



# ОБЩИНА СИЛИСТРА

МЕСТНА КОМИСИЯ ЗА БОРБА СРЕЩУ ПРОТИВООБЩЕСТВЕНИТЕ ПРОЯВИ НА МАЛОЛЕТНИТЕ И НЕПЪЛНОЛЕТНИТЕ



## Програма за занятия на клубове по интереси 2022

Клуб/Ръководител/Място на провеждане	Програма
<p>ПИЛАТЕС Ангелина Кулева (дипломиран треньор по ориентиране, пилатес, фитнес, физиотерапия, танци) Стадион „Доростол“</p>	<p>Пилатес е система за възпитаване на тялото към така наречената горда стойка, чрез плавни, контролирани движения, медитация в движение и участие в двигателен спектакъл.</p> <p>Съдържание на заниманията (теоретична и практическа част):</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Кратка история на системата Пилатес а/ създател б/принципи - пълен контрол над центъра на тялото - плавни движения - непринудено преминаване от едно движение към друго под пълен контрол - подчиняване движението на мисълта - пълна концентрация.</li><li>2. Основни позиции при Пилатес а/ в стоеж б/ в седеж със свити и опънати крака в/ гръб г/ странична позиция д/ по корем</li><li>3. Преминаване плавно от една позиция към друга</li><li>4. Структура на упражнението-начало-изпълнение-завършек.</li><li>5. Пилатес упражнения</li></ol> <p>Необходими са Ви: удобно спортно облекло; спортна постелки, голяма кърпа; дреха за преобличане; напитки.</p>
<p>СПОРТНО ОРИЕНТИРАНЕ Ангелина Кулева Дунавски парк</p>	<p>Спортното ориентиране е спорт за тялото и мисълта. То помага за развитието на триизмерното логическо мислене, оставащо за цял живот. Всеки момент е съприкосновение с природата и изключително преживяване.</p> <p>Съдържание на заниманията (теоретична и практическа част):</p> <p><i>Занимание 1</i></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Кратка история на спортно ориентиране, значение, употреба.</li><li>2. „Азбука на ориентирането,“-топографски знаци, част 1, цветовете, линейни ориентири.</li></ol>

3. Движение по линейни ориентири.

4. Сравнение на карта с действителността

*Занимание 2*

1. Преговор линейни ориентири

2. „Азбука на ориентирането„-топографски знаци, част 2, площи

3. Движение по линейни ориентири и площи, игра „Звезда“

*Занимание 3*

1. Преговор линейни ориентири и площи, движение по линейни ориентири

2. „Азбука на ориентирането“ - топографски знаци, част 3, точкови знаци - син, зелен, червен цвят.

3. Движение по линейни ориентири и площи, игра „Звезда“ по групи

*Занимание 4*

1. Преговор точкови обекти - син, зелен, червен цвят.

2. „Азбука на ориентирането“ - топографски знаци, част 3, точкови обекти - черен цвят - изкуствени обекти, скали.

3. Игра „Звезда“ по група по двама - линейни и точкови обекти

4. Избор на вариант между две точки

*Занимание 5*

1. Сравнение на карта с действителността

2. Избор на вариант между две точки

3. Игра „Звезда“ единично

4. Игра „Пеперуда“ по двама

*Занимание 6*

1. Сравнение на карта с действителността - затвърждаване.

2. Избор на вариант между две точки, самостоятелно, сравнение на варианти, анализ.

3. Игра „Пеперуда“ - щафета.

*Занимание 7*

1. Игра „Звезда“ - самостоятелно

2. Игра „Пеперуда“ - самостоятелно

3. Игра „Квадрат“

*Занимание 8*

1. Игра по запаметяване

2. Маршрут индивидуално състезателно

3. Щафета - състезателно

4. Анализ на курса, грамоти

Необходими са Ви: удобно спортно облекло и обувки; кърпа; дреха за преобличане; напитки.

<p>АЕРОБИК Ангелина Кулева Стадион „Доростол“</p>	<p>Всяко занимание включва: разгриване, аеробик с танци – смес от български хора, латино танци, рок - и разтягане, разпускане. Необходими са Ви: удобно спортно облекло и обувки; кърпа; дреха за преобличане; напитки.</p>
<p>РИСУВАНЕ Елена Маркарян Младежки дом</p>	<p>Рисуване чрез издраскване Пъстри шарки От точка до точка Вълшебните камъчета Здравей, слънце!!! Залез – река Дунав Морски свят Семейство и приятели</p>
<p>МЛАД СКАУТ Добринка Иванова 11-22.07.22 г. Сборен пункт: Паметник на 31ви полк Групата се придвижва до мястото на съответното занятие</p>	<p>11.07 – продължителност 2 ч.: Разходка до Дунавската градина: представяне на групата, запознаване на участниците с работата на Комисията, под чиято егида се провежда лятната работа на сформирания скаутска група; запознаване на участниците със скаутското движение у нас и в света; работа с алкоочила; запознаване с правилата за поведение по време на поход; обявяване на конкурс за най-хубава фотография с мобилен телефон; използване на спортните съоръжения: тенис на маса, баскетбол, спортните уреди /участниците си носят хилки, топче и баскетболна топка/; занимателни игри .</p> <p>12.07. – продължителност 4 ч.: Разходка до самолета, метеорологичната станция, дигата на р. Дунав, стария плаж: работа с компас; среща-разговор с ръководителя на станцията; игри.</p> <p>13.07. – продължителност 4 ч.: Посещение на охраняем плаж „Дръстър“- открит плувен басейн в Дунавския парк /игри във водата и състезание по плуване.</p> <p>14.07. – продължителност 4 ч.: Поход до Меджиди-табия и посещение на историческия музей. Игри на терен.</p> <p>15.07. – продължителност 4 ч.: Военизирана игра и ориентиране по пътни знаци, посещение на басейна на Меджиди-табия.</p> <p>18.07. – продължителност 5 ч.: Поход до гроба на Иван Стайков. Скаутски комфорт:палене на огън, опъване на палатки, пикник.</p> <p>19.07. – продължителност 4 ч.: Посещение на охраняем плаж „Дръстър“- открит плувен басейн в Дунавския парк</p> <p>20.07. – продължителност 3 ч.: Поход по еко-пътека Силистра на Меджиди-табия – билките в България и оказване на долекарска помощ.</p> <p>21.07. – продължителност 4 ч.:</p>

	<p>Посещение на обсерваторията – среща-разговор с ръководителя на обекта и работа с телескоп. Разходка из Дунавския парк и използване на спортните съоръжения: тенис на маса, баскетбол, спортните уреди. /участниците си носят хилки, топче и баскетболна топка/.</p> <p>22.07. – продължителност 2 ч.:</p> <p>Провеждане на играта „Сладко дърво“ в Дунавската градина. Заключителна сбирка на групата и отчитане на резултатите от фотографския конкурс, връчване на награди.</p>
<p>ПРИЛОЖНО ИЗКУСТВО</p> <p>Юлияна Неделчева</p> <p>Магазин „Фантазия“</p>	<p>Изучаване на различни видове бодове за ръчна бродерия.</p> <p>Изработване на картички със смесена техника и различни материали.</p> <p>Изработване на бижута.</p> <p>Приучаване към рециклиране и използване на всякакви материали от бита.</p> <p>Изработване на декорация за стая.</p> <p>Декорация на рамки за снимки.</p> <p>Изработване на 3D картини.</p> <p>Работа с естествени природни материали.</p>
<p>ЛЯТНА АКАДЕМИЯ В БИБЛИОТЕКАТА</p> <p>РБ „П.Павлович“</p>	<p>Търсачи на знания в библиотеката</p> <p>Забавна олимпиада</p> <p>Космическа добавена реалност</p> <p>Всеки може да е дизайнер</p> <p>Четене или предизвикателство</p> <p>3D архитектурна работилница</p> <p>Да се подготвим за парти</p> <p>Нека да е парти!</p>
<p>ТЕАТЪР И ПРИКЛЮЧЕНИЯ</p> <p>Лилия Маркова</p> <p>Сборен пункт: фойето на Младежки дом</p> <p>Групата се придвижва до мястото на съответното занятие</p>	<p>Първа среща и запознаване с програмата на клуба.</p> <p>Театърът като потребност: Посещение в ДКТ- Силистра и среща с колектива</p> <p>Конкурс за най-добро артистично изпълнение на творба по избор</p> <p>Отчитане на конкурса - награди</p> <p>Среща - разговор: ”Цветята”- Константин Стоилов – адвокат. Ролева игра:” Да защитим истината!”.</p> <p>Регулярна среща в ОБС и Мария Димитрова - подготовка</p> <p>Детска сесия в ОБС- Силистра</p> <p>Какво ражда земята - Среща с водещи фермери</p> <p>(Заниманията на групата продължават и през мес.август под егидата на НФО „ Рицари на доброто”)</p>
<p>АЗ ОБИЧАМ МОЯТА СИЛИСТРА</p> <p>РБ „П.Павлович“</p> <p>Сборен пункт – РБ „П. Павлович“</p> <p>Групата се придвижва до Дунавски парк</p>	<p>8 юли – „Търсачи на история”</p> <p>15 юли - „От Шварцвалд до Черно море”</p> <p>22 юли – „Кой в Дунавския парк?”</p> <p>29 юли – „Аз обичам и рисувам Силистра”</p>

<i>за част от занятията</i>	
ПЛУВАНЕ Ясен Неделчев <i>Покрит басейн - Силистра</i>	Обучение по плуване за начинаещи и напреднали.
ТЕНИС НА КОРТ Валери Василев <i>Тенис корт</i>	Обучение по тенис за начинаещи и напреднали.
ШАХМАТ Виктор Константинов <i>Младежки дом</i>	Обучение по шахмат за начинаещи и напреднали - теоретична част; разиграване на партии.
ВЕТРОХОДСТВО Дунавски клуб <i>Понтон на Дунавски клуб, река Дунав</i>	Обучение по ветроходство за начинаещи и напреднали - теоретична подготовка; управление на ветроходна лодка по река Дунав.
ГРЕБАНЕ Дунавски клуб <i>Понтон на Дунавски клуб, река Дунав</i>	Обучение по гребане за начинаещи и напреднали - теоретична подготовка; гребане с лодка „Ял-6“ по река Дунав.
ЙОГА Вероника Ангелова <i>Дом на учителя</i>	Упражнения за гъвкавост и дихателни практики за здрави деца. Практикуването на йога осъществява превенция на гръбначните заболявания, развива вродения имунитет, подобрява дихателните способности и концентрацията, въздейства положително върху опорно-двигателния апарат. Всяко занятие започва с приятна музика, поздрав към децата и раздвижващи асани - пози за цялото тяло. Тематични уроци всеки ден - йога в планината, в гората, на морето, дихателни практики; завършва с релакс и водена медитация.
ЛАТИНО ТАНЦИ Наташа Кунева <i>Младежки дом, стая 207</i>	Обучение по латино танци за начинаещи и напреднали.