

UEFA  
**PLAY  
MAKERS**

Inspired by  
**Disney**



**FOR ALL**





Disney · PIXAR

# INCREDIBLES 2

РУКОВОДСТВО ДЛЯ ТРЕНЕРОВ

UEFA

PLAY  
MAKERS

Presented by  
Disney





## ВВЕДЕНИЕ

Добро пожаловать в программу UEFA Playmakers, созданную вместе с Disney. Эта программа является частью постоянного стремления UEFA к тесному сотрудничеству с национальными ассоциациями на низовом уровне по привлечению девочек к футболу. Это многообещающее сотрудничество между UEFA, Disney и Футбольной ассоциацией Англии призвано вдохновить на знакомство с футболом девочек в возрасте от 5 до 8 лет, которые никогда раньше не играли в него.

Цели программы:

- познакомить девочек с футболом путем создания для них среды, ориентированной на развлечение, общение с друзьями и игру в футбол;
- внедрить новую индивидуальную тренерскую методику, в которой в качестве инструмента для тренировки и изучения навыков игры в футбол используется воображение (на основе историй и персонажей Disney);
- развивать у девочек жизненные навыки, навыки основных движений и основные навыки игры в футбол для поощрения их увлечения футболом на всю жизнь.

Программа Playmakers, поддерживаемая UEFA и крупным мировым брендом, дает уникальную возможность для привлечения девочек к футболу и воспитания активных и физически грамотных любительниц футбола.

Мы надеемся, что вы, как и мы, рады возможности использовать эту уникальную программу в своей работе.

## УЕФА

Являясь руководящим органом европейского футбола, УЕФА привержен делу развития футбола среди девочек и женщин во всех 55 своих членских ассоциациях. В 2019 году была запущена первая стратегия УЕФА в области женского футбола под названием «Time for Action: стратегия УЕФА по женскому футболу на 2019–24 гг.». Цели стратегии Time for Action:

- удвоение числа девочек и женщин, играющих в футбол;
- изменение восприятия женского футбола в Европе;
- удвоение охвата и значимости чемпионата Европы по футболу среди женщин и женской Лиги чемпионов УЕФА;
- повышение игровых стандартов;
- удвоение женского представительства во всех органах УЕФА.

Эта первая в истории общеевропейская футбольная программа, нацеленная на поощрение участия, разработку тренерских методик, формирование карьер игроков и создание игровой среды, является одним из целого ряда стратегических проектов, используемых УЕФА для развития женского футбола в Европе.

## THE WALT DISNEY COMPANY

Компания The Walt Disney Company известна давней и отмеченной наградами стратегией приверженности здоровому образу жизни, разработанной для улучшения здоровья будущих поколений с помощью невероятной силы персонажей и историй Disney. Детей мотивируют делать выбор, вдохновляя их любимыми персонажами; Disney участвует в целом ряде инициатив, где истории используются как сила добра, побуждающая детей и их семьи к активному образу жизни и здоровому питанию.

## ФУТБОЛЬНАЯ АССОЦИАЦИЯ АНГЛИИ

Футбольная ассоциация Англии (EFA) реализует свою стратегию развития футбола среди девочек и женщин с 2016 года. У девочек много мотивов для игры в футбол, включая

развлечение, дружбу, получение новых знаний и общение в семье, и такие инновационные программы EFA, как Wildcats, открывают возможности, которые захватывают воображение девочек и мотивируют их к физической активности и игре в футбол. EFA выступила инициатором партнерства с Disney для разработки программы Active Play Through Storytelling, в которой используются истории и персонажи Disney.

## РУКОВОДСТВО ДЛЯ ТРЕНЕРОВ

Вам как тренеру для реализации программы Playmakers потребуются навыки, знания и характер.

Программа УЕФА Playmakers, созданная вместе с Disney, направлена на то, чтобы дать девочкам в возрасте от 5 до 8 лет возможность стать частью веселой и увлекательной среды, дающей чувство принадлежности. Мы стремимся удовлетворять индивидуальные потребности девочек, создавая среду, которая помогает им развиваться физически, психологически и социально.

Философия, лежащая в основе программы, заключается в предоставлении свободы, выбора и возможностей для творчества через активную игру, которая побуждает девочек находить собственные способы решения задач. Мы готовим их к занятиям спортом, поэтому программа включает правила, которые накладывают некоторые ограничения, но при этом оставляют место для обдумывания проблем и поиска решений.

Для эффективного вовлечения девочек в занятия необходимо позитивное, увлекающее и харизматичное руководство. Правильный тон, голос, жестикация, настроение, скорость речи, громкость при рассказывании историй, а также передача положительных эмоций и энтузиазма — все это приобретаемые навыки. Вы как тренер будете совершенствоваться по мере работы в рамках программы.

Воплотите волшебство Disney в жизнь с помощью программы Playmakers!

# КАК ВЫ БУДЕТЕ РЕАЛИЗОВЫВАТЬ ПРОГРАММУ?

На каждом занятии вы будете читать вслух одну из глав истории и побуждать девочек к участию в соответствующих активностях и играх. Планируется, что занятия будут длиться по 45 минут, и в вашей группе должно быть не более 16 детей. 10-недельная программа разделена на 8 глав, что дает вам 2 недели на повторение любимых глав девочек или более медленное прохождение содержания программы, если это соответствует потребностям девочек, которых вы тренируете. Каждая глава или занятие состоит из шести ключевых элементов:

№	Часть занятия	Описание
1	Введение	Введение в главу и «кодовое слово».
2	Персонажи	Представление персонажей в сцене.
3	Контекст	Группа работает вместе над созданием «контекста» для истории с помощью рекомендуемой экипировки. Это создаст пространство и границы для игр.
4	Приключение	Простая игра, основанная на главе истории, представленной на занятии.
5	Размышление	Вопросы, побуждающие девочек задуматься над тем, чему они научились и какие навыки они развивали.
6	Поворотный момент	Создание сцены для следующей главы и стимулирование использования «приключенческого паспорта».

В начале программы каждой девочке выдается «приключенческий паспорт», который она может забрать домой. Приключенческий паспорт — это ресурс, который связывает программу с семьей и домом: он содержит задания по каждой главе, которые девочки должны выполнить вместе с кем-то дома. Поощряйте их делать это!

## ЦЕЛИ ОБУЧЕНИЯ

В программе УЕФА Playmakers, созданной вместе с Disney, определены следующие цели обучения девочек в возрасте от 5 до 8 лет:

1. Развитие ценностей и жизненных навыков, которые выходят за рамки футбола и могут использоваться в повседневной жизни (например, уважение, командная работа и решение проблем)
2. Развитие у девочек навыков основных движений, с которых начинаются занятия спортом
3. Предоставление девочкам возможности узнать о футболе и знакомство с необходимыми основными навыками игры.



# 1. ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ И ЦЕННОСТИ

Программа предназначена для развития позитивных ценностей и навыков, которые можно использовать в повседневной жизни.

Физическая активность и футбол могут быть отличными учителями: они могут помочь молодым людям в развитии позитивных поведенческих навыков, таких как уважение к другим, заведение новых друзей, умение говорить и слушать, слаженная работа в команде, позитивный настрой и преодоление неудач — все это те навыки, которые мы хотели бы видеть у наших девочек.

На каждом занятии девочки будут узнавать и обсуждать разные ценности и жизненные навыки, а также размышлять о том, как можно применить их в различных сферах жизни.

# 2. НАВЫКИ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ

Программу Playmakers следует использовать для обучения девочек различным способам движения, что способствует развитию навыков перемещения, удержания равновесия, координации и скорости.

Навыки основных движений можно разделить на три типа:

- локомоция — перемещение тела в пространстве (например, ходьба, бег, прыжки и перескакивание);
- стабильность — сохранение тела на одном месте и движение вокруг своей горизонтальной и вертикальной оси (например, остановка, приземление, поворот, вращение и т. д.);
- Контроль над объектами — перемещение объектов (например, пинание, бросание, отбивание, удержание и ловля);

### 3. ОСНОВЫ ИГРЫ В ФУТБОЛ

Введение в футбол должно быть простым, чтобы девочки могли выбирать, как они пользуются мячом, и в ходе игр и занятий получали возможность изучить основные навыки и принципы игры в футбол, такие как:

- движение с мячом (ведение мяча);
- удержание мяча;
- пинание мяча (передачи и удары);
- небольшие игры и задачи;
- один на один (забивание голов и защита ворот).

Девочки научатся чувствовать себя уверенно с мячом в следующих ситуациях:

- Я и мяч — игра рядом с другими, обучение самостоятельному движению с мячом;
- МЫ и мяч — игра вместе с партнером/в группе;
- МЫ, ВЫ и мяч — игра с другими и против других в рамках командной игры.



# ЗАЩИТА ДЕВОЧЕК В ФУТБОЛЕ

## Советы и идеи

Подход этой инициативы УЕФА и Disney сам по себе уже способствует созданию позитивной и безопасной среды, однако есть несколько советов по защите девочек:

1. Постарайтесь обеспечить наличие среди тренеров как мужчин, так и женщин. Для этой программы по крайней мере один тренер или волонтер должен быть женщиной и все тренеры должны обладать необходимыми навыками общения с детьми младшего возраста (например, пользоваться языком, соответствующим их возрасту и развитию).
2. Дети младшего возраста нуждаются в более высоком уровне присмотра. Минимальное соотношение для этой программы — один взрослый на 10 детей, если иное не предусмотрено национальным законодательством. Рекомендуемое нами соотношение — один взрослый на 6 детей. Попробуйте привлечь родителей/опекунов к присмотру за своими детьми.
3. Четко объясните, как следует оставлять и забирать детей. Сюда относится не только время, но и то, кто может забирать девочек. Иногда некоторые взрослые не могут забирать детей (например, если есть постановление суда об ограничении контактов). Вообще девочек должны забирать взрослые, которых тренеры знают как их опекунов (например, родители, тети, дяди).
4. Старшие братья и сестры могут сопровождать девочек домой (например, если есть параллельные занятия со старшими детьми). Это должно быть согласовано с родителями/опекунами, желательно в письменной форме. Возраст, в котором старшие дети могут нести ответственность за младших братьев и сестер, сильно зависит от конкретной ситуации, однако рекомендуемый минимальный возраст — 12 лет.
5. Рассмотрите возможность использования журнала времени прихода и ухода девочек. Это особенно полезно при работе с большим количеством девочек и наставников.
6. Убедитесь в наличии имен и номеров контактных телефонов всех родителей/опекунов. Во избежание путаницы вся коммуникация по поводу тренировок, матчей, мероприятий и т. д. должна осуществляться непосредственно с ними, а не через маленьких детей.

7. Постарайтесь сделать так, чтобы девочки переодевались дома. Если они переодеваются на месте, должна быть отдельная зона для переодевания, предназначенная только для девочек. Девочки должны находиться под присмотром женского персонала без присутствия других взрослых. Хотя девочкам младшего возраста может потребоваться некоторая помощь в переодевании, наставники должны делать для девочек только то, что они не могут делать сами. Это следует заранее обсудить с их родителями/опекунами.
8. Хотя половое созревание вряд ли будет проблемой, девочки более старшего возраста могут в исключительных случаях приближаться к половому созреванию или испытывать его. В таких случаях может быть полезно провести (частный) разговор с их родителями/опекунами, чтобы определить, какая дополнительная поддержка может потребоваться (например, подходящий туалет).
9. Любые случаи травли, даже если они кажутся безобидными, должны немедленно пресекаться. Травля легко может обостриться, поэтому важно понимать, что она недопустима.
10. И девочки, и их родители/опекуны должны знать о мерах предосторожности и о том, какое поведение персонала является допустимым. Рекомендуется согласовать с ними кодекс поведения. Например, «каждый должен чувствовать себя в безопасности», «каждый должен получать удовольствие и чувствовать свое участие», «никто не должен чувствовать себя обделенным, и мы все должны быть друзьями», «никто не должен делать с вами ничего, что вам не нравится». Расскажите девочкам, как подать жалобу и к кому обратиться по поводу защиты, например, «вы можете поговорить с X, если вы недовольны или возникла проблема».

Помните, что актуальными и обязательными для применения также являются меры, включенные в Пакет УЕФА по защите (такие как безопасные процедуры найма и кодексы поведения). Кроме того, ознакомьтесь с местными/ национальными предписаниями и законами, особенно по таким вопросам, как требования к присмотру за детьми и к тому, кто может работать с ними. Например, могут потребоваться проверка биографии и обучение.



# ГЛАВА 1

## ВОЗВРАЩЕНИЕ ПОДРЫВАШКЕРА

### НАШ УЧЕБНЫЙ ПРИОРИТЕТ

#### Жизненные навыки и ценности

Работа в команде: обучение работе в команде и умение ценить идеи и мнения товарищей по команде

#### Основы игры в футбол

- Передвижение с мячом с помощью ног
- Движение мимо и вокруг других людей с мячом
- Движение с мячом в обход границ и/или других игроков

#### Основные движения

Различные движения тела для развития двигательной способности, равновесия, координации и скорости

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ



Мячи разных размеров (2, 3 и 4)



Накидки



Конусы

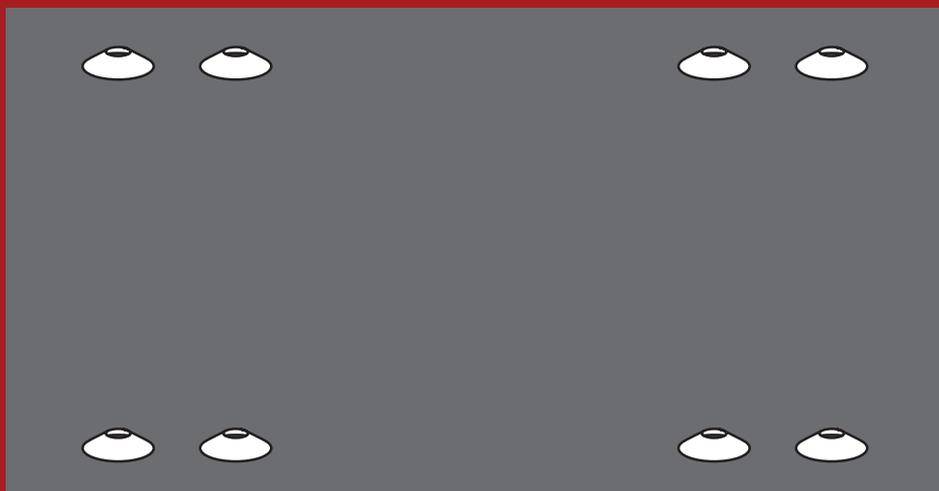


Карточки с персонажами «Суперсемейки 2»

## ОРГАНИЗАЦИЯ/РАССТАНОВКА

Тренер расставляет 4 небольших ворот с помощью 8 конусов (по 2 в каждом углу), чтобы обозначить границы тренировочной зоны. Скорректируйте размер зоны в зависимости от размера вашей группы.

Эту зону можно использовать и до начала занятия — в ней можно приветствовать детей и родителей и приглашать их изучить экипировку и ворота.



# ГЛАВА 1: ВОЗВРАЩЕНИЕ ПОДРЫВАШКЕРА



## ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствуем вас в (название центра)

Введение тренера

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Сегодня мы будем:

- ВЕСЕЛИТЬСЯ
- УЧИТЬСЯ новому
- Работать сообща и заводить новых ДРУЗЕЙ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НАЗВАНИЯ ИГРЫ

Сегодня игра называется:

# ВОЗВРАЩЕНИЕ ПОДРЫВАШКЕРА

# ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Суперсемейка — это семья супергероев; они живут в подполье, потому что там, где они живут, быть супергероем незаконно.*

Сегодня мы собираемся притвориться супергероями в мире Суперсемейки. Чтобы вас не поймали, не забывайте остановиться и прислушаться, когда услышите кодовое слово.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

# КОНТЕКСТ

*Подрывашкер — это злодей, который хотел с помощью гигантского бура проложить туннели под городом Мунисбергом, чтобы грабить банки. Суперсемейка не могла просто наблюдать, как бур начал пробивать асфальт и разрывать город на куски — он направлялся в сторону мэрии!*

Сегодня мы собираемся притвориться супергероями и спасти город от бура Подрывашкера.

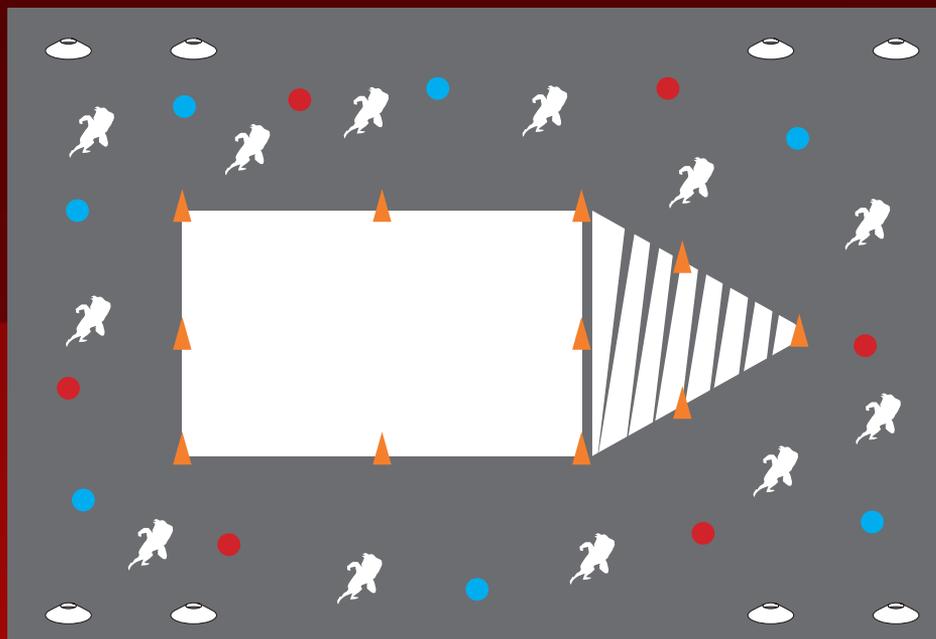
Чтобы играть, нам нужно построить бур Подрывашкера в городе.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

# ИНСТРУКЦИИ

1. Дети выставляют на полу прямоугольник из больших конусов, а затем на одном его конце добавляют треугольник из больших конусов, который будет буром.
2. Дети добавляют снаружи маленькие конусы, символизирующие автомобили в городе (некоторые должны быть поставлены неправильно).
3. Игра в имена — каждый ребенок находит партнера и произносит его имя. Затем один из них должен погнаться за другим и дотронуться до него, а потом обойти конус (машину) и вернуться к буру.
4. Дети находят новых партнеров и повторяют игру.

# ИНСТРУКЦИИ



КЛЮЧ

▲▲ большие конусы    ●● маленькие конусы    🐎 дети

# ПЕРСОНАЖИ

*Мистер Исключительный и Эластика бросились в погоню за буром, Фиалка и Шастик схватили малыша Джек-Джека, и они всей семьей отправились спасать город.*

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

# ИНСТРУКЦИИ

1. Дети перемещаются по внешней стороне бура.
2. Представьте персонажей и их команды с помощью карточек с персонажами. Дайте детям попрактиковаться, прежде чем остановиться и добавить нового персонажа.
3. Вызывайте команды от разных персонажей, чтобы дети слушали и выполняли действия.
4. Позвольте детям вести занятие и вызывать персонажей/команды.



<b>КОМАНДА</b>	<b>ДЕЙСТВИЕ</b>
Мистер Исключительный (Боб Парр)	Пробейтесь плечом через одну сторону бура прямо на другую.
Эластика (Хелен Парр)	Замирание на месте — балансируйте на одной ноге и посмотрите, сможете ли вы потянуться, чтобы держаться за руки с другим человеком.
Шастик	Разгоняйтесь от машины к машине.
Фиалка	Разделитесь на пары: №1 гонится за №2, чтобы дотронуться до него. После прикосновения №2 застревает внутри силового поля: он должен досчитать до 3, а затем погнаться за №1.
Джек-Джек	Возьмите мяч (Джек-Джек) из одних ворот и поместите его в другие ворота (коляска Джек-Джека) с помощью рук или ног.

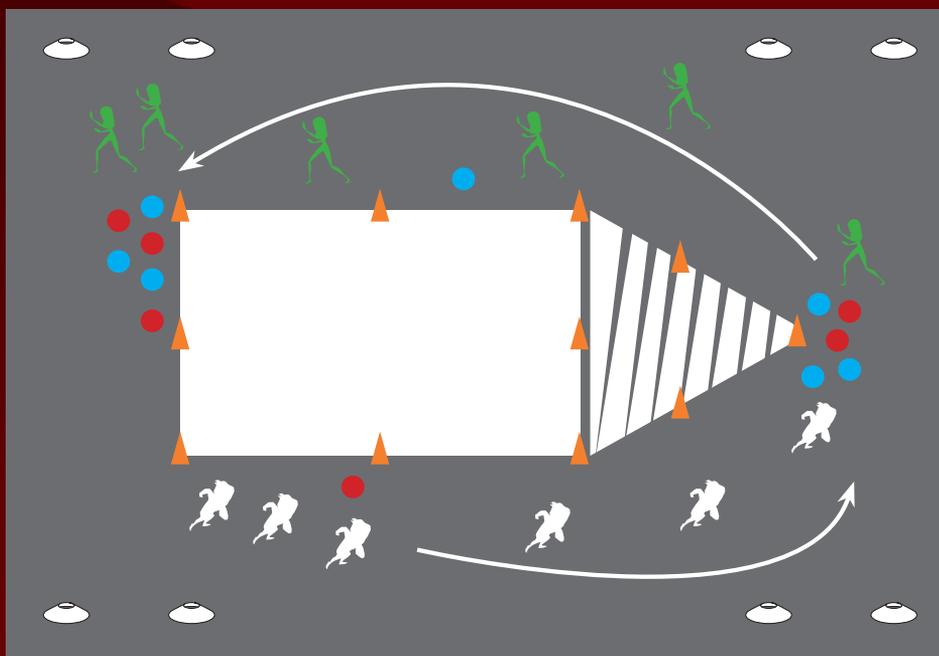
## ПРИКЛЮЧЕНИЕ

*Бур все приближался к мэрии и даже не думал замедляться! Ломались мосты, давились машины, падали здания. Внезапно на помощь пришел Фреон (Люциус Бест). Его суперсила — замораживание вещей, и он помог Суперсемейке остановить гигантский бур. Он быстро передвигался вокруг бура, замораживая всё на своем пути. Сегодня мы сделаем то же самое с нашим буром.*

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

# ИНСТРУКЦИИ

1. Дети делятся на две команды.
2. Команда 1 пытается заморозить бур, поднимая конусы и перенося их к его передней части.
3. Команда 2 пытается разморозить бур, поднимая конусы с его передней части и перенося их назад.
4. ЦЕЛЬ: Сможет ли команда 1 собрать все конусы вокруг передней части бура, чтобы остановить его движение?
5. Команды играют 45 с, а затем меняются ролями.



## КЛЮЧ



большие  
конусы



дети  
(команда 1)



маленькие  
конусы



дети  
(команда 2)

©Disney/Pixar

## УСЛОЖНЕНИЯ

Поменяйте конусы на мячи:

- Дети могут перемещать мячи к передней или задней (в зависимости от роли) части бура с помощью рук или ног.
- Дети повторяют игру с помощью только ног.

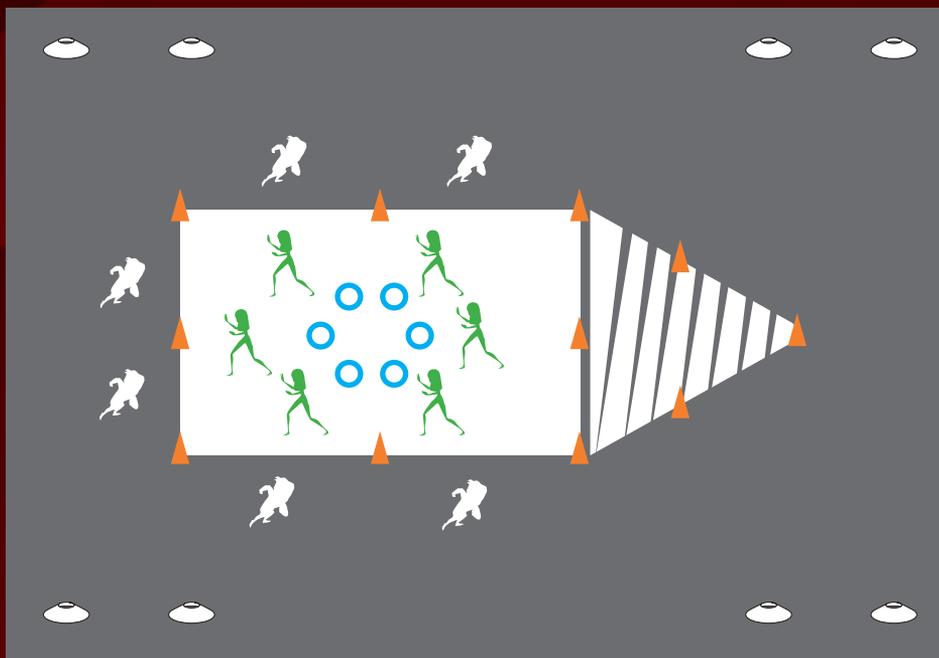
**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

*Льда было недостаточно, бур пробил его! Единственный способ остановить это — работать в команде, чтобы сломать двигатель и остановить бур.*

## **ИНСТРУКЦИИ**

1. Дети добавляют круг в центре бура и держат мяч в равновесии на вершине каждого конуса (10 конусов). Эта форма символизирует двигатель.
2. Команда 1 находится снаружи бура: они пытаются ввести мяч в бур и сбить мяч с конуса (сломать часть двигателя).
3. Захватив часть двигателя (еще один мяч), ребенок забирает его из бура (руками или ногами), а потом атакует двигатель снова.
4. Команда 2 перемещается внутри бура (каждая с мячом у ног). Они пытаются помешать команде 1 атаковать двигатель, дотрагиваясь до них и одновременно ведя свои мячи. Если до участника команды 1 дотронулись, он должен покинуть бур, прежде чем повторить попытку.
5. Играйте 1 минуту или до тех пор, пока двигатель не сломается, а затем поменяйтесь ролями.

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

  
большие  
конусы

  
маленькие  
конусы

  
дети  
(команда 1)

  
дети  
(команда 2)

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

*Бур медленно остановился у самой мэрии. Вот это достижение, мы сделали это!*

## РАЗМЫШЛЕНИЕ

Прежде чем продолжить, давайте подумаем о нашем сегодняшнем приключении. Суперсемейке пришлось работать как единой команде, чтобы остановить бур; работать в команде не всегда просто.

ВОПРОС	ОТВЕТ
Что важно в команде?	Подумайте, разбейтесь на пары и поделитесь мыслями
Что вы чувствуете, когда к вашим идеям прислушиваются?	Дайте детям: 1 минуту, чтобы подумать самим 1 минуту на разговор с партнером 1 минуту, чтобы поделиться идеями всей группой
Что вы чувствуете, когда к вашим идеям не прислушиваются?	Повторите для каждого вопроса

## ПОВОРОТНЫЙ МОМЕНТ

**«НЕ ДВИГАТЬСЯ, СУПЕРГЕРОИ! ВЫ АРЕСТОВАНЫ!»**  
*Суперсемейке удалось остановить бур, но при этом они наделали много беспорядка — например, было сломано много машин и разрушено много зданий. Полиция очень разозлилась!*

- Что будет с семьей?
- У них будут проблемы?
- Будут ли они супергероями снова?

Загляните в свой приключенческий паспорт, чтобы узнать ответ.





# ГЛАВА 2

## Я ЛЮБЛЮ СУПЕРГЕРОЕВ

### НАШ УЧЕБНЫЙ ПРИОРИТЕТ

**Жизненные навыки  
и ценности**

Контроль эмоций  
и преодоление  
нервозности

**Основные движения**

Различные движения тела  
для развития двигательной  
способности, равновесия,  
координации и скорости

**Основы игры в футбол**

- Движение с мячом с изменением скорости и направления
- Движение с мячом в обход границ и/или других игроков

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ



Мячи разных размеров (2, 3 и 4)



Накидки



Конусы

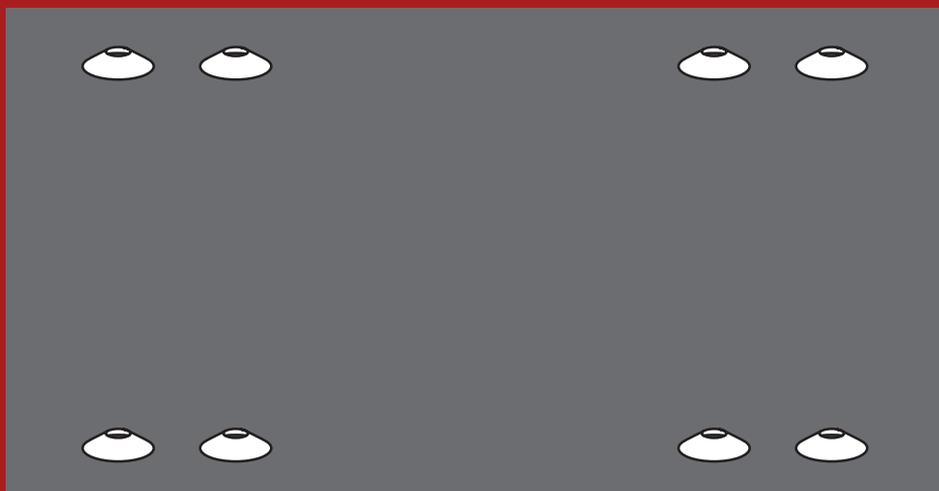


Карточки с персонажами «Суперсемейки 2»

## ОРГАНИЗАЦИЯ/РАССТАНОВКА

Тренер расставляет 4 небольших ворот с помощью 8 конусов (по 2 в каждом углу), чтобы обозначить границы тренировочной зоны. Скорректируйте размер зоны в зависимости от размера вашей группы.

Эту зону можно использовать и до начала занятия — в ней можно приветствовать детей и родителей и приглашать их изучить экипировку и ворота.



# ГЛАВА 2: Я ЛЮБЛЮ СУПЕРГЕРОЕВ



## ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствуем вас в (название центра)

Введение тренера

Попросите детей рассказать, что было на прошлом занятии и что они узнали из своих приключенческих паспортов.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

- Сегодня мы будем:
- ВЕСЕЛИТЬСЯ
  - УЧИТЬСЯ новому
  - Работать сообща и заводить новых ДРУЗЕЙ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НАЗВАНИЯ ИГРЫ

Сегодня игра называется:

# Я ЛЮБЛЮ СУПЕРГЕРОЕВ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Пока Суперсемейка находилась в тюрьме, богатый бизнесмен Уинстон Девор поговорил с Фреоном (Люциусом Бестом) обо всем, что касается супергероев, и попросил в тот же вечер встретиться с Мистером Исключительным и Эластикой (Бобом и Хелен Парр) в тот вечер, когда их выпустит полиция. Фреон (Люциус Бест) предложил им надеть на встречу свои суперкостюмы, и мы сделаем то же самое!*

Перед переодеванием мы должны убедиться, что можем играть безопасно, поэтому не забывайте остановиться и прислушаться, когда услышите наше кодовое слово.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## ПЕРСОНАЖИ

*Мистер Исключительный, Эластика и Фреон переоделись в свои суперкостюмы и поехали по ночному городу в DevTech Towers. Они встретились с директором Уинстоном Девором и его сестрой Эвелин. Уинстон был преданным фанатом супергероев, он приветствовал команду в своей башне криком «Я ЛЮБЛЮ СУПЕРГЕРОЕВ, ИХ СИЛУ И ИХ КОСТЮМЫ!» Затем он начал петь мелодию каждого героя.*

В этом задании будут песни супергероев — у каждого из супергероев есть своя песня и сопутствующее действие.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

# ИНСТРУКЦИИ

Дети перемещаются по площадке, действуя как супергерои. Вводите по одной команде за раз. Дайте детям попрактиковаться в течение 15 с, прежде чем изменять или добавлять команды. Поощряйте их пользоваться своим воображением в полную силу!

КОМАНДА	ДЕЙСТВИЕ
Мистер Исключительный ловит плохих парней Пау Пау Пау	Скажите «Пау, пау, пау», имитируя удары в стороны.
Когда шансы на выживание близки к нулю, это Фреооон, Фреооон	Скажите «Фреооон, Фреооон», выполняя вращение на 360 градусов.
А вот Эластика	Скажите «Эластика», касаясь стопы противоположной рукой.
Я люблююююю супергероев	Скажите «Супергерои», стоя на одной ноге и прыгая в небо.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

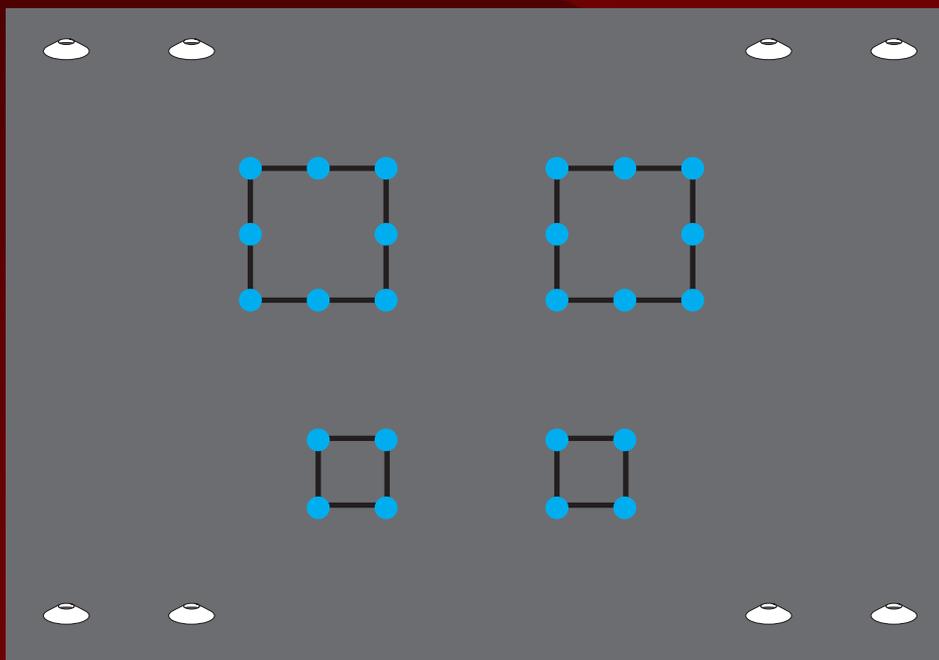
Уинстон предложил план по возвращению супергероев в легальное поле. Эластика была идеальным героем для привлечения внимания публики и решения проблемы с имиджем супергероев. Она нервничала, но была готова принять вызов! Уинстон перевез семью Парров в один из своих огромных домов. Пока Эластика был супергероем, Мистер Исключительный (Боб) оставался дома и присматривал за Фиалкой, Шастиком и Джек-Джеком.

# КОНТЕКСТ

*Эластика улетела с Уинстоном в Нью-Урбем. У нее появился новый Эластицикл, который ей очень хотелось опробовать, но прежде чем мы сможем сделать то же самое, нам нужно создать город.*

# ИНСТРУКЦИИ

1. Дети создают 4 квадрата — это городские здания. Между фигурами должно быть достаточно зазора, чтобы дети могли быстро перемещаться вокруг них и безопасно менять направление.



## КЛЮЧ

- маленькие конусы/здания

# КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА]. СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]

Теперь, когда мы построили Нью-Урбем, пришло время опробовать этот новый байк. Посмотрим, на что он способен!

## ИНСТРУКЦИИ

Дети передвигаются по городу на своих Эластиклах, обходя все здания. Дайте детям попрактиковаться в течение 15 с, прежде чем изменять или добавлять команды. Поощряйте их пользоваться своим воображением в полную силу!

КОМАНДА	ДЕЙСТВИЕ
Прыжки	Перепрыгивайте через здание.
Езда на заднем колесе	Поднимите мяч над землей, бросьте его и остановите подпрыгивание мяча с помощью части своего тела.
Вращение	Крутитесь на месте и продолжайте движение.
Обгон	Разгонитесь и обгоните другого игрока.
Обратный ход	Быстро двигайтесь назад.

## УСЛОЖНЕНИЯ

Раздайте каждому ребенку мяч и повторите действия, описанные выше, позволяя им отработать все движения с мячом.

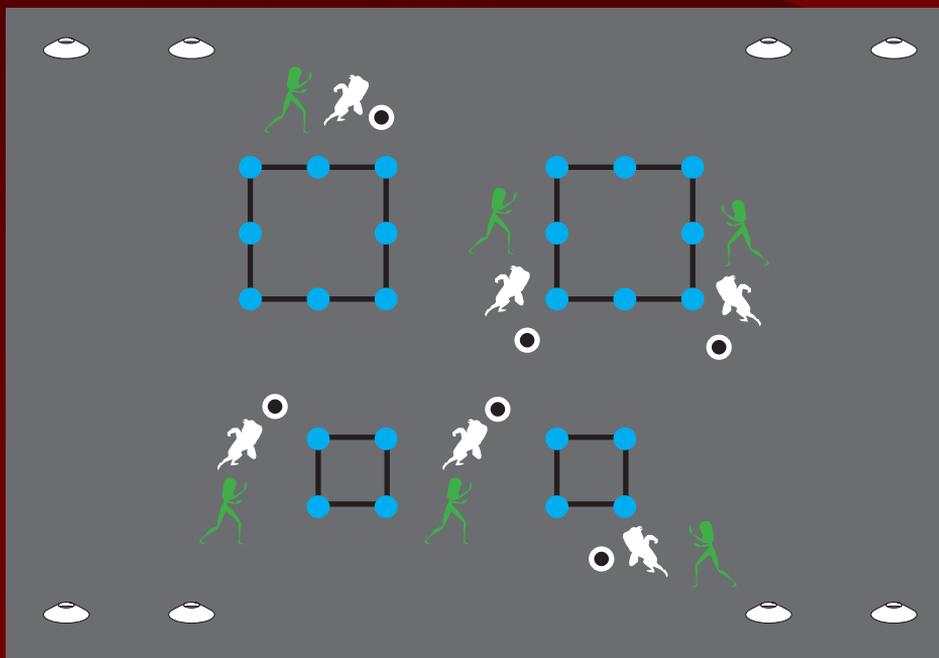
КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]

## ПРИКЛЮЧЕНИЕ

*Эластика на своем байке ждала своей первой миссии. В ее костюме была камера, и все действия записывались. Долго ждать ей не пришлось: пока смотрела открытие нового парящего поезда, что-то пошло не так. Поезд остановился, а потом поехал не в том направлении. Эластика спешит на помощь!*

Сегодня мы собираемся принять участие в мероприятии, где нам нужно будет остановить наш поезд. Быстрее, Эластике нужно остановить этот поезд, пока он не сошел с пути!

## ИНСТРУКЦИИ



### КЛЮЧ

○ мячи  
©Disney/Pixar

● маленькие  
конусы

дети  
(команда 1)

дети  
(команда 2)

# ИНСТРУКЦИИ

1. Дети разбиваются на пары: один — машинист, другой — вагон (оба с мячом).
2. Дети играют в «следуй за лидером», чтобы ознакомиться с местностью. Каждый раз, когда тренер хлопает в ладоши, дети меняются ролями и меняют направление.

А вот и Эластика:

3. Ребенок 1 старается идти впереди ребенка 2, чтобы замедлить поезд, а ребенок 2 движется по городу, меняя направление, постоянно пытаясь уйти от ребенка 1.
4. Ребенок 1 может перепрыгивать через здания, чтобы опередить ребенка 2 (поезд).
5. Дети могут играть с мячом в руках или ногах.
6. Меняйте роли, когда ребенок 1 «останавливает поезд».

# УСЛОЖНЕНИЯ

Дети разбиваются на тройки. Двое детей образуют поезд и следуют друг за другом по рельсам (каждый движется с мячом). Эти двое детей могут меняться ролями и менять направление поезда по своему желанию. Третий ребенок играет Эластику и пытается остановить поезд.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

Эластика остановила поезд! Она побежала через весь поезд к машинисту. На бегу она проверяла, все ли в порядке.

# РАЗМЫШЛЕНИЕ

Прежде чем продолжить, давайте подумаем о нашем сегодняшнем приключении. Сегодня Эластика попробовала что-то новое, и от этого у нее сводило живот от нервов.

ВОПРОС	ОТВЕТ
Что такое нервозность?	Подумайте, разбейтесь на пары и поделитесь мыслями
Из-за чего вы нервничаете?	Дайте детям: 1 минуту, чтобы подумать самим 1 минуту на разговор с партнером
Можете ли вы вспомнить случай, когда вы преодолевали нервозность?	1 минуту, чтобы поделиться идеями всей группой  Повторите для каждого вопроса

## ПОВОРОТНЫЙ МОМЕНТ

*Когда Эластика наконец добралась до водителя, он был сбит с толку и спросил ее, что случилось. На его панели управления появилось сообщение: «С возвращением, Эластика! — Экранотиран».*

- Кто такой Экранотиран?
- Как Экранотиран управлял поездом?
- Создаст ли Экранотиран дополнительные проблемы для Эластики?

Загляните в свой приключенческий паспорт, чтобы узнать ответ.



# ГЛАВА 3

## У ВАС ЕСТЬ СИЛЫ!

### НАШ УЧЕБНЫЙ ПРИОРИТЕТ

#### Жизненные навыки и ценности

Быть храбрыми и  
пробовать что-то новое

#### Основные движения

Различные движения тела  
для развития двигательной  
способности, равновесия,  
координации и скорости.

#### Основы игры в футбол

- Движение с мячом с изменением скорости и направления
- Удар по мячу в сторону цели

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ



Мячи разных размеров (2, 3 и 4)



Накидки



Конусы

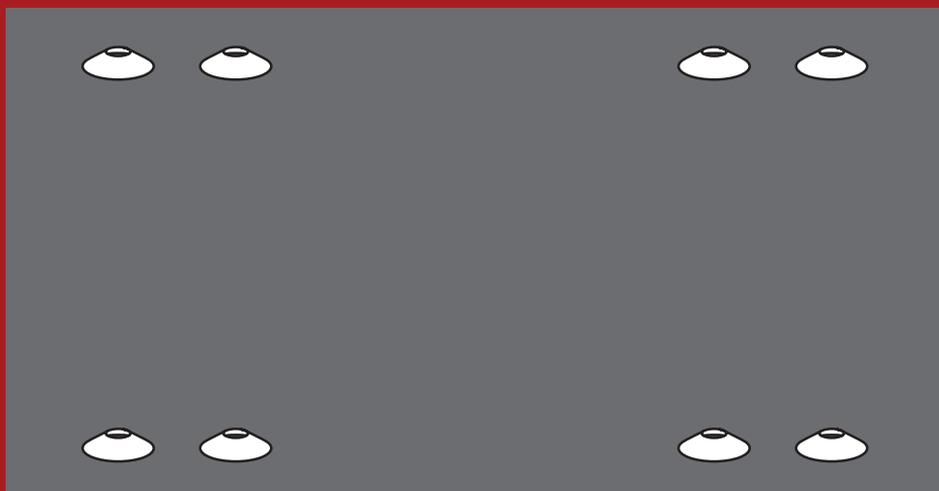


Карточки с персонажами «Суперсемейки 2»

## ОРГАНИЗАЦИЯ/РАССТАНОВКА

Тренер расставляет 4 небольших ворот с помощью 8 конусов (по 2 в каждом углу), чтобы обозначить границы тренировочной зоны. Скорректируйте размер зоны в зависимости от размера вашей группы.

Эту зону можно использовать и до начала занятия — в ней можно приветствовать детей и родителей и приглашать их изучить экипировку и ворота.



# ГЛАВА 3: У ВАС ЕСТЬ СИЛЫ!



## ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствуем вас в (название центра)

Введение тренера

Попросите детей рассказать, что было на прошлом занятии и что они узнали из своих приключенческих паспортов.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Сегодня мы будем:

- ВЕСЕЛИТЬСЯ
- УЧИТЬСЯ новому
- Работать сообща и заводить новых ДРУЗЕЙ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НАЗВАНИЯ ИГРЫ

Сегодня игра называется:

**У ВАС ЕСТЬ СИЛЫ!**

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Джек-Джек смотрел телевизор, когда услышал шум в заднем саду. Это был злоумышленник — енот рылся в их мусорных баках.*

Чтобы оставаться в безопасности во время игры, не забывайте остановиться и прислушаться, когда услышите наше кодовое слово.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## ПЕРСОНАЖИ И КОНТЕКСТ

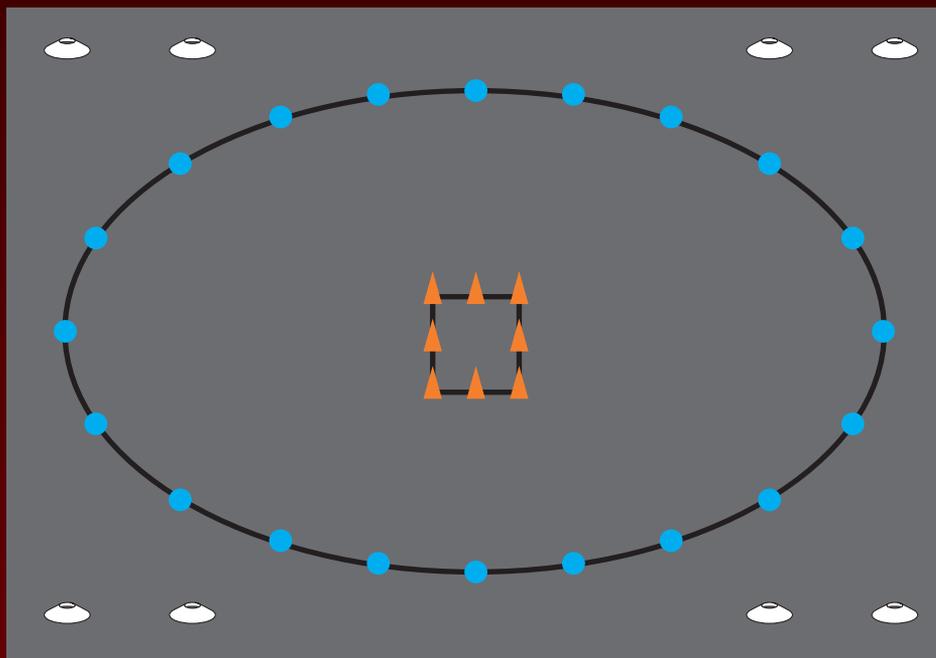
*Джек-Джек прошел прямо через окно в сад; перед ним был енот, пытающийся вытащить мусор из бака. Джек-Джек решил, что его миссия — остановить енота. Мы сделаем то же самое!*

Перед тем как начать играть, наметим форму сада. Он должен быть большим, чтобы мы могли быстро бегать и менять направление!



# ИНСТРУКЦИИ

1. Используйте конусы, чтобы выделить большой овал — это форма сада.
2. Добавьте прямоугольник в центре овала, символизирующий семейный стол для пикника.



## КЛЮЧ

● маленькие конусы/сад

▲ большие конусы/стол для пикника

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

# ИНСТРУКЦИИ

1. Игра в догонялки — дети играют в саду. Выдайте им одну накидку. Остановите игру и объясните, что делать, когда до них дотрагивается ребенок в цветной накидке.
2. Снова начните игру, подождите 20 с, а затем вручите одному ребенку накидку другого цвета.
3. Повторяйте, пока в игре не будут задействованы все цвета.

КОМАНДА	ДЕЙСТВИЕ
Зеленый = Перемещение через объекты	Бег боком или назад по столу для пикника
Красный = Огненный малыш	Быстрый бег на месте x 5 с криком «Ай!»
Белый = Перемещение предметов силой мысли	Побежать к воротам, взять мяч и переместить его к другим воротам с помощью рук или ног
Желтый = Сильный малыш	Примите упор лежа, чтобы другой игрок мог проползти снизу

## УСЛОЖНЕНИЯ

Раздайте всем детям по мячу и повторите игру. Посмотрите, как они пользуются мячом, когда перемещаются по саду.

# КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА]. СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]

## ПРИКЛЮЧЕНИЕ

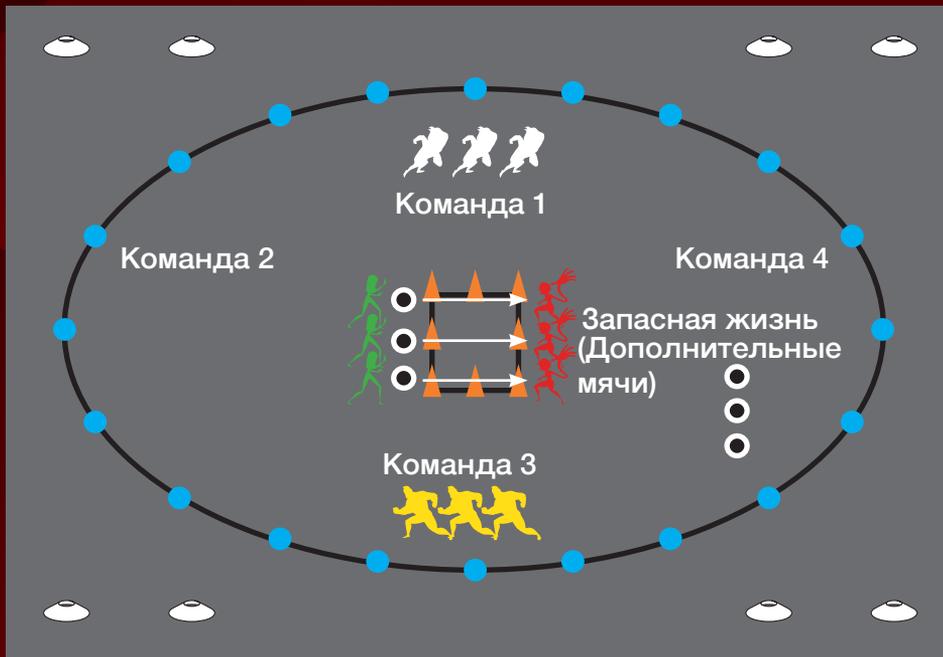
*Мистер Исключительный (Боб) услышал шум и выбежал на улицу. Он не мог поверить своим глазам: у Джек-Джека есть дар! Джек-Джек остановил енота своими лазерными глазами.*

Посмотрим, каково это — иметь лазерные глаза, как у Джек-Джека.

## ИНСТРУКЦИИ

1. Дети разбиваются на 4 пускают, и каждый игрок получает по мячу.
2. Две команды стоят на одном краю сада напротив двух других команд. Команды 1 и 3 работают вместе; команды 2 и 4 работают вместе.
3. В течение 40 с команды 2 и 4 излучают лазерные лучи, перекачивая мячи по земле к игрокам противоположной команды. Они получают 1 очко за каждый лазер, который попадает на другую сторону. Если мяч останавливается на столе, он выбывает из игры. У каждой пары есть одна запасная жизнь (дополнительный мяч), если это необходимо. В конце игры сложите очки. Это цель для команд 1 и 3.
4. Пока команды 2 и 4 пускают лазерные лучи, команды 1 и 3 перемещаются по саду и над столом, пытаясь избежать попадания лазеров (мячей). Они получают по 1 очку каждый раз, когда игрок переходит через стол. Когда время истечет, сложите очки. Это цель для команд 2 и 4.
5. Команды меняются ролями и пытаются достичь целей, установленных другими командами.
6. Повторите игру с разными комбинациями команд.

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

- маленькие конусы/сад
  - мячи
  - ▲ большие конусы/стол для пикника
- 4 команды детей

## УСЛОЖНЕНИЯ

Команды 2 и 4 бьют по мячам (лазеры), перебрасывая их друг другу, а команды 1 и 3 проводят мячи через сад, избегая попадания лазеров. Когда время истекает, первая команда может набрать бонусные очки, чтобы забросить все свои мячи в ворота (мусорные баки семьи).

## КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА]. СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]

*Мистер Исключительный (Боб) был истощен: он почти не спал, и семейная жизнь была непростой. Шастик пришел к нему за помощью с домашним заданием по математике... снова!*

Теперь мы будем перемещаться внутри дома и помогать Шастику с домашним заданием по математике. Наш стол для пикника теперь кухонный стол, а границы сада — стены дома.

## КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА]. СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]

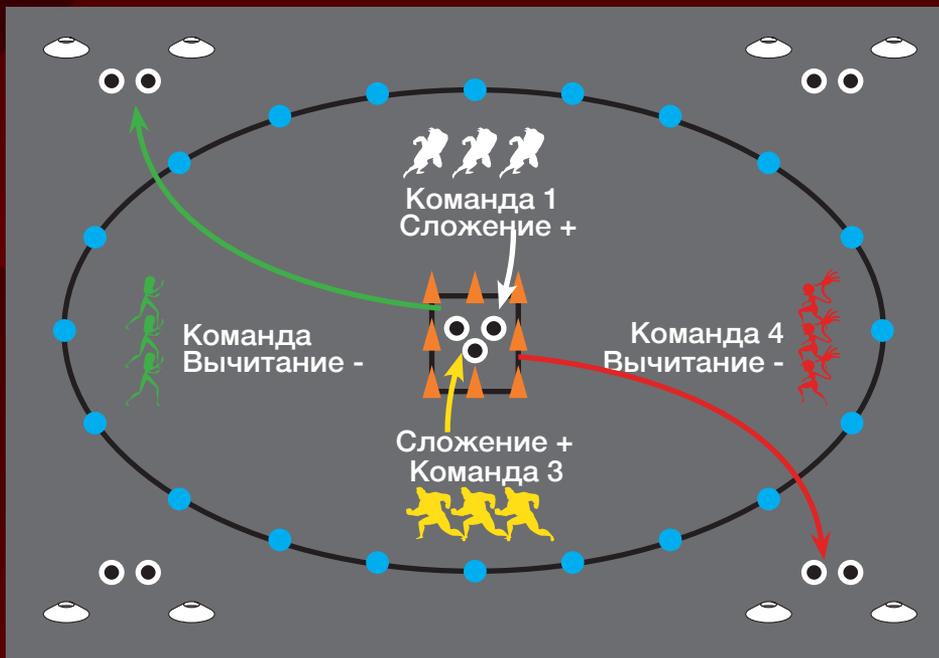
### ИНСТРУКЦИИ

1. Положите половину мячей в ворота, а половину — на кухонные столы.
2. Сохраняя те же команды, что и в предыдущей игре, по команде «Начали!» команды 1 и 3 перемещают мячи из ворот на кухонный стол.
3. Команды 2 и 4 забирают мячи с кухонного стола и помещают их в ворота (разные комнаты в доме).
4. Играйте в течение 1 минуты и поменяйте роли.

### УСЛОЖНЕНИЯ

Дайте каждой команде ворота (комнату в доме). Задача состоит в том, чтобы опустошить вашу комнату, переместив мячи на кухонный стол, и унести другие мячи (не те же самые) в ворота (комнаты) других команд. Играйте в течение 2 минут, затем остановите игру и посчитайте, сколько мячей в воротах каждой команды. Поменяйте команды и сыграйте снова.

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

- маленькие конусы/дом
- ▲ большие конусы/кухонный стол
- мячи
- 2 команды (сложение +)
- 2 команды (вычитание -)

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

# РАЗМЫШЛЕНИЕ

Прежде чем продолжить, давайте подумаем о нашем сегодняшнем приключении. Джек-Джек сражался с енотом в саду, а Шастик усердно работал со своим отцом над домашним заданием по математике. Иногда сложно проявить смелость и попробовать что-то новое.

ВОПРОС	ОТВЕТ
Что значит быть смелой?	Подумайте, разбейтесь на пары и поделитесь мыслями
Что вы чувствуете, когда пробуете что-то новое?	Дайте детям: 1 минуту, чтобы подумать самим 1 минуту на разговор с партнером 1 минуту, чтобы поделиться идеями всей группой
Можете ли вы рассказать о ситуации, когда вы проявили смелость и попробовали что-то новое?	Повторите для каждого вопроса

# ПОВОРОТНЫЙ МОМЕНТ

*Хелен звонит, чтобы узнать, как дела у ее мужа Боба (Мистера Исключительного) и семьи. Хотя Бобу очень тяжело в семейной жизни, он не хочет беспокоить Хелен (Эластику) и говорит ей, что все в порядке, хотя на самом деле это не так.*

- Сможет ли Боб (Мистер Исключительный) присмотреть за всеми детьми?
- Продолжит ли Джек-Джек сражаться с енотом?
- Сможет ли Хелен (Эластика) перестать быть супергероем и вернуться домой, чтобы заботиться о семье?

Загляните в свой приключенческий паспорт, чтобы узнать ответ.



# ГЛАВА 4

## ЭЛАСТИКА И ЭКРАНОТИРАН

### НАШ УЧЕБНЫЙ ПРИОРИТЕТ

**Жизненные навыки  
и ценности**

Принятие решений и  
решение проблем

**Основные движения**

Различные движения тела  
для развития двигательной  
способности, равновесия,  
координации и скорости

**Основы игры в футбол**

- Движение с мячом с изменением скорости и направления
- Движение с мячом в обход границ и/или других игроков
- Дриблинг один на один — атака и защита

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ



Мячи разных размеров (2, 3 и 4)



Накидки



Конусы

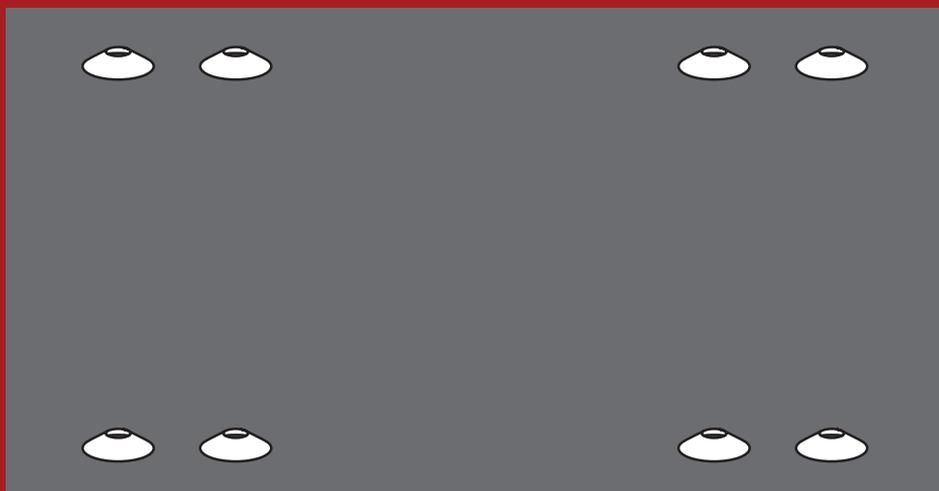


Карточки с персонажами «Суперсемейки 2»

## ОРГАНИЗАЦИЯ/РАССТАНОВКА

Тренер расставляет 4 небольших ворот с помощью 8 конусов (по 2 в каждом углу), чтобы обозначить границы тренировочной зоны. Скорректируйте размер зоны в зависимости от размера вашей группы.

Эту зону можно использовать и до начала занятия — в ней можно приветствовать детей и родителей и приглашать их изучить экипировку и ворота.



# ЭЛАСТИКА И ЭКРАНОТИРАН



## ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствуем вас в (название центра)

Введение тренера

Попросите детей рассказать, что было на прошлом занятии и что они узнали из своих приключенческих паспортов.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Сегодня мы будем:

- ВЕСЕЛИТЬСЯ
- УЧИТЬСЯ новому
- Работать сообща и заводить новых ДРУЗЕЙ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НАЗВАНИЯ ИГРЫ

Сегодня игра называется:

**ЭЛАСТИКА И ЭКРАНОТИРАН**

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Эластика была рада остановить поезд и спасти людей от Экранотирана. Теперь ей нужно поймать Экранотирана, прежде чем он создаст новые проблемы.*

Чтобы оставаться в безопасности во время игры, не забывайте остановиться и прислушаться, когда услышите наше кодовое слово.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## ПЕРСОНАЖИ И КОНТЕКСТ

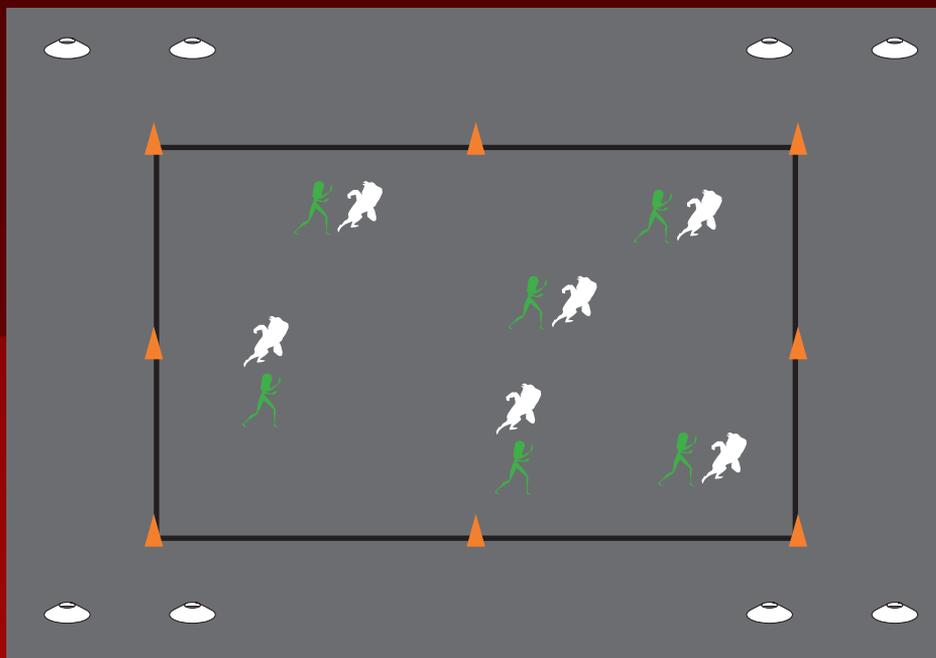
*Вернувшись в Нью-Урбем, Эластика собиралась дать свое первое телеинтервью. Она пришла в телестудию и начала разговаривать с ведущим новостей, но тут он начал вести себя очень странно. Он, как и вся съемочная группа, находился под контролем Экранотирана.*

Теперь мы узнаем, каково это — находиться под контролем Экранотирана.



# ИНСТРУКЦИИ

1. Дети строят телестудию (квадрат).
2. Дети работают парами внутри телестудии: Экранотиран, управляющий Эластикой, и Эластика, управляемая Экранотираном.
3. Дети-Экранотираны делают вид, что контролируют движения своего партнера (Эластики):
  - Дети смотрят друг на друга.
  - Один ребенок (Экранотиран) делает движение, а другой (Эластика) пытается его повторить.
  - Дети меняются ролями — так, чтобы каждый побыл в роли Экранотирана и Эластики.



## КЛЮЧ

- ▲ большие конусы/телестудия



дети

## УСЛОЖНЕНИЯ

У каждого из детей есть мяч, который можно использовать в своих движениях и при копировании движений.

### КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА]. СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]

*Экранотиран сообщил миру, что он захватил вертолет посла. Посол Генриетта Селик — важный человек, принимающий решения в городе Нью-Урбем. Она является сторонницей супергероев и хочет помочь им в борьбе со злом.*

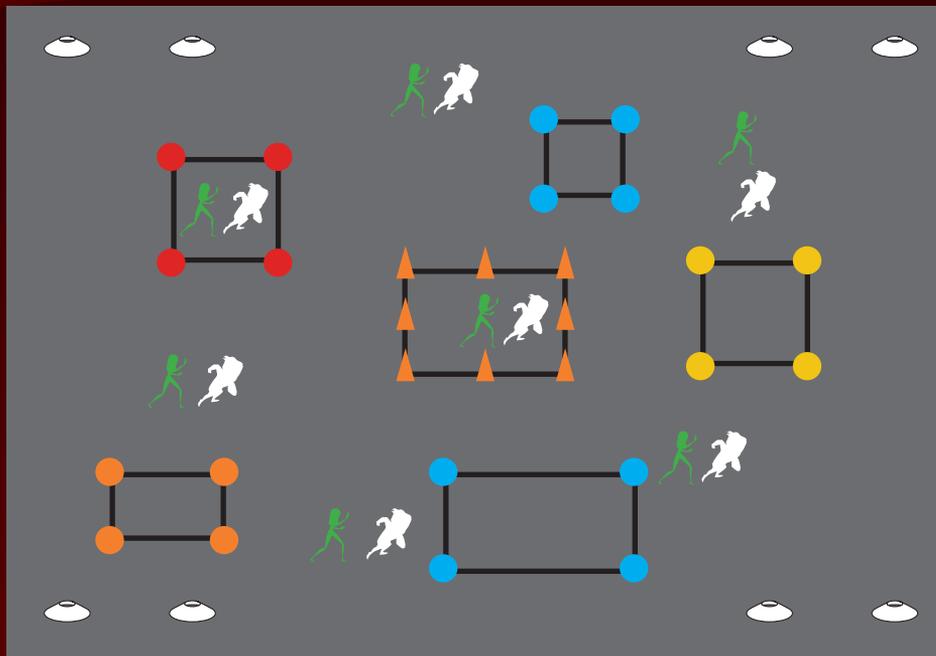
Эластика должна спасти ее! Вы готовы ей помочь?

Чтобы играть, нам нужно построить городские здания.

## ИНСТРУКЦИИ

1. Дети добавляют 5 разноцветных квадратов (конусы разных цветов) вокруг телестудии — это здания города Нью-Урбем.
2. Дети работают парами. Ребенок 1 изображает движущийся по городу вертолет: он должен как можно дольше держаться подальше от спасателей. Ребенок 2 гонится за вертолетом.
3. Спасатель (ребенок 2) пытается дотронуться до руки ребенка 1 (вертолет). Если дотронется — оба ребенка возвращаются в телестудию. Поменяйте партнеров и сыграйте снова. Кто сможет продержаться свой вертолет в полете дольше всех?

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

- ▲ большие конусы/телестудия
- ▲▲ маленькие конусы/городские здания
- 👤 дети

## УСЛОЖНЕНИЯ

Повторите игру, чтобы у каждого ребенка был мяч. Мячи можно перемещать руками или ногами.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

*Эластика спасла посла и отвезла ее в безопасное место!*

# ПРИКЛЮЧЕНИЕ

Люди на улицах празднуют и поддерживают Эластику, но тут маленькая девочка напоминает ей, что Экранотиран все еще жив. Мы попробуем поймать Экранотирана в следующей игре. Сможем ли мы его поймать?

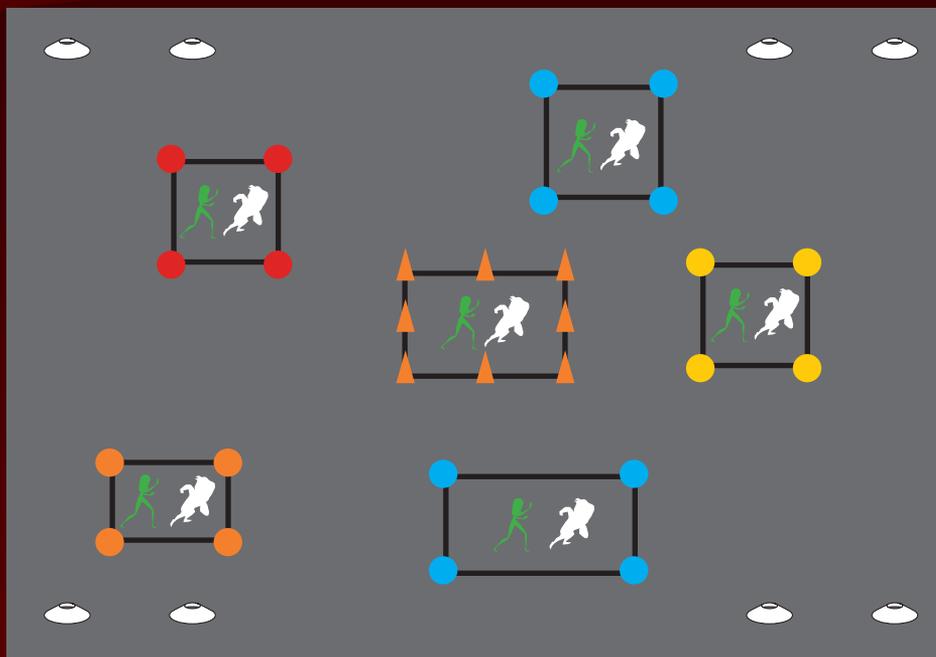
# ИНСТРУКЦИИ

1. У каждого ребенка есть мяч.
2. Каждый ребенок ведет мяч из телестудии в каждое городское здание в поисках Экранотирана.
3. Дети разбиваются на пары и переходят в одно из зданий. В каждом здании должно быть по 1 паре. При необходимости добавьте больше зданий.
4. Дети играют один на один в своем здании. Цель — выбить мяч партнера из здания.
5. После завершения игры дети решают, кто победил, и победитель отправляется в телестудию.
6. Когда несколько пар закончат игру, дети находят новых партнеров, переходят в новое городское здание и играют снова.
7. Кто сможет первым сыграть во всех зданиях?

# УСЛОЖНЕНИЯ

Повторите игру с мячом в парах. Если один из игроков удерживает мяч в течение 5 с, он может покинуть здание и вернуться в телестудию. Игра продолжается, как описано выше.

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

- ▲ большие конусы/телестудия     дети  
● ● ● ● маленькие конусы/городские здания

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

*Эластика победила Экранотирана! Она сняла его гипно-очки; он выглядел смущенным и спросил Эластику, что случилось. Полиция арестовала и увезла его. Эластика была героем, она спасла посла!*

# РАЗМЫШЛЕНИЕ

Прежде чем продолжить, давайте подумаем о нашем сегодняшнем приключении. Эластика принимала решения и решала проблемы, чтобы найти Экранотирана.

ВОПРОС	ОТВЕТ
Что значит принять решение?	Подумайте, разбейтесь на пары и поделитесь мыслями
Что будет, если вы примете неверное решение?	Дайте детям: 1 минуту, чтобы подумать самим 1 минуту на разговор с партнером 1 минуту, чтобы поделиться идеями всей группой
Как вы можете помочь другим в решении проблем?	Повторите для каждого вопроса

## ПОВОРОТНЫЙ МОМЕНТ

*Возвращаемся в дом Суперсемейки. На экране появилась телереклама: любимая машина Мистера Исключительного (Боба) выставлена на продажу! Он был зол, ведь это была его машина. Он схватил пульт дистанционного управления от своей машины и собрался пойти и забрать ее обратно, но Джек-Джек внезапно чихнул и вылетел как ракета через крышу дома!*

- Что будет с Джек-Джеком?
- Как вы думаете, его найдут?

Загляните в свой приключенческий паспорт, чтобы узнать ответ.



# ГЛАВА 5

## ЭДНА МОД

### НАШ УЧЕБНЫЙ ПРИОРИТЕТ

#### Жизненные навыки и ценности

Принятие решений и  
решение проблем

#### Основные движения

Различные движения тела  
для развития двигательной  
способности, равновесия,  
координации и скорости

#### Основы игры в футбол

- Движение с мячом с изменением скорости и направления
- Удар мячом по целям
- Движение с мячом в обход границ и/или других игроков
- Дриблинг один на один — атака и защита

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ



Мячи разных размеров (2, 3 и 4)



Накидки



Конусы

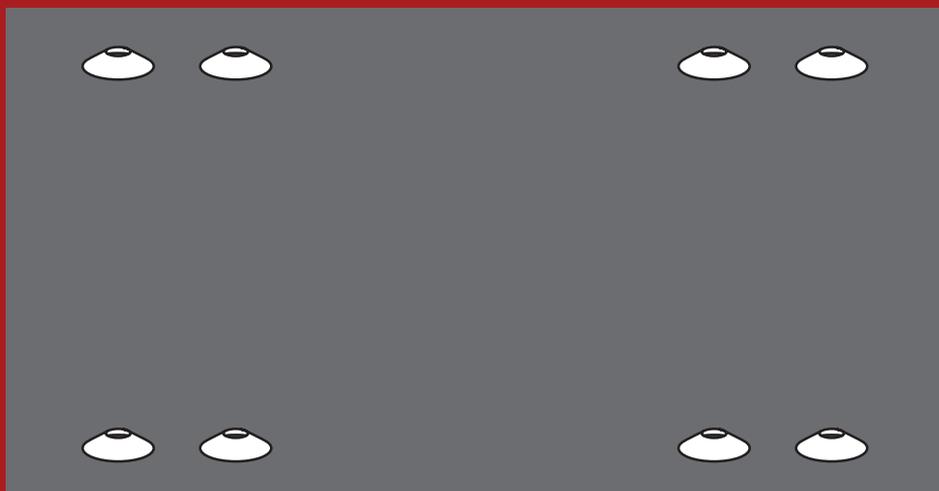


Карточки с персонажами «Суперсемейки 2»

## ОРГАНИЗАЦИЯ/РАССТАНОВКА

Тренер расставляет 4 небольших ворот с помощью 8 конусов (по 2 в каждом углу), чтобы обозначить границы тренировочной зоны. Скорректируйте размер зоны в зависимости от размера вашей группы.

Эту зону можно использовать и до начала занятия — в ней можно приветствовать детей и родителей и приглашать их изучить экипировку и ворота.



# ЭДНА МОД



## ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствуем вас в (название центра)

Введение тренера

Попросите детей рассказать, что было на прошлом занятии и что они узнали из своих приключенческих паспортов.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Сегодня мы будем:

- ВЕСЕЛИТЬСЯ
- УЧИТЬСЯ новому
- Работать сообща и заводить новых ДРУЗЕЙ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НАЗВАНИЯ ИГРЫ

Сегодня игра называется:

# ЭЛАСТИКА И ЭКРАНОТИРАН

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Силы Джек-Джека становятся неконтролируемыми.*

Чтобы оставаться в безопасности во время игры, не забывайте остановиться и прислушаться, когда услышите наше кодовое слово.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Мистер Исключительный (Боб) оставил Фиалку и Шастика с Фреоном и отправился с Джек-Джеком навестить Эдну. Эдна любит искусство и создает суперкостюмы. Ее особняк огромен и полон копий суперкостюмов, которые она создавала на протяжении многих лет. Мистер Исключительный и Джек-Джек прибыли к воротам Эдны, и когда она их увидела, она поприветствовала Мистера Исключительного радостным «Привееееет, дорогуша!»*

Прежде чем играть, давайте построим ворота Эдны, подъездную дорожку и особняк.

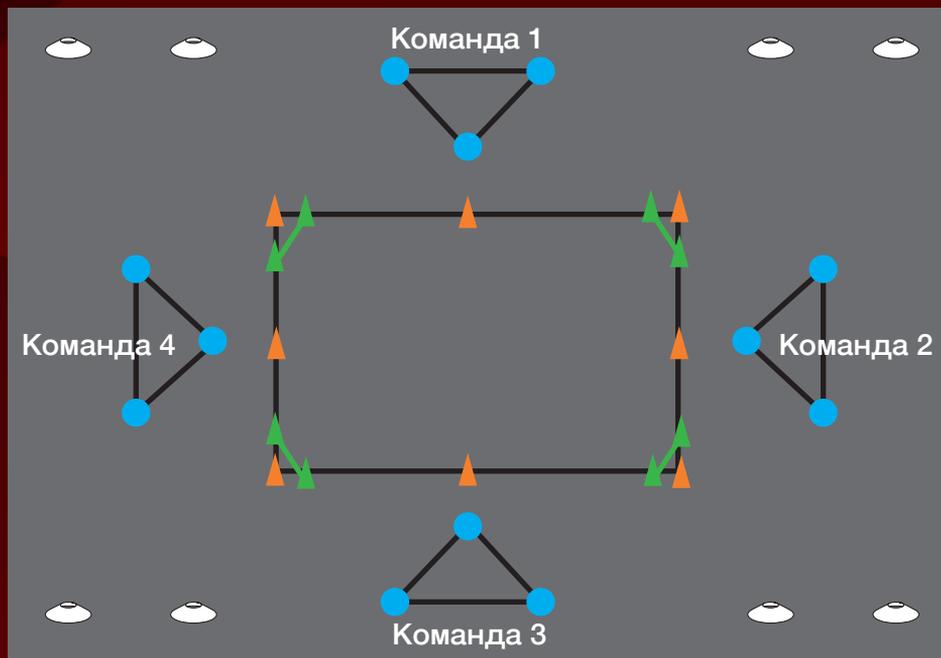


# ИНСТРУКЦИИ

1. Дети вместе выставляют прямоугольник — это особняк Эдны.
2. Добавьте по 2 больших конуса в каждый из четырех углов — это двери в особняк.
3. Дети используют наборы из 3 конусов, чтобы сделать треугольники. С каждой стороны прямоугольника должно быть по одному треугольнику. Это деревья на подъездной дорожке к Эдне.
4. Дети делятся на 4 команды. Каждая команда надевает накидки разных цветов и начинает игру внутри одного из треугольников. По команде «Начали!» 1 член каждой команды забегает внутрь особняка и открывает все 4 двери, крича «Привет, дорогуша!» В то же время другие члены команды мчатся по кругу, посещая все остальные командные базы.
5. Какая команда сможет первой посетить все базы и открыть двери?
6. Поменяйте роли в командах и повторите.



# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

- ▲ большие конусы/особняк Эдны
- ▶ большие конусы/двери
- маленькие конусы

## УСЛОЖНЕНИЯ

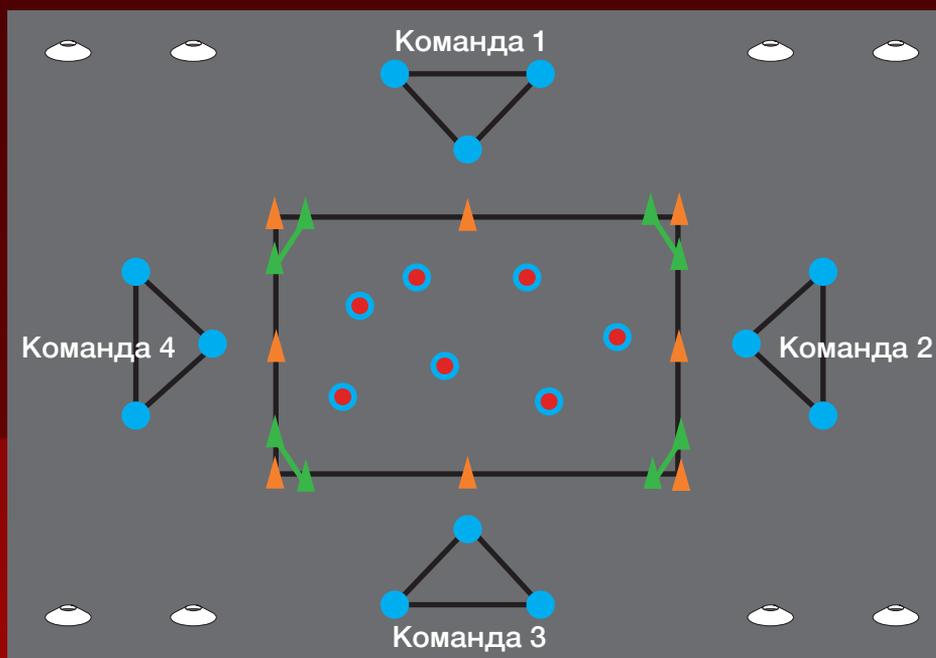
- Повторите игру, чтобы у каждого ребенка был мяч.
- Добавьте догоняющих внутри и снаружи особняка, чтобы усложнить игру.

# ПРИКЛЮЧЕНИЕ

Эдна была удивлена, когда узнала что Мистер Исключительный пришел за суперкостюмом для Джек-Джека, но внезапно Джек-Джек превратился в зеркальное отражение Эдны. Она была заинтригована его способностями.

## ИНСТРУКЦИИ

1. Дети добавляют дополнительные конусы или мячи внутри особняка. Это будут копии суперкостюмов.
2. У всех детей есть мяч, и они могут свободно перемещаться по фигуре. Во время игры представьте команду/действие. Повторите команду несколько раз, прежде чем вводить новую команду.



### КЛЮЧ

- ▲ большие конусы/особняк Эдны
- ▲ большие конусы/двери
- маленькие конусы/командная база (деревья)
- очень маленькие конусы или мячи/суперкостюмы

<b>КОМАНДА</b>	<b>ДЕЙСТВИЕ</b>
Привет, дорогуша!	Ведите мяч к двери, потом отведите мяч назад, чтобы открыть дверь, и скажите «Привет, дорогуша!»
Зеркальное отражение	Найдите партнера и копируйте движения друг друга.
Где малыш?	Как можно быстрее ведите мяч ко всем суперкостюмам.
Суперкостюм	Сделайте 5 быстрых ударов по мячу.
Время уходить	Ускорьтесь в направлении двери и деревьев.

## **УСЛОЖНЕНИЯ**

Дайте детям возможность вести занятие, отдавая команды группе.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**



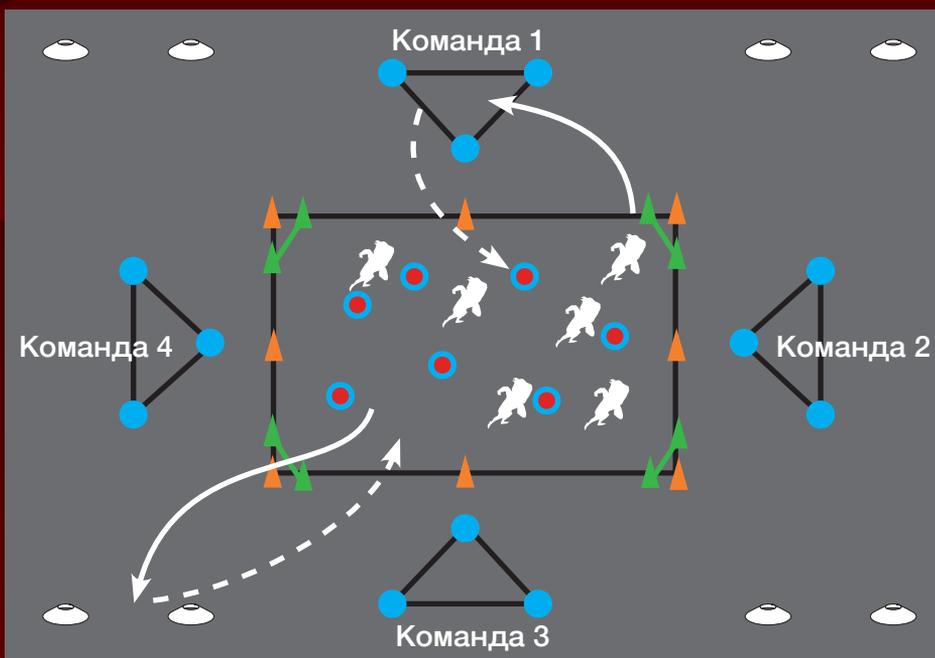
*Эдна согласилась присмотреть за Джек-Джеком на ночь, чтобы Мистер Исключительный мог пойти домой и отдохнуть.*

Прежде чем он уйдет из особняка (мимо всех суперкостюмов, которые придумала Эдна), мы сыграем в игру.

## ИНСТРУКЦИИ

1. Дети работают в своих командах из игры 1, у каждого ребенка есть мяч. Одна команда начинает игру как догоняющие, охраняя выходы из особняка. Остальные 3 команды пытаются покинуть особняк, чтобы вернуться домой.
2. Чтобы покинуть особняк, детям нужно перебить мяч через суперкостюм.
3. Если ребенок обходит догоняющего, он может забить свой мяч в ворота (автомобиль Мистера Исключительного). Это приносит команде 1 очко. Затем он забирает свой мяч и снова входит в дом через дверь без охраны.
4. Если до ребенка дотрагиваются, когда он пытается уйти, он проходит через треугольник деревьев, прежде чем играть снова.
5. Через 2 минуты остановите игру и сложите очки. Поменяйте догоняющих и повторите игру.

# ИНСТРУКЦИИ



## Key

▲ большие конусы/особняк Эдны

▲ большие конусы/двери

● маленькие конусы/  
командная база (деревья)

● очень маленькие конусы  
или мячи/суперкостюмы

🐎 дети

## УСЛОЖНЕНИЯ

- У команды догоняющих нет мячей; они могут войти в игру, выиграв мячи у другой команды.
- У каждой команды есть только один мяч, и она должна попытаться завладеть мячами других команд.

## РАЗМЫШЛЕНИЕ

Прежде чем продолжить, давайте подумаем о нашем сегодняшнем приключении. Боб (мистер Исключительный) пошел навестить Эдну с Джек-Джеком. Он очень устал и хотел, чтобы Эдна помогла ему справиться со сверхспособностями Джек-Джека. Иногда очень сложно попросить о помощи, когда чего-то не понимаешь.

ВОПРОС	ОТВЕТ
Обращались ли вы раньше за помощью или поддержкой?	Подумайте, разбейтесь на пары и поделитесь мыслями
Что вы чувствуете, когда вам помогают?	Дайте детям: 1 минуту, чтобы подумать самим 1 минуту на разговор с партнером 1 минуту, чтобы поделиться идеями всей группой
Что вы чувствуете, когда вы помогаете другим?	Повторите для каждого вопроса

## ПОВОРОТНЫЙ МОМЕНТ

**«ПОКА, ДОРОГУША!»**

Боб (Мистер Исключительный) оставил Джек-Джека с Эдной, чтобы она присмотрела за ним.

- Сможет ли Эдна присмотреть за Джек-Джеком?
- Сможет ли Мистер Исключительный отдохнуть и поспать?
- Сможет ли Эдна помочь Мистеру Исключительному контролировать способности Джек-Джека?

Загляните в свой приключенческий паспорт, чтобы узнать ответ.





# ГЛАВА 6

## СУПЕР-ВЕЧЕРИНКА

### НАШ УЧЕБНЫЙ ПРИОРИТЕТ

#### Жизненные навыки и ценности

Учеба и усердная работа  
для совершенствования  
в чем-либо

#### Основные движения

Различные движения тела  
для развития двигательной  
способности, равновесия,  
координации и скорости

#### Основы игры в футбол

- Движение с мячом с изменением скорости и направления
- Движение с мячом в обход границ и/или других игроков
- Дриблинг один на один — атака и защита

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ



Мячи разных размеров (2, 3 и 4)



Накидки



Конусы

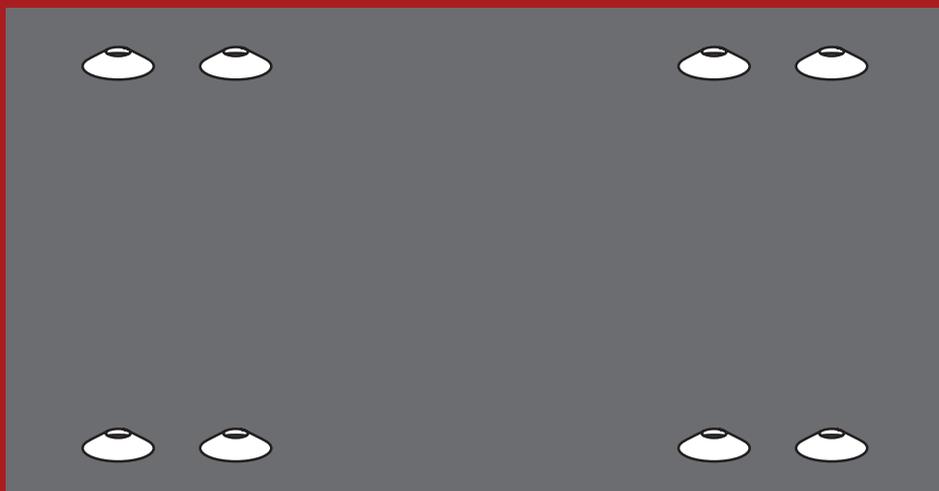


Карточки с персонажами «Суперсемейки 2»

## ОРГАНИЗАЦИЯ/РАССТАНОВКА

Тренер расставляет 4 небольших ворот с помощью 8 конусов (по 2 в каждом углу), чтобы обозначить границы тренировочной зоны. Скорректируйте размер зоны в зависимости от размера вашей группы.

Эту зону можно использовать и до начала занятия — в ней можно приветствовать детей и родителей и приглашать их изучить экипировку и ворота.



# ГЛАВА 6: СУПЕР-ВЕЧЕРИНКА



## ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствуем вас в (название центра)

Введение тренера

Попросите детей рассказать, что было на прошлом занятии и что они узнали из своих приключенческих паспортов.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Сегодня мы будем:

- ВЕСЕЛИТЬСЯ
- УЧИТЬСЯ новому
- Работать сообща и заводить новых ДРУЗЕЙ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НАЗВАНИЯ ИГРЫ

Сегодня игра называется:

**СУПЕР-ВЕЧЕРИНКА**

# ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Эластика была в DevTech Towers с Уинстоном и Эвелин. У них была СУПЕР-вечеринка.*

Сегодня мы собираемся посетить СУПЕР-вечеринку, но чтобы оставаться в безопасности, не забывайте остановиться и прислушаться, когда услышите наше кодовое слово.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

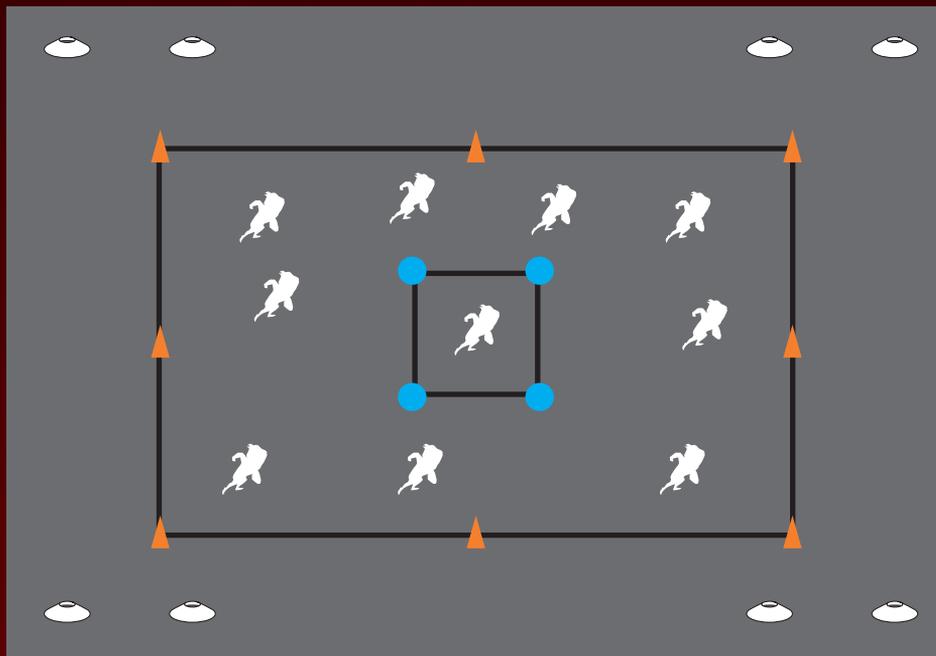
## ПЕРСОНАЖИ И КОНТЕКСТ

*Все праздновали успех Эластики в героическом захвате Экранотирана. На праздник пришли и другие супергерои. Чтобы попасть на вечеринку, нам нужно построить башню.*

## ИНСТРУКЦИИ

1. Используя конусы, дети вместе определяют форму башен DevTech Towers.
2. Дети с помощью конусов создают танцпол в центре фигуры.
3. Дети находятся на вечеринке, но не танцуют на танцполе. Дети меняют свои движения: перепрыгивание, бег трусцой, прыжки и уклонение.
4. Выберите 3 детей, которые будут носить желтые накидки. Это догоняющие. Другие дети, когда до них дотронутся, должны выходить на центральный танцпол и исполнять танцевальное движение, выбранное догоняющими.
5. Повторяйте и сменяйте догоняющих, добавляя каждый раз по 3 новых цветных накидки (3 красных, 3 синих и 3 зеленых), при этом каждая новая группа выбирает новое танцевальное движение.

## ИНСТРУКЦИИ



### КЛЮЧ

▲ большие конусы/  
DevTech Towers

● маленькие конусы/  
танцпол

 дети

## УСЛОЖНЕНИЯ

Дайте каждому ребенку по мячу и повторите игру.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## **ИНСТРУКЦИИ**

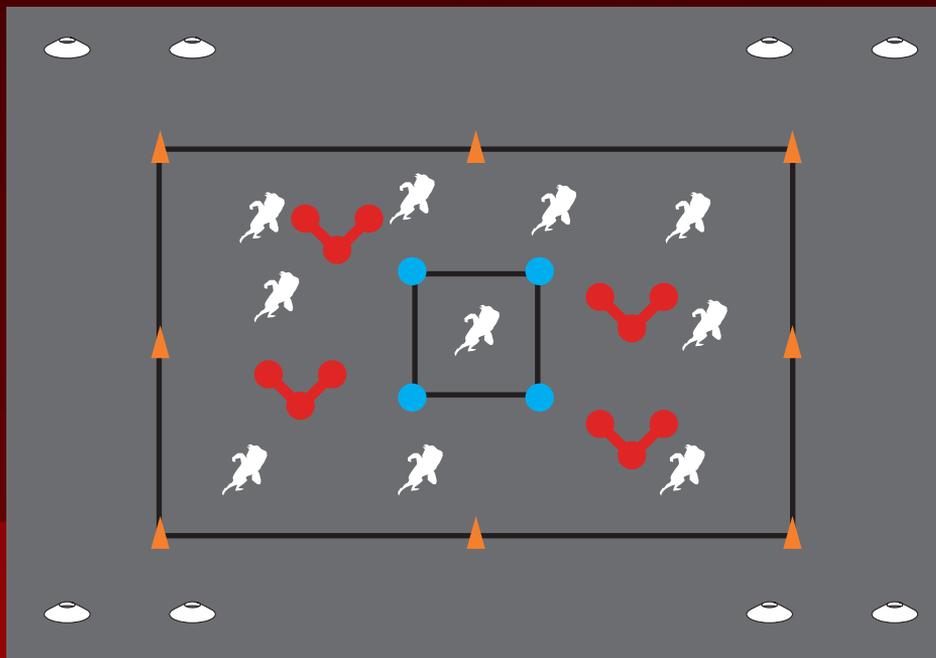
*Героизм Эластики побудил других супергероев выйти из укрытия. У всех них были разные способности: Пустота могла открывать порталы в альтернативные миры, Рефлюкс мог изрыгать лаву, Филлин мог летать и поворачивать голову на 360 градусов, а Кирпич была крепкой как стена.*

Мы изучим разные способности новых супергероев.



# ИНСТРУКЦИИ

1. Еще в DevTech Towers дети выставляют на полу 4 группы по 3 конуса, чтобы получились V-образные формы. Это вихри, которые будут использоваться в следующей игре.
2. Раздайте каждой команде набор цветных накидок.
3. Пока дети двигаются, представьте действие для каждого цвета команды.



## КЛЮЧ

-  большие конусы/башни DevTech       дети
-  маленькие конусы/порталы       маленькие конусы/танцпол

<b>КОМАНДА</b>	<b>ДЕЙСТВИЕ</b>
Желтая накидка = Рефлюкс	Прыгайте в разные стороны, чтобы избежать раскаленной лавы Рефлюкса.
Красная накидка = Кирпич	Возьмитесь за руки и замрите, чтобы получилась кирпичная стена.
Синяя накидка = Пустота	Стойте/прыгайте через порталы, бросая мяч друг другу.
Зеленая накидка = Филин	Облетайте башни DevTech в парах: один ребенок догоняет, а другой — убегает. Поменяйтесь ролями, когда убегающий будет пойман.

## **УСЛОЖНЕНИЯ**

Каждый ребенок выполняет действия с мячом.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**



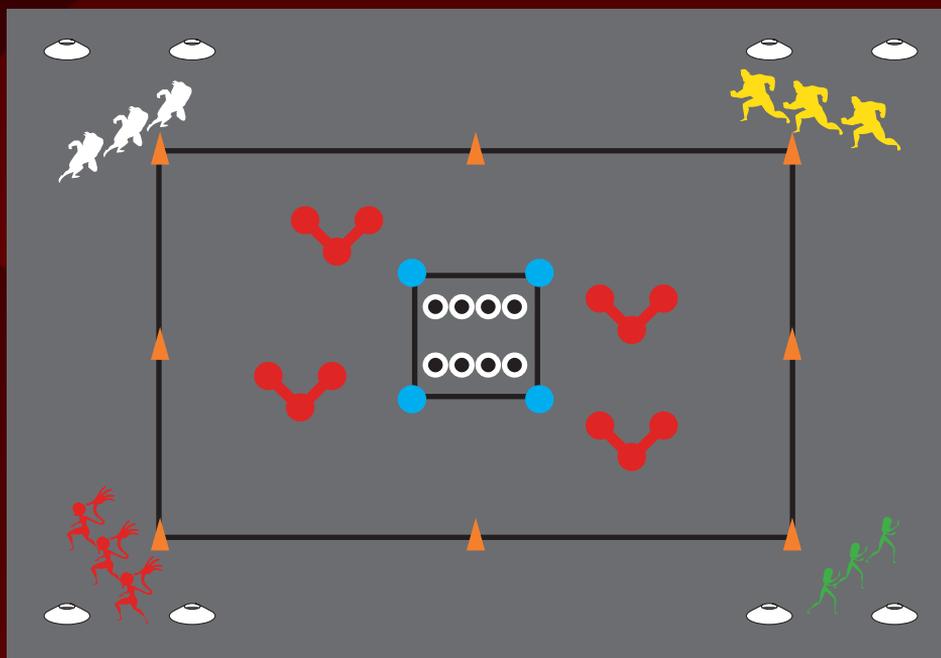
***Эластика и Уинстон выступили с речью на СУПЕР-вечеринке в DevTech Towers и объявили о том, что 100 стран снова согласились вернуть супергероев в легальное поле.***

Чтобы отпраздновать возвращение супергероев в легальное поле, мы сыграем в игру с Рефлюксом, Кирпичом, Пустотой и Филином.

## **ИНСТРУКЦИИ**

1. Каждая команда переходит в угол Devtech Towers. На танцполе остается 8 мячей, а 2 помещаются в ворота каждой команды. Мячи — это грязные стаканы с вечеринки.
2. По команде «Начали!» команды быстро собирают грязные стаканы (мячи) и ставят их в ворота других команд. Для защиты своих ворот команды могут пытаться украсть мячи у других игроков.
3. Если ребенок попал в портал, он находится в безопасности и мяч невозможно украсть.
4. Через 2 минуты остановите игру и подсчитайте количество мячей в воротах каждой команды.
5. Начните игру заново и дайте командам время придумать какую-нибудь тактику. Повторите игру три раза.

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

-  большие конусы/  
башни DevTech Towers
-  маленькие  
конусы/танцпол
-  мячи
-  4 команды
-  маленькие  
конусы/портал

## УСЛОЖНЕНИЯ

Ограничьте движение детей, разрешив им находиться только в определенных зонах DevTech Towers.

# РАЗМЫШЛЕНИЕ

Прежде чем продолжить, давайте подумаем о нашем сегодняшнем приключении. Боб (мистер Исключительный) пошел навестить Эдну с Джек-Джеком. Он очень устал и хотел, чтобы Эдна помогла ему справиться со сверхспособностями Джек-Джека. Иногда очень сложно попросить о помощи, когда чего-то не понимаешь.

## ВОПРОС

Что значит уметь что-то хорошо делать?

Что вы умеете делать хорошо?

Что сегодня хорошо делал кто-то из ваших друзей?  
Можете сказать ему, почему это было хорошо?

## ОТВЕТ

Подумайте, разбейтесь на пары и поделитесь мыслями

Дайте детям:

1 минуту, чтобы подумать самим

1 минуту на разговор с партнером

1 минуту, чтобы поделиться идеями всей группой

Повторите для каждого вопроса

# ПОВОРОТНЫЙ МОМЕНТ

Пока вечеринка продолжалась, Эластика ушла в другую комнату, чтобы посмотреть запись захвата Экранотирана. После просмотра она поняла, что разносчик пиццы не был Экранотираном. В этот самый момент Эвелин сказала: «Смотришь в корень» и надела ей на глаза гипно-очки. Эластика попала под контроль Эвелин! Эвелин — Экранотиран, она использует гипно-очки, чтобы контролировать людей, и у нее есть план, как сделать так, чтобы супергерои оставались вне закона.

- Что будет с Эластикой?
- Она останется под контролем Эвелин (Экранотирана) навсегда?

Загляните в свой приключенческий паспорт, чтобы узнать ответ.



# ГЛАВА 7

## СИЛА ГИПНОЗА

### НАШ УЧЕБНЫЙ ПРИОРИТЕТ

#### Жизненные навыки и ценности

Уважение и доверие

#### Основные движения

Различные движения тела  
для развития двигательной  
способности, равновесия,  
координации и скорости

#### Основы игры в футбол

- Движение с мячом с изменением скорости и направления
- Движение с мячом в обход границ и/или других игроков

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ



Мячи разных размеров (2, 3 и 4)



Накидки



Конусы

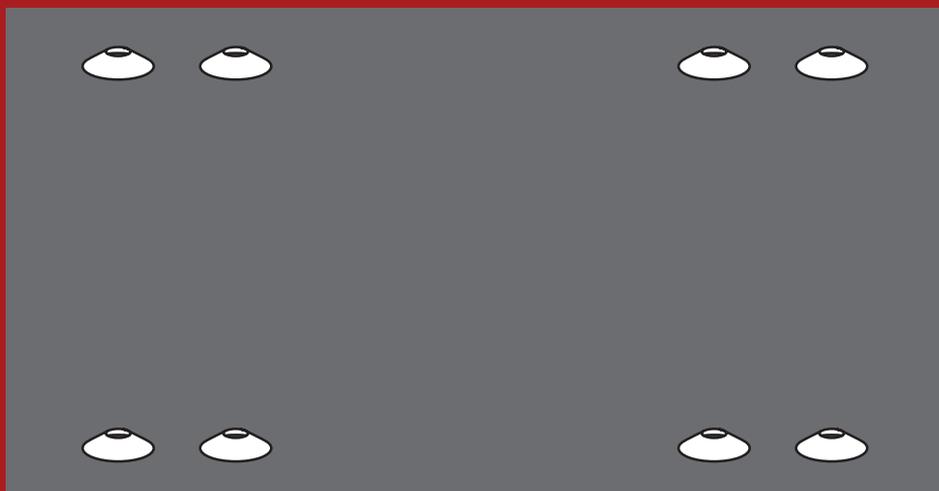


Карточки с персонажами «Суперсемейки 2»

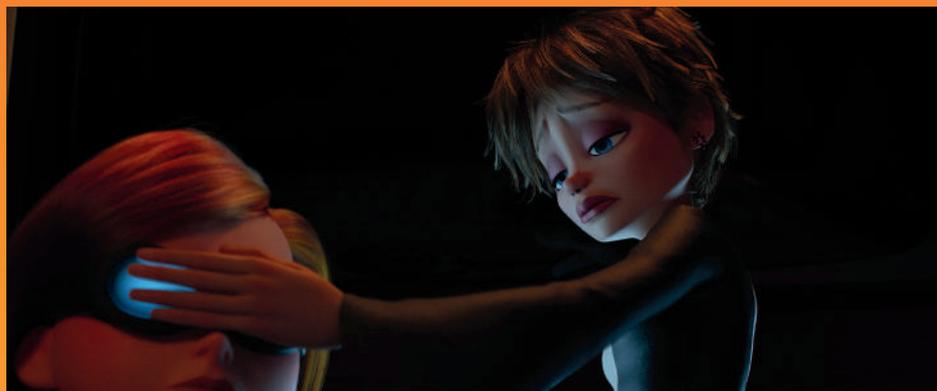
## ОРГАНИЗАЦИЯ/РАССТАНОВКА

Тренер расставляет 4 небольших ворот с помощью 8 конусов (по 2 в каждом углу), чтобы обозначить границы тренировочной зоны. Скорректируйте размер зоны в зависимости от размера вашей группы.

Эту зону можно использовать и до начала занятия — в ней можно приветствовать детей и родителей и приглашать их изучить экипировку и ворота.



# ГЛАВА 7: СИЛА ГИПНОЗА



## ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствуем вас в (название центра)

Введение тренера

Попросите детей рассказать, что было на прошлом занятии и что они узнали из своих приключенческих паспортов.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Сегодня мы будем:

- ВЕСЕЛИТЬСЯ
- УЧИТЬСЯ новому
- Работать сообща и заводить новых ДРУЗЕЙ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НАЗВАНИЯ ИГРЫ

Сегодня игра называется:

**СИЛА ГИПНОЗА**

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Эвелин устроила ловушку: она позвонила Мистеру Исключительному и сказала ему, что Эластика в беде.*

Помните, что работа супергероя опасна, и не забывайте остановиться и прислушаться, когда услышите наше кодовое слово!

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## КОНТЕКСТ

*Перед отъездом Мистер Исключительный позвонил Фреону и попросил его присмотреть за детьми. Фиалка почувствовала, что что-то не так, и одела остальных членов семьи в их суперкостюмы. Шастик схватился за пульт от машины как раз в тот момент, когда зазвонил дверной звонок.*

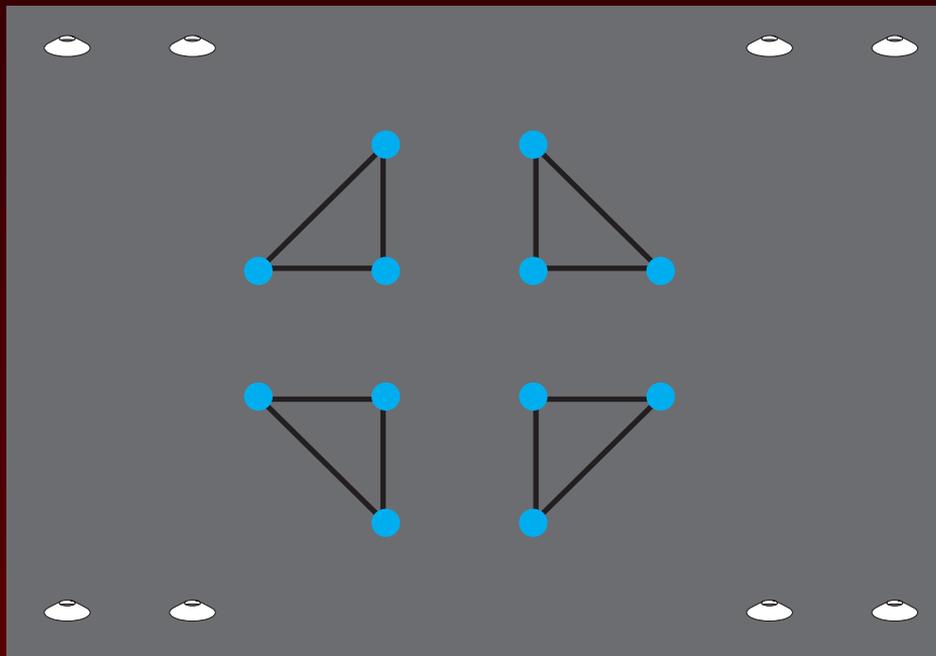
Чтобы играть, нам нужно построить дом Суперсемейки.



## ИНСТРУКЦИИ

1. Дети выставляют на полу 4 комнаты (треугольники). Между ними должны быть большие промежутки, чтобы образовались коридоры.

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

- маленькие конусы/комнаты

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## ПЕРСОНАЖИ

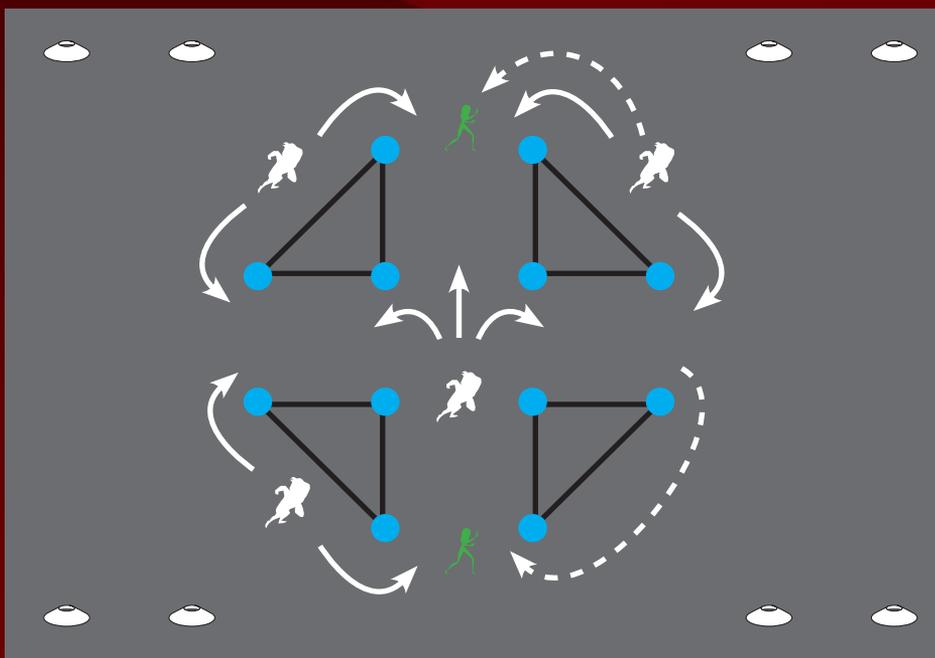
*Фиалка и Шастик испугались, когда раздался звонок в дверь. Они не знали, кто стоял у двери. Шастик выстрелил в дверь, а за ней оказалась группа загипнотизированных супергероев. Когда Пустота (которая была загипнотизирована) пыталась убедить Шастика, что их прислали из DevTech, появился Фреон. Он сказал Шастике вызвать невероятную машину Боба.*

Теперь ваша очередь убежать от загипнотизированных супергероев!

# ИНСТРУКЦИИ

1. Дети перемещаются по дому, не заходя в четыре комнаты.
2. Пока дети играют, раздайте желтые накидки 3 игрокам. Эти дети становятся догоняющими. Когда они дотрагиваются до другого игрока, этот игрок должен выполнить команду.
3. Дайте детям время попрактиковать движение, прежде чем добавить новый цвет/новую команду.

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ

- маленькие конусы/комнаты       дети

<b>КОМАНДА</b>	<b>ДЕЙСТВИЕ</b>
Желтая накидка = Рефлюкс	Убегайте от лавы: пробегите один раз по дому как можно быстрее и продолжайте играть.
Красная накидка = Кирпич	Примите упор лежа и дождитесь, пока кто-нибудь не проползет под вами.
Синяя накидка = Пустота	Войдите в одну из комнат, выпрыгните боком и продолжайте играть.
Зеленая накидка = Филин	Войдите в одну из комнат, повернитесь по кругу и продолжайте играть. (Не забывайте возвращаться в обоих направлениях!)
Без накидки = Фреон	Заморозьте желтую, красную, синюю и зеленую накидки!

## **УСЛОЖНЕНИЯ**

Дайте каждому ребенку по мячу и повторите игру.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**



*Невероятная машина Мистера Исключительного въехала в дверь как раз тогда, когда Пустота надела гипно-очки на Фреона. Дети сбежали на машине и направились к кораблю DevTech, где Эластика и Мистер Исключительный уже попали под контроль Эвелин.*

## ПРИКЛЮЧЕНИЕ

*Фиалка, Шастик и Джек-Джек должны были решить, что делать, чтобы помочь своим родителям. Они знали, что им нужно добраться до корабля DevTech, но как? Они были в машине, а корабль уже вышел в море! Шастик хотелось, чтобы они могли следовать за кораблем, как вдруг машина превратилась в быстроходный катер!*

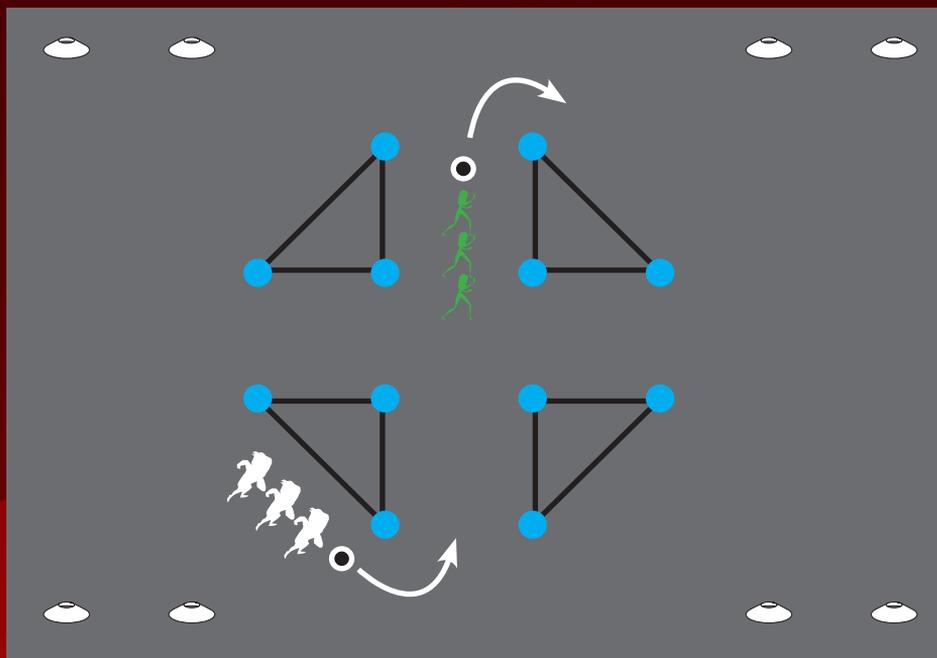
*Когда автомобиль Мистера Исключительного догнал корабль, Шастик крикнул: «Внимание! Пуск!» и все трое супердетей взлетели в небо и приземлились на корабле. Джек-Джек ушел искать маму и папу. Фиалка и Шастик отчаянно искали Джек-Джека, пытаясь избежать загипнотизированных супергероев.*

Комнаты нашего дома, которые мы построили раньше, теперь комнаты на корабле DevTech. Посмотрим, сможем ли мы найти Джек-Джека!

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

# ИНСТРУКЦИИ

1. Каждая команда находит, с какого места начать.
2. Игроки каждой команды путешествуют по морю, следуя за лидером.
3. Каждая команда получает по мячу.
4. Каждый раз, когда команда поворачивает за угол, ребенок сзади бросается вперед и берет мяч.
5. Представьте команды и позвольте детям давать собственные команды своей группе.



## КЛЮЧ

- маленькие конусы/комнаты     команды

<b>КОМАНДА</b>	<b>ДЕЙСТВИЕ</b>
Шастик	Игрок с мячом мчится к воротам и забивает в них мяч. Остальные члены команды продолжают движение к другой цели, чтобы подобрать новый мяч, и тот игрок снова присоединяется к группе.
Джек-Джек	Ребенок сзади бежит вперед и берет мяч по команде.
Фиалка	Лидер пытается защитить мяч от двух загипнотизированных супергероев (игроков другой команды).
Очки	Команда натывается на ворота и прячется.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**



## РАЗМЫШЛЕНИЕ

Прежде чем продолжить, давайте подумаем о нашем сегодняшнем приключении. Когда все взрослые супергерои попали в ловушку Эвелин, Фиалка и Шастик столкнулись с необходимостью принимать множество решений. Фиалка и Шастик должны были работать сообща и доверять друг другу.

ВОПРОС	ОТВЕТ
Что значит доверие?	Подумайте, разбейтесь на пары и поделитесь мыслями
Почему вам можно доверять?	Дайте детям: 1 минуту, чтобы подумать самим 1 минуту на разговор с партнером
Можете ли вы вспомнить случай, когда вы не оправдали чье-то доверие? Как вы себя тогда чувствовали?	1 минуту, чтобы поделиться идеями всей группой  Повторите для каждого вопроса

## ПОВОРОТНЫЙ МОМЕНТ

Между тем, на корабле не только Эластика и Мистер Исключительный попали в беду — полномочный представитель, другие супергерои и могущественные мировые лидеры были на борту корабля и находились под контролем Эвелин!

- Сработает ли коварный план Эвелин?
- Останутся ли супергерои вне закона навсегда?
- Смогут ли дети спасти положение?

Загляните в свой приключенческий паспорт, чтобы узнать ответ.





# ГЛАВА 8

## СУПЕРГЕРОИ ПРОТИВ ЭКРАНОТИРАНА

### НАШ УЧЕБНЫЙ ПРИОРИТЕТ

#### Жизненные навыки и ценности

Ответственность  
и работа над  
достижением цели

#### Основные движения

Различные движения тела  
для развития двигательной  
способности, равновесия,  
координации и скорости

#### Основы игры в футбол

- Движение с мячом с изменением скорости и направления
- Движение с мячом в обход границ и/или других игроков
- Дриблинг один на один — атака и защита

## НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ



Мячи разных размеров (2, 3 и 4)



Накидки



Конусы

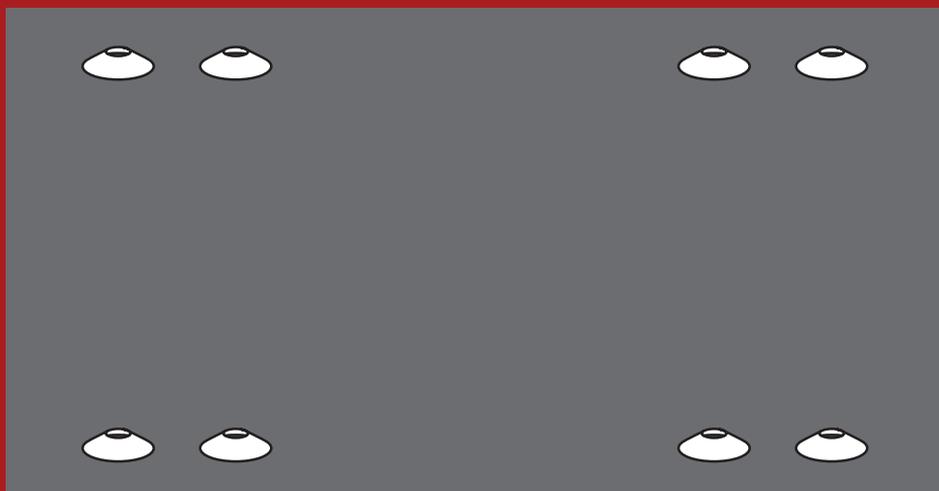


Карточки с персонажами «Суперсемейки 2»

## ОРГАНИЗАЦИЯ/РАССТАНОВКА

Тренер расставляет 4 небольших ворот с помощью 8 конусов (по 2 в каждом углу), чтобы обозначить границы тренировочной зоны. Скорректируйте размер зоны в зависимости от размера вашей группы.

Эту зону можно использовать и до начала занятия — в ней можно приветствовать детей и родителей и приглашать их изучить экипировку и ворота.



# ГЛАВА 8: СУПЕРГЕРОИ ПРОТИВ ЭКРАНОТИРАНА



## ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствуем вас в (название центра)

Введение тренера

Попросите детей рассказать, что было на прошлом занятии и что они узнали из своих приключенческих паспортов.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Сегодня мы будем:

- ВЕСЕЛИТЬСЯ
- УЧИТЬСЯ новому
- Работать сообща и заводить новых ДРУЗЕЙ

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НАЗВАНИЯ ИГРЫ

Сегодня игра называется:

# СУПЕРГЕРОИ ПРОТИВ ЭКРАНОТИРАНА

# ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИСТОРИИ

*Все супергерои находились под контролем Эвелин/Экранотирана, за исключением Фиалки, Шастика и Джек-Джека.*

Чтобы не попасть под гипноз, не забывайте остановиться и прислушаться, когда услышите наше кодовое слово.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## ПЕРСОНАЖИ

*Джек-Джек убежал от Фиалки и Шастика и искал маму и папу, а Фиалка и Шастик отчаянно искали его!*

Дальше нам нужно построить корабль DevTech. Он должен быть достаточно большим, чтобы мы все могли по нему бегать.

## ИНСТРУКЦИИ

1. Дети ставят конусы на пол в форме корабля.
2. Дети следят за тем, чтобы корабль был достаточно большим для всех.





## КОНТЕКСТ

*Джек-Джек нашел Мистера Исключительного, Эластику и Фреона в передней части корабля DevTech, но они все еще были в гипно-очках и находились под контролем Эвелин/Экранотирана. Прибежали Шастик и Фиалка, и Фиалка защитила себя и Джек-Джека силовым полем. Джек-Джек проплыл через силовое поле и снял с Эластики гипно-очки. Она была свободна! Эластика быстро сняла гипно-очки также с глаз Мистера Исключительного и Фреона. Вся семья и Фреон избавились от контроля Эвелин/Экранотирана!*

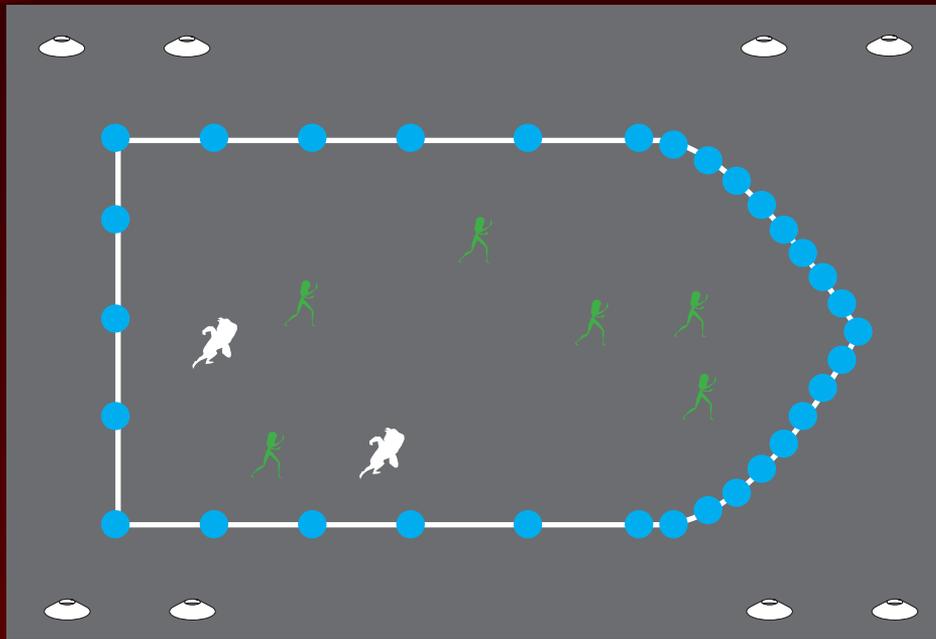


В этом задании мы собираемся притвориться, что снимаем гипно-очки со всех загипнотизированных супергероев, чтобы спасти положение.

## ИНСТРУКЦИИ

1. Двое детей начинают как супергерои без гипно-очков.
2. Все остальные дети заправляют накидки в шорты (это гипно-очки).
3. Дети без накидок пытаются украсть гипно-очки (накидки) у других и уничтожить их, бросив за борт.
4. Если ребенок теряет очки, он продолжает играть и помогает уничтожить других.
5. Играйте, пока все гипно-очки не окажутся за бортом. Повторите игру, начиная с двух других детей без накидок.

# ИНСТРУКЦИИ



## КЛЮЧ



маленькие  
конусы/корабль



супергерои



дети с накидками

## УСЛОЖНЕНИЯ

Вместо накидок дети используют мячи в качестве гипно-очков. Они ведут мячи, а двое незагипнотизированных детей пытаются украсть мячи и выбить их за борт.

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

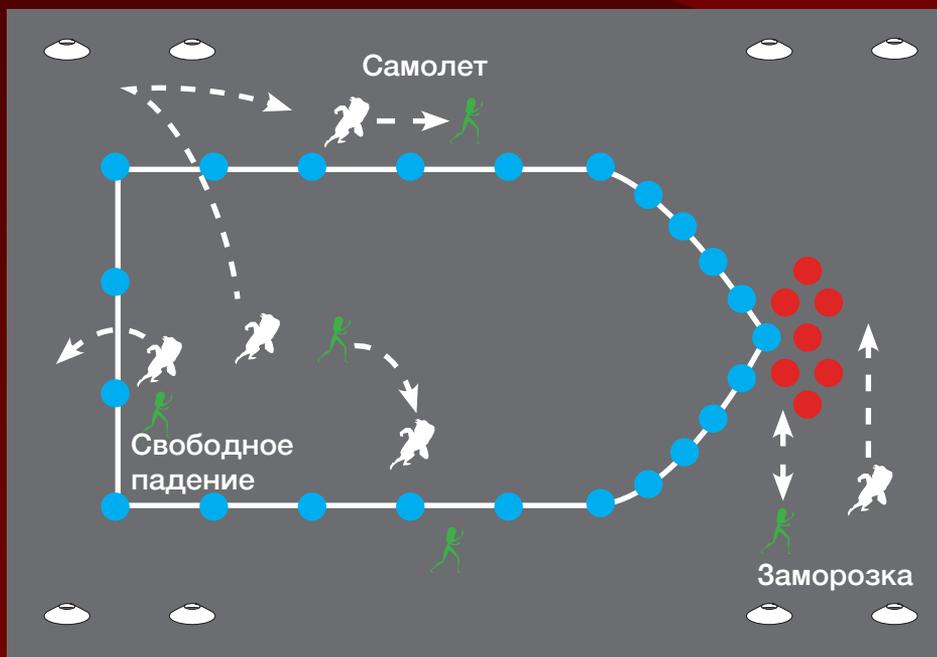
*Вместе супергерои должны объединиться и найти способ захватить Эвелин/Экранотирана и остановить корабль от столкновения с доком, чтобы спасти посла и всех мировых лидеров.*

# ПРИКЛЮЧЕНИЕ

Поскольку все супергерои искали Эвелин, она покинула корабль на самолете. Эластика погналась за ней, а остальные супергерои вместе пытались предотвратить крушение корабля.

## ИНСТРУКЦИИ

1. Добавьте несколько конусов перед кораблем и в 4 ворот.
2. Дети разбиваются на пары: один — №1, другой — №2.
3. Представляйте команды поочередно. Дайте детям время попрактиковаться, прежде чем повторять/добавлять новую команду.



### КЛЮЧ

● маленькие конусы/корабль     команда 1     команда 2

<b>КОМАНДА</b>	<b>ДЕЙСТВИЕ</b>
Самолет	Сыграйте в догонялки один на один вне корабля и над ним — сколько времени №1 сможет продержаться на расстоянии от №2?
Заморозка	№2 переносит лед (= конусы) к носу корабля, №1 возвращает его к воротам.
Якорь	<p>№1 прыгает за борт, №2 тянет его обратно на борт.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>С мячами: №1 выбрасывает якорь (= мяч) за борт, №2 возвращает его.</li> </ul>
Свободное падение	<p>№1 и №2 ложатся на живот и держат руки и ноги в воздухе в течение 5 с.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>С мячами: то же положение с мячом в руках и в воздухе.</li> </ul>
Движение	<p>№1 и №2 соревнуются, кто сможет дотронуться до большего количества целей за 30 с.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>С мячами: кто сможет забить больше голов за 30 с?</li> </ul>

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## УСЛОЖНЕНИЯ

- Повторите игру, поменяв 1 и 2 ролями
- Повторите игру с новым партнером
- Повторите игру с мячом у каждого ребенка

**КОГДА Я ГОВОРЮ СУПЕР, ВЫ ГОВОРИТЕ [СИЛА].  
СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА] СУПЕР [СИЛА]**

## РАЗМЫШЛЕНИЕ

Прежде чем продолжить, давайте подумаем о нашем сегодняшнем приключении. После того как все гипно-очки были выброшены за борт или уничтожены, супергерои смогли остановить коварный план Экранотирана и Эвелин, что и было их целью.

Супергерои продемонстрировали большую ответственность, добившись цели остановить Эвелин/Экранотирана.

ВОПРОС	ОТВЕТ
Что такое ответственность?	Подумайте, разбейтесь на пары и поделитесь мыслями
Можете ли вы вспомнить, когда вы демонстрировали ответственность и добивались успеха?	Дайте детям: 1 минуту, чтобы подумать самим 1 минуту на разговор с партнером
Что вы чувствуете, когда берете на себя ответственность за решение задачи или достижение цели?	1 минуту, чтобы поделиться идеями всей группой  Повторите для каждого вопроса



## ПОВОРОТНЫЙ МОМЕНТ

Все супергерои вместе старались не дать кораблю врезаться в док. Эвелин арестовали, ее увезла полиция. А самое главное — все супергерои были приглашены в мэрию, и в конце концов супергерои перестали быть вне закона.

- Будет ли у Суперсемейки время отдохнуть после того, как Экранотиран остановлен и Эвелин арестована?
- Научится ли Джек-Джек контролировать свои способности?
- Сможет ли Суперсемейка и дальше сообща сражаться со злодеями?

Загляните в свой приключенческий паспорт, чтобы узнать ответ.





# МИСТЕР ИСКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ БОБ ПАРР



# СИЛЫ И СПОСОБНОСТИ

## СВЕРХЧЕЛОВЕЧЕСКАЯ СИЛА

Боб очень сильный — он может поднять 4 двухэтажных автобуса.

## СВЕРХЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ПРЫЖОК

Его сильные ноги позволяют ему перепрыгивать через огромные здания.

## ПОВЫШЕННАЯ ДОЛГОВЕЧНОСТЬ

Для Мистера Исключительного не проблема пробиться сквозь кирпичные стены и пережить сильнейшее поражение электрическим током.

## ЭКСПЕРТ-СТРАТЕГ

Как опытный супергерой, Боб быстро находит разные способы борьбы с коварными противниками.

# ЭЛАСТИКА ХЕЛЕН ПАРР



# СИЛЫ И СПОСОБНОСТИ

## ГИБКОСТЬ

Благодаря своей гибкости она может растягиваться до невероятной длины и запускать предметы.

## ПЕРЕПРЫГИВАНИЕ

Она может прыгать как пружина на большие расстояния.

## ИЗМЕНЕНИЕ ФОРМЫ

Благодаря своей гибкости она может принимать разные формы, в том числе форму парашюта!

## ИЗМЕНЕНИЕ ПЛОТНОСТИ

Эластика всегда остается спокойной под давлением, что делает ее идеальным супергероем, чтобы возглавить кампанию Уинстона по возвращению супергероев в легальное поле.

# ФИАЛКА ФИАЛКА ПАРР



# СИЛЫ И СПОСОБНОСТИ

## НЕВИДИМОСТЬ

У Фиалки обладает способностью становиться невидимой.

## СИЛОВОЕ ПОЛЕ

Она может создавать вокруг себя и своей семьи почти неразрушимое силовое поле с фиолетовым оттенком.

## ПАРЕНИЕ

Если Фиалка не касается земли, создавая мощный пузырь, она будет парить в нем.

## ИНТЕЛЛЕКТ

Она умна и демонстрирует любознательность и адаптивность в отношении себя, своих способностей и мира вокруг нее.

# ШАСТИК ШАСТИК ПАРР



# **СИЛЫ И СПОСОБНОСТИ**

## **СВЕРХЧЕЛОВЕЧЕСКАЯ СКОРОСТЬ**

Основная суперсила Шастика — его поразительная скорость, что также позволяет ему бегать по воде.

## **СВЕРХЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ РЕФЛЕКСЫ**

Чрезвычайно быстрый ум и скорость реакции позволяют Шастикку выходить из самых сложных ситуаций.

## **ПОВЫШЕННАЯ МАНЕВРЕННОСТЬ**

Шастик может менять направление во время бега с невероятной скоростью.

## **ДУХ СОПЕРНИЧЕСТВА**

Шастик полон духа приключений и соперничества.

# ДЖЕК-ДЖЕК



# СИЛЫ И СПОСОБНОСТИ

## ИЗМЕНЕНИЕ ТЕЛА

Джек-Джек может манипулировать своим телом для достижения множества эффектов, включая превращение в дым, металл, воду и огонь.

## ПОЛЗАНИЕ ПО СТЕНАМ

Он может цепляться за любую поверхность и лазить по ней.

## ЛАЗЕРНЫЕ ГЛАЗА

Джек-Джек может стрелять мощными лазерами прямо из своих глаз.

## ПРОСТРАНСТВЕННЫЙ ПРЫЖОК

Он может путешествовать по разным измерениям.

# ФРЕОН

## ЛЮЦИУС БЕСТ



# СИЛЫ И СПОСОБНОСТИ

## КОНТРОЛИРУЕТ ЛЕД

Может пускать лед из кончиков пальцев.

## ДВИЖЕНИЕ ПО ЛЬДУ

Он может быстро перемещаться по льду, который создает, с невероятной скоростью и ловкостью.

## СПЕЦИАЛЬНЫЕ БОТИНКИ

Его ботинки превращаются в коньки, лыжи или круглый сноуборд.

## СПЕЦИАЛЬНЫЕ ОЧКИ

Он носит специальные очки, чтобы защитить глаза от снежной слепоты и лучше скрыть свою тайную личность Люциуса Беста.

# ЭДНА МОД

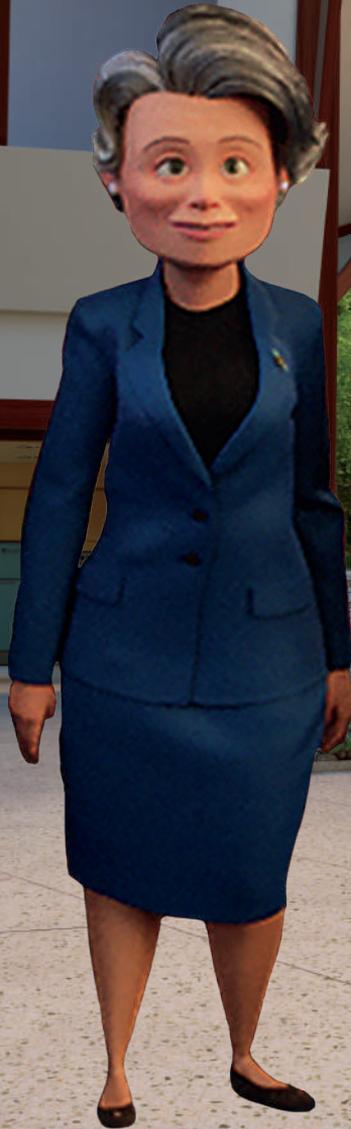


# ХАРАКТЕР И СПОСОБНОСТИ

Несмотря на свой рост, Эдна Мод — главный сторонник супергероев в мире высокой моды. Эдна — легенда, мечтатель и настоящая модница, дорогуша!

Когда Боб и малыш Джек-Джек приходят в дом Эдны, Эдна открывает в себе любовь к полиморфам и радуется новому творческому вызову.

# ПОСОЛ ГЕНРИЕТТА СЕЛИК



# ХАРАКТЕР И СПОСОБНОСТИ

Посол Генриетта Селик — влиятельный сторонник супергероев. Она хочет, чтобы супергерои перестали быть вне закона и могли бороться со злом и защищать город Нью-Урбем.

# УИНСТОН ДЕВОР И ЭВЕЛИН ДЕВОР



# ХАРАКТЕР И СПОСОБНОСТИ

## УИНСТОН ДЕВОР

Это очень богатый, умный и учтивый бизнесмен.

Уинстон — мегапоклонник супергероев. Он любит власть, костюмы и мифические битвы.

Он полон решимости изменить общественное мнение и вернуть супергероям былую славу.

## ЭВЕЛИН ДЕВОР

Эвелин — гений в телекоммуникационной компании своего старшего брата. Она блестяще решает проблемы и любит возиться с технологиями, особенно с оптикой.

Эвелин кажется доброй и заботливой, пока Эластика не раскрывает ее истинное намерение — навсегда лишить мир супергероев.

# ЭКРАНОТИРАН И ПОДРЫВАШКЕР



# ХАРАКТЕР И СПОСОБНОСТИ

## ЭКРАНОТИРАН

Экранотирани проецирует мощные гипнотические световые узоры на экраны любого типа, чтобы гипнотизировать жертв и брать их под свой контроль.

Экранотирани устраивает три громких общественных события (парящий поезд, погоня на вертолетах, гидролайнер), а Эластика должна определить, какое из них увеличит ее популярность.

Позже выясняется, что он был обычным доставщиком пиццы, которым управляла Эвелин Девор.

## ПОДРЫВАШКЕР

Жадный злодей, который надеется проложить туннель через город, чтобы украсть деньги у всех из-под носа.

Учитывая разрушительный замысел, который он использовал для выполнения своей миссии, для его остановки потребуется супергерой (или пять).

# ФИЛИН, КИРПИЧ, РЕФЛЮКС И ПУСТОТА



# ХАРАКТЕР И СПОСОБНОСТИ

## ФИЛИН

У него большие совиные глаза и голова вращается на 360 градусов. Он может летать с помощью крыльев, сделанных им для завершения своего образа, но его настоящая сила — пронзительный визг, от которого бьются стекла.

## КИРПИЧ

Кирпич — суперсильная героиня с мегамускулами и бесстрашным духом, соответствующим ее сильному имени.

## РЕФЛЮКС

Рефлюкс — один из главных начинающих супергероев, который обладает пугающей сверхспособностью извергать горячую лаву, что помогает ему проникать в самые защищенные места.

## ПУСТОТА

Пустота — юная начинающая супергероиня и мегафанатка Эластики. Ее суперсила — в способности отводить и искажать объекты вокруг себя, создавая пустоты, которые позволяют этим объектам появляться и исчезать.