



# **ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ ВОЗМОЖНОСТИ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ПРОЖИВАНИЯ**

**Лапина Светлана Валерьевна – руководитель музыкального  
кружка ЦСПИ**

**Санкт-Петербург  
2024 год**

## Основные требования к организации досуга

- **доступность: физическая доступность и доступность материалов**
- **содержательная доступность**
- **ценовая доступность**
- **учет индивидуальных особенностей.**
- **предсказуемость**
- **соответствие возрасту**
- **занимательность**



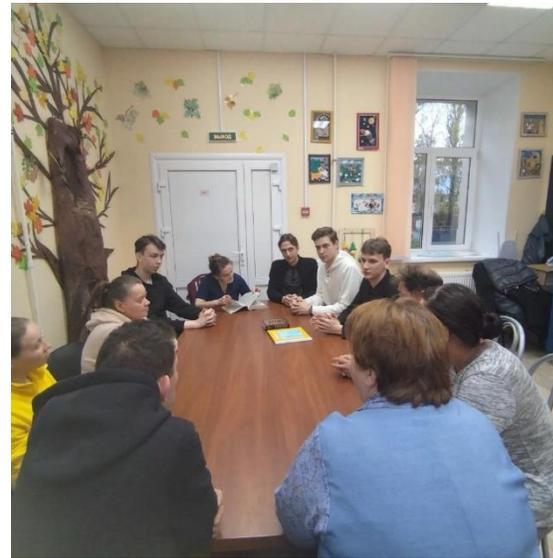
## Условия успешной организации досуга:

- **подготовительная работа (обсуждение, знакомство по фото и видео материалам, подготовка реквизита).**
- **четкая организация (план, сценарий досугового мероприятия).**
- **привлечение специалистов (руководитель музыки, танцев, тренер и т.д.).**
- **наличие подготовленных сопровождающих.**



## Виды досуговой деятельности

- Спорт или разнообразная физическая активность
- Художественная деятельность (живопись, рисование, литературное творчество). Поделки (вышивание, вязание, плетение различных изделий и другое ручное творчество).
- Музыкальное творчество (пение, разучивание стихов, песен, танцев, театральные постановки, викторины)
- Посещение музеев, театров, галерей, экскурсии.
- Развлечения (просмотр телепередач, фильмов, чтение литературы, прослушивание радиопередач.
- Общение с другими людьми (телефонные разговоры, написание писем, приглашений, организация и посещение вечеров и других развлекательных мероприятий).



## Формы досуга

### **По степени активности**

- **пассивный**, основная функция пассивного отдыха - релаксация (уменьшение напряжения, расслабление)
- **активный** отдых, в отличие от пассивного, предполагает не исключение нагрузок на организм, а их перераспределение между различными системами органов, основанное на смене видов деятельности.

### **По содержанию**

- общение
- спортивно-оздоровительная деятельность (подвижные игры и отдых на природе)
- развлекательная деятельность (прогулки, просмотр телепередач, слушание музыки, посещение дискотек и т.п.)
- интеллектуально-познавательная деятельность активного характера (чтение, занятие в кружках и т.п.)
- художественное, техническое, естественно-научное и т.п. творчество
- любительская деятельность прикладного характера (шитьё, вязание, фотодело и т.п.)
- общественно активная деятельность (деятельность в рамках общественных движений, объединений, организаций, взаимопомощь)

## Занятия в Центре спорта



## Занятия по медитации



## Посещение музеев



## Пик ник



## Формы досуга:

### По месту проведения

#### Отдых дома:

- настольные игры • просмотр телевизора
- творческие занятия (рисование, лепка, аппликация) • просмотр печатных изданий
- прослушивание музыки • прием гостей

**Выход в город:** • поход в гости • посещение общественных досуговых мест (кафе, театр, кинотеатр, концертный зал, музей, дискотека, клуб) • прогулка (по городу, в парке, во дворе)

**Выезд за город:** • туристические походы  
• лыжная/велосипедная прогулка • пикник.

## Рукоделие



Городские мероприятия



Совместные праздники



Настольные игры



Посещение кинотеатров



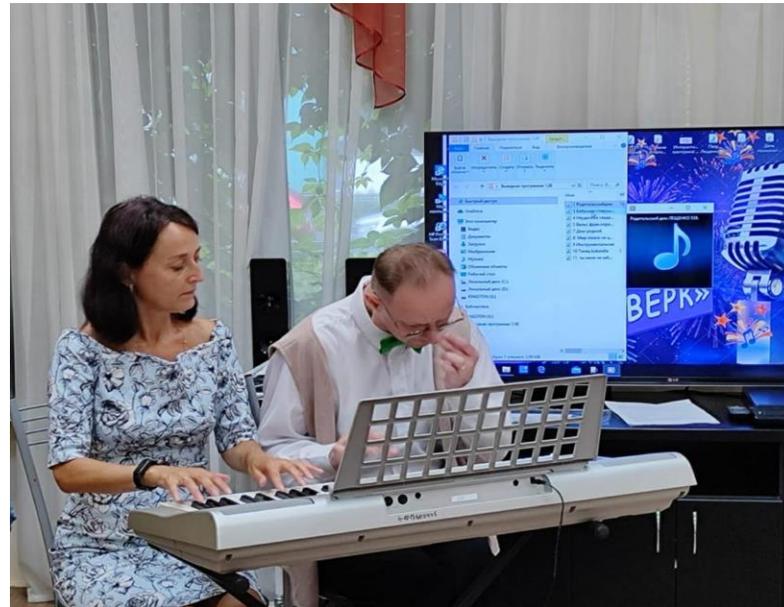
# Музыкальная гостиная

(Занятия, выступления)



Санкт-Петербург

# Музыкальная гостиная (Занятия, выступления)



# Группа Фейерверк



Санкт-Петербург

# Группа Фейерверк

## Гастроли:

- ЦСРИДИ Невского района
- КЦСОН Выборгского района
- Инклюзивный фестиваль «В унисон» во Дворце молодежи
- Международный конкурс фестиваль искусств «На Олимпе» при министерстве культуры г. Москвы.



**Спасибо за внимание !!!!**



Санкт-Петербург