

**ТОГБУК «Научно-методический центр народного творчества и досуга»**

## **«А в сердце молодость живет»**

*(опыт работы клуба выходного дня «Оптимисты»  
МБУК «ЦДМ «Октябрь» г. Мичуринска)*



**Тамбов 2026 г.**

Жизнь после выхода на пенсию нередко сравнивают с началом «второго дыхания», когда наконец появляется время для себя, своих увлечений и поиска новых единомышленников. Клуб выходного дня «Оптимисты» стал тем самым местом силы, где возраст измеряется не цифрами в паспорте, а блеском в глазах и искренним желанием попробовать что-то новое, объединяя в своих рядах активных пенсионеров и творческих личностей. В клубе ведется работа по привлечению граждан старшего поколения, а также всех желающих к активному образу жизни, формируя у членов клуба интересный, творческий досуг.

Дата рождения клуба «Оптимисты» принято считать март 2019 г. Работает клуб на базе МБУК «ЦДМ «Октябрь» г. Мичуринска.

Главной особенностью этого объединения является теплая, дружеская обстановка, встречи в котором становятся прекрасной возможностью для новых знакомств, приятного общения и интересного времяпрепровождения. Каждое заседание, как встреча добрых друзей, каждая экскурсия, как новое дыхание, а каждое проведенное мероприятие — это яркая страница в книге жизни, наполненная радостью открытий и теплом человеческого общения. Девиз «Дружно, смело, с оптимизмом за здоровый образ жизни!».

Руководитель клуба с 2023 г. является Былкина Наталья Васильевна. Она активная, легкая на подъем и бесконечно влюбленная в свое дело. Наталия Васильевна превращает каждое заседание в маленький праздник. Её творческий подход чувствуется во всем: от безупречно выстроенных экскурсионных маршрутов до сценариев, в которых каждый участник находит свою роль. Обладая высокими организаторскими способностями, она умеет сплотить коллектив, вдохновляя участников клуба на личные творческие достижения и активную общественную деятельность.

Общее число участников коллектива, на данный момент, составляет 21 человек. Под чутким крылом своего творческого руководителя, участники клуба не просто посещают мероприятия — они создают их сами, доказывая, что активность это лучший секрет долголетия.

В работе клубного объединения активно используются досугово-развлекательные формы: музыкальные вечера, танцевальные ретро-программы, празднование юбилеев и государственных праздников, встречи с интересными людьми. Особое место занимают вечера поэзии или музыкально-литературные композиции композиции, вечера отдыха, где в уютной обстановке за чашкой чая люди обсуждают прочитанные книги, делятся воспоминаниями или читают стихи собственного сочинения. Так, например, первое заседание было посвящено Дню поэзии. Каждый участник прочел любимые стихотворения, а изюминкой вечера стала Марина Савенкова, которая представила на суд зрителей стихи собственного сочинения.

Проведение творческих встреч с такими поэтами, как Татьяна Бердичевская, Елена Зайцева, Елена Тюняева, Галина Гончарова стали одной из самых душевных и ожидаемых традиций клуба. Общение с ними вдохновляет людей старшего поколения, создает уникальную атмосферу искренности и доверия, помогая преодолеть внутренние барьеры и выразить чувства, которые копились годами.

Экскурсионное направление является одним из самых любимых и массовых в жизни клуба.

Коллектив проявляют высокую активность в изучении родного края, посещении исторических усадеб, музеев и духовных центров (усадьба «Снежки» с. Турмасово, Дом-музей Мичурина; усадьба Сергея Васильевича Рахманинова в Ивановке, приняли участие в акции «Посади свой цветок в Ивановке»; Дом-музей Асеевых в Тамбове, музей-усадьба Семенова-Тян-Шанского в Липецкой области, кондитерскую фабрику «ТАКФ» и др.). Каждая поездка для них — это не просто перемещение в пространстве, а глубокое погружение в историю и культуру.



В дороге ветераны активно общаются, поют песни, делятся впечатлениями, что превращает каждую экскурсию в мощный инструмент социализации и профилактики одиночества.

Они всегда отличаются высокой организованностью, пунктуальностью и искренней благодарностью гидам, что делает их самыми желанными гостями на любых туристических объектах.



Под руководством Наталии Васильевны в клубе систематически проходят мастер - классы по различным направлениям. Участники учились кроить и шить, делились рецептами домашних заготовок. Ходили на мастер-класс по

приготовлению роллов в пиццерию. На очередное занятие клуба приглашали профессиональную модель, которая знакомила женщин с хитростями фотосъемки, как правильно себя подать, чтобы скрыть недостатки и подчеркнуть достоинства на фотосессиях. Особой популярностью пользуются занятия по флористике и созданию праздничных интерьерных украшений.



Зимние праздники в клубе «Оптимисты» - это время настоящего волшебства, которое участники создают своими руками. Рождественские посиделки и новогодние вечера они ждут с особым трепетом. С азартом готовят свои творческие номера и шьют костюмы. Для них это возможность подарить

друг другу частичку тепла и веры в чудо, доказав, что радость ожидания праздника не имеет возраста.

А на новогодних каникулах, как-то так повелось, участники клуба собираются, чтобы погадать, исполнить рождественские колядки, песни из любимых новогодних кинофильмов, пошутить, пообщаться, поиграть в настольные игры, в общем, просто отдохнуть. На рождественские огоньки люди старшего поколения приглашают своих внуков, передавая им секреты старинных праздничных обрядов. Поскольку в коллективе есть и танцующие, то новогодний флэшмоб становится обязательным, если собирается большое количество участников.



Кроме того, проводятся и тематические заседания. На одном из них, на вечере воспоминания «Маленькие истории о большой войне» они вспоминали родных и близких, ковавших Победу в Великой Отечественной войне. Участницы принесли фотографии, медали, копии архивных документов, рассказывающие о подвигах родных людей. Кто-то из них дожил до Победы, кто-то погиб, но каждая семья помнит и чтит своего героя.

Ежегодно «Оптимисты» готовят и проводят концерт, посвященный Дню России. Проходит он всегда в дачном поселке Крюковка. В нем принимают участие все желающие, дачники и их дети.

Поскольку в названии клуба присутствует оптимизм – достаточно мероприятий имеют юмористический оттенок. Например, такие как «О моде с юмором», «Бумажная вечеринка», «Фестиваль внеземных цивилизаций», «День дурака или смеяться разрешается» и др. Здесь уже полный полет фантазии предоставлен участникам, в изготовлении костюмов, сценок. А главное, что это всегда сюрприз для присутствующих. К 100-летию образования СССР, «Оптимисты» подготовили и провели вечер-рассказ «15 республик – 15 сестер». Распределили роли, и каждый представил свою республику, как мог: танцами, стихами, рассказами о национальных костюмах или национальной кухне, некоторые приготовили презентации о



прошлом и настоящем доставшейся республики.

Закончился вечер небольшой викториной о временах Советского Союза и дегустацией национальных блюд: узбекский плов, эстонский мульгикапсад, латвийский буберт, литовский кугелис, грузинский салат, хачапури, азербайджанский садж - мясо с овощами, армянский дабак, туркменский ханум и многое-многое другое.



Подводя итог, можно утверждать, что деятельность клуба «Оптимисты» доказывает, что старшее поколение — это мощный интеллектуальный и

творческий потенциал нашего общества. Участники клуба своим примером показывают, как можно сохранять бодрость духа, осваивать новые навыки и оставаться в центре общественной жизни. Их энергия, оптимизм и готовность созидать делают клуб настоящим «местом силы» для всех поколений горожан.

Это не просто встречи по расписанию. Это команда, которая сама пишет сценарии своей жизни. Они организуют уютные посиделки, первыми записываются на экскурсии и проводят праздники с таким драйвом, которому позавидует молодежь. Здесь каждый — и артист, и волонтер, и верный друг.

Предлагаем вашему вниманию сценарий тематического вечера «Арена жизни: под куполом хорошего настроения» из опыта проведения клуба «Оптимисты».

Муниципальное бюджетное учреждение культуры  
Центр досуга молодёжи «Октябрь»

## **«Арена жизни: под куполом хорошего настроения»**

*(Сценарий тематического вечера из опыта проведения клуба выходного дня «Оптимисты» МБУК «ЦДМ «Октябрь»)*



г. Мичуринск 2026 г.

Для клуба ветеранов тема цирка — это всегда беспроигрышный вариант. Это

ностальгия по детству, по советскому легендарному цирку (Никулин, Попов, Карандаш) и метафора «Арены жизни», где каждый из них был и акробатом, и укротителем судьбы.

**Цели и задачи:**

Знакомство с искусством на манеже, жанрами цирковых номеров, историей цирка, укрепление атмосферы в клубе по интересам, развитие творческой деятельности участников клуба, вовлечение в активную деятельность людей пожилого возраста.

**Оснащение мероприятия:** экран, проектор, ноутбук, звуковая аппаратура, микрофоны, стулья.

**Оформление и сопровождение:** заставка на экране манежа цирка, занавес, музыка. Зал украшен разноцветными гирляндами, на стенах — афиши старого советского цирка.

***Оснащение и оформление для каждого номера готовит каждый участник мероприятия индивидуально.***

*Звучит легендарный марш И. Дунаевского «Советский цирк». Ведущая в роли шпрыхшталмейстера выходит энергично, приветствуя зал.*

**Шпрыхшталмейстер:** Внимание! Внимание! Почтеннейшая публика! Сегодня на нашей импровизированной арене — самые стойкие акробаты судьбы, мудрые укротители жизненных бурь и просто люди с неугасающим огнем в душе! Здравствуйтесь, дорогие участники нашего клуба! Говорят, что цирк — это мир, в котором не бывает грустных лиц. И сегодня мы превратим наш зал в настоящий шапито радости! Нас ждет сегодня необыкновенное представление. Почему необыкновенное? Потому что в обыкновенном цирке артисты-это артисты, зрители-это зрители, а в нашем цирке вы сами будете и зрителями, и артистами.

Все зрители давно на месте,

И начинать уже пора.

Я в этом цирке — шпрыхшталмейстер,

Я объявляю номера.

Сейчас начнётся представленье,

И, как начищенный пятак,

Я засверкаю на арене,

И вы захлопаете в такт.

Мой фрак изрядно прохудился —

Давно служу я в шапито.

Я здесь живу, я здесь родился,

Я знаю, где, почём и что.

Вниманье всем! Оркестр начал,

Свет в зале снят, улётся шум.

Я — шпрыхшталмейстер. Это значит:

«Кто первым номером — прошу!» *(Звучит фанфарная отбивка)*

*В исполнении руководителя клуба Н. Былкиной звучит песня «Куда уехал цирк»  
(из репертуара В. Леонтьева)*

**Шпрыхшталмейстер:** Уважаемые гости, вспомните, как пах цирк в нашем детстве? Сладкой ватой, опилками и предвкушением чуда. Мы замирали, когда гас свет. Давайте вспомним имена тех, кто заставлял нас смеяться и плакать от восторга.

• **Интерактив «Имена на афише»:** Ведущая зачитывает описание внешностей известных артистов, гости угадывают артиста (Олег Попов — "Солнечный клоун", Юрий Никулин, Михаил Румянцев — "Карандаш", дрессировщики Дуровы или Запашные).

1. Этот легендарный артист выходил на манеж в широких клетчатых брюках и черном бархатном пиджаке. Его визитной карточкой стал ярко-желтый парик, напоминающий лучи светила. За умение дарить радость и тепло даже в самые пасмурные дни его прозвали «Солнечным клоуном». Кто это?

2. Этот человек сочетал в себе дар великого комедийного актера и серьезного драматического артиста. Долгие годы он возглавлял Цирк на Цветном бульваре. Зрители обожали его за доброе лицо, бесконечный запас анекдотов и незабываемые роли в кино у Леонида Гайдая. О ком идет речь?

3. Маленький человек в огромных ботинках и котелке, который стал настоящим символом советского цирка. Он выступал с маленьким черным терьером по кличке Клякса. Его сценический псевдоним совпадает с предметом, который есть в пенале у каждого школьника. Назовите имя этого артиста.

4. Представители этой знаменитой династии прославились своим уникальным подходом к животным. Они отказались от традиционных методов дрессуры с использованием хлыста и палки, сделав ставку на ласку, поощрение и изучение природных повадок зверей. Их фамилия гремела на всю страну, а в Москве ими был основан уникальный «Уголок». О ком идет речь?

5. Эта смелая династия известна своими захватывающими номерами с самыми опасными хищниками планеты — тиграми и львами. Они заставляют огромных кошек прыгать сквозь огненные кольца и выполнять невероятные трюки. Сегодня представители этой семьи не только выступают на манеже, но и руководят крупнейшим цирком страны. Назовите их фамилию.

Кто помнит свой первый поход в цирк? *(рассказы из зала)* Какое мороженое там было самое вкусное? *(2-3 коротких интервью с ветеранами).*

**Шпрыхшталмейстер:** «С утра я рад, чего-то жду. Ура, ура — я в цирк иду!» Именно этими словами Юрий Владимирович Никулин обращался к своим зрителям, коллегам артистам, цирковым сотрудникам на протяжении многих лет, эти слова близки каждому из нас, кто хоть раз в жизни побывал на незабываемом цирковом представлении. В этих простых словах и заложены те самые

положительные эмоции, как у артистов, так и зрителей. И те самые положительные эмоции нам подарит следующий артист. На наш цирковой «манеж» выходит очень весёлый человек! Настоящий морской волк – человек-пароход!

*Звучит шум прибоя и звук парохода. Выступление Ольги Денисенко юмористический номер «Клоунада — это серьезно»*

**Шпрехшталмейстер:** *(с юмором)* Клоунада — это серьезно. Юрий Никулин говорил: «Даже после небольшой улыбки в организме обязательно дохнет один маленький микроб». Давайте займемся дезинфекцией!

• *Минутка юмора: Рассказывание любимых анекдотов «от Никулина».*

• *Конкурс «Самый смешной комплимент»: Участники говорят друг другу комплименты в стиле «Ты сегодня сияешь ярче всех прожекторов на арене!»*

**Шпрехшталмейстер:** Музыка всегда звучит на манеже, а хорошая музыка – дарит прекрасные чувства и прекрасное настроение. А на нашем «манеже» Скопцова Маргарита с песней «Арлекино» (муз. Э.Димитрова, слова Б.Баркаса).

#### *Музыкальный номер*

**Шпрехшталмейстер:** Дрессировка... прежде чем начать дрессировать какое либо животное проходит долгий путь привыкания друг другу. Когда дрессировщики берут малышей, а порой они берут совсем маленьких - месячных, тогда и начинается, а вернее запускается процесс становления циркового артиста. Их выкармливают с сосок, спят с ними в одной кровати, так как они те же дети для нас. И когда они немного подрастут, начинается процесс развития «таланта» у «ребенка». Это очень интересный процесс, наблюдать за творческим развитием, результат всегда есть, это сразу бросается в глаза на манеже. И пока животное растёт, начинаются первые репетиции на трюки, и проходят только в позитиве и на любые «вкусняшки» - фрукты, овощи, печенье, животные артисты откликаются с благодарностью. А на «манеж» выходит знаменитая дрессировщица Марго Назарина, ассистентка Маргаритка и своенравная цирковая собачка Анжела! *(Анжела играет роль собачки, которая исполняла разные трюки по команде дрессировщицы)*

*Шуточное выступление Олеси Назаровой*

**Шпрехшталмейстер:** Цирк — это пространство, где фантазия становится реальностью, а реальность порой кажется фантастической. Среди жанров, которые составляют богатый арсенал циркового искусства, иллюзии и фокусы занимают особое место. Искусство иллюзий — это не просто трюк, а магия, которая объединяет изящество, мастерство и науку, чтобы превратить зрелище в мир чудес.

Фокусники появились в цирке сравнительно поздно. В классическом цирке XVIII-XIX веков их место занимали эквилибристы, акробаты и дрессировщики, однако с ростом интереса к магическим трюкам в театральной среде цирк не мог остаться в стороне. Уже к концу XIX века фокусники стали полноценной частью цирковых программ, добавляя элементы загадки и мистики.

Фокусы будоражат наше воображение и обращаются к детскому чувству удивления, которые многим из нас требуются во взрослой жизни. В каждом из нас живет иллюзионист. Мы умеем из ничего приготовить праздничный ужин, из старого платья сделать шедевр, а из плохого настроения — добрую шутку. Давайте немного поколдуем!

*Ведущая показывает простой шуточный фокус (с исчезающим платком и «волшебной» коробкой пожеланий). Далее идет игра «Цирковой реквизит». Ветеранам раздаются предметы (кольца, шляпы, мячики). Задача: придумать им «цирковое» применение в быту. Например, кольцо — это не для жонглирования, а «обруч, через который прыгают проблемы».*

**Шпрехшталмейстер:** Внимание! На «манеже» - иллюзионистка Мария Черниговская с очаровательными ассистентками.

*(Творческий номер от участников клуба)*

**Шпрехшталмейстер:** Ковёрный клоун - ампула артиста цирка, выступающего в паузах между номерами программы при смене реквизита и уборке манежа. Название получил от первоначальной функции: клоун должен был заполнять паузы, когда разворачивали или убирали ковёр, устанавливали артистический реквизит. Клоун общается со зрителями, «подогревает» их интерес к программе. Зачастую, такие номера были такими яркими, что надолго оставались любимыми в сердцах зрителей. А на наш импровизированный «манеж» выходит Клоун Дуся и его питомец Муся.

*Выступление Воропаевой Надежды и Метелкиной Лидии.*

*После выступления танцевальная пауза «Дрессированные пудели».*

*Группа активных участников исполняет легкий шуточный танец под музыку «Собачий вальс» (в ободках с ушками).*

**Шпрехшталмейстер:** Цирк — это не только смех, но и невероятный баланс. Как часто в жизни нам приходилось идти по тонкой нити, держать равновесие между семьей и работой, между трудностями и мечтой. Вы — настоящие эквилибристы! И сегодня мы празднуем вашу устойчивость.

Канатоходцы – представители старейшей профессии, зародившейся в Древнем Китае. Канатоходцы выполняют различные акробатические номера на натянутом на высоте канате. Предлагаем вашему вниманию послушать песенку канатоходца.

*Выступление Шевченко Наталии. «Песенка канатоходца» из репертуара В.Высоцкого.*

**Шпрехшталмейстер:** А наше представление продолжается! На «манеже» цирка богатырь – Иван Поддубный!

*Выступление Светланы Юдаевой под музыкальное сопровождение - «Мари гладиаторов» (Юлиуса Фучика). После выступления интерактив с участниками клуба. Номер «Силачи». Ветераны поднимают бутафорские гири с надписями «100 кг здоровья», «500 кг оптимизма».*

**Шпрехшталмейстер:** Шейн Уиллмот – житель австралийского города, который в 2013 году начал заниматься дрессировкой мышей, обучая грызунов катанию на миниатюрных скейтбордах. Изначально он научил мышей серфингу, но в холодное время года не позволял им кататься, чтобы те не простудились. Шейн построил маленький скейт-парк у себя во дворе, где мыши катались. И по утверждению дрессировщика – им нравилось это занятие.

**ВНИМАНИЕ!** На манеже - самый страшный хищник, при виде которого практически все женщины, да и что скрывать – некоторые мужчины, стараются взобраться повыше. Встречайте! Всемирно известная и бесстрашная дрессировщица Степашкина и страшный хищник – мышь Мармеладка!

*Шуточное выступление Ирины и Марины Савенковых.*

**Шпрехшталмейстер:** А сейчас мы предлагаем вам послушать замечательную песню «Диалог в цирке».

*Выступление Вячеслава и Натальи Шевченко «Диалог в цирке» из репертуара В.Высоцкого.*

**Шпрехшталмейстер:** «Клоун – это такая маленькая точка, которая отражает весь мир», - говорил Вячеслав Полунин. Истоки клоунады восходят к искусству придворных шутов, европейскому карнавалу, итальянской комедии дель арте. В русском цирке – в празднично-обрядовых народных гуляниях, в частности, с кукольным персонажем – Петрушкой. Среди многих факторов, которые воздействовали на развитие русской клоунады – опыт первых на Руси скоморохов и потешников, игравших небольшие сатирические пьесы. И сейчас, на манеже, вы увидите такую сценку. Встречайте, клоуны Болюсик и Лялюсик.

*Выступление Ирины Савиной и Анны Корневой.*

**После номера клоуны Болюсик и Лялюсик проводят мастер-класс «Школа жонглеров».**

**Ассистенты раздают участникам легкие мандарины или теннисные мячики. Показывают простые упражнения для развития моторики рук, которые выдаются за «секретные тренировки жонглеров». Это проходит весело и полезно для здоровья.**

**Шпрехшталмейстер:** Наше представление подходит к концу. Но помните, что жизнь — это тоже большая арена, где главное — сохранять равновесие, верить в чудеса и никогда не терять улыбку! Жизнь продолжается и купол нашего клуба «Оптимисты» всегда открыт для вас. Вы — главные артисты на этой земле, и ваши аплодисменты сегодня звучат в вашу честь!»

Что ж, господа, позвольте удалиться –

И отдохнуть от радостных утех.

Но, мы вас ждём, вновь в нашем зале,

Чтоб подарить улыбки, радость, звонкий смех!

*Участники клуба исполняют общую песню «Цирк, цирк, цирк!»  
(сл. М. Пляцковского, муз. В. Шаинского)*

**Шпрыхталмейстер:** До новых встреч на нашей арене бодрости и духа!

*Всем гостям раздаются маленькие сувениры (красные «носы» из поролона для фото и яркие открытки в виде билетов в цирк «на бесконечное счастье»).*

*Финальное чаепитие. На столах — угощения, оформленные в цирковом стиле (круглое печенье, конфеты в ярких фантиках и др.). Звучит ретро-музыка для танцев.*

**Составитель:** руководитель клуба Былкина Н.В.  
**Ответственная за выпуск:** вед. методист отдела досуга  
Пчельникова Е.Н.