырьком к глазам.

После того, как зал спросит «Что это?!», ведущий отвечает залу:

— Болото! Над ним не пролететь! (показывает руками обход поверху) Его не обойти! (показывает руками обход вокруг) Под ним не проползти!    Дорога напрямик!!! (показывает рукой вперед)

Затем весь зал вместе с ведущим идет по болоту, повторяя «Чап-чап-чап!» и хлюпая ладонями. Потом повторяем все сначала, но по дороге нам встречаются:

Лес. Говорим «Хрусть-хрусть-хрусть!» и руками раздвигаем ветки. Море. Говорим «Буль-буль-буль!» и делаем вид, что плывем.

Пустыня. Говорим «Шшш-шшш-шш!» и делаем вид, что идем по пустыне.

И вот, наконец, сам лев: ведущий неожиданно кричит «Р-р-р-р!!!», все пугаются и в обратном порядке быстро-быстро убегают по пустыне, морю, лесу, болоту. Затем все отирают пот со лба, славно, мол, поохотились.

**«ИППОДРОМ»**

Играющие вместе с ведущим размеренно хлопают по коленям, имитируя топот копыт.

*Ведущий:*

Кони выходят на старт. Трибуны ревут. (Играющие имитируют крики и возгласы поддержки).

*Ведущий:*

Внимание! На старт! Марш! (Играющие вместе с ведущим постепенно убыстряют «бег»).

*Ведущий:*

Барьер! (Играющие делают один хлопок сразу двумя ладонями).

*Ведущий:*

Двойной барьер! (Играющие делают два хлопка сразу двумя ладонями).

*Ведущий:*

Бежим по мостовой. (Играющие вместе с ведущим поочередно ударяют ладошками себе по коленям).

*Ведущий:*

Бежим по траве. (Играющие трут ладонью о ладонь).

*Ведущий:*

Трибуны с девочками кричат! (Девочки кричат слова поддержки своим коням: «Давай, давай!», «Эгей!» и так далее).

*Ведущий:*

Трибуны мальчиков кричат! (Мальчики кричат слова поддержки свои коням: «Давай, давай!», «Эгей!» и так далее).

*Ведущий:*

Скоро финиш! (Играющие вместе с ведущим убыстряют удары ладоней по коленям).

*Ведущий:*

Финиш! Награждение победителей! (Все хлопают в ладоши).

**«ЧЕТЫРЕ СТИХИИ»**

Дети сидят на стульях по кругу. По команде ведущего выполняют определённое движение руками.

**Команда Движение**

“Земля Опускают руки вниз

“Вода” Вытягивают руки вперед

“Воздух” Поднимают руки вверх

“Огонь” Вращают руками в локтевых и лучезапястных суставах.