

Методическая разработка спортивного праздника

«Спорт, здоровье, дружба»

Выполнила: Красавина Л.В.-
методист ГБОУ СОШ с.Девлезеркино

Адрес: 446840 Самарская обл.,
Челно-Вершинский район, с. Челно-
Вершины, ул.Советская,35

с.Челно-Вершины, 2015

Содержание:

1. Введение.....	стр.3
2. Методические особенности организации спортивно-массового мероприятия или праздника.....	стр.5
3. Сценарий спортивного праздника «Спорт, здоровье, дружба».....	стр.6
4. Заключение	стр.11
5. Список используемой литературы.....	стр. 12

Приложение:

- 1) Фотографии;
- 2) Музыка;
- 3) Электронная слайдовая презентация;
- 4) Отзывы о мероприятии;

Введение

«Забота о здоровье ребенка - это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего, забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

В. А. Сухомлинский.

Одной из актуальных проблем современной России является проблема здоровья её населения и в первую очередь состояния здоровья подрастающего поколения.

Высокая заболеваемость среди детского населения свидетельствует о том, что проблема охраны здоровья детей переросла медико-социальный уровень. Здоровье и образование детей и подростков представляет собой основу устойчивого развития российского общества и государства.

Одной из важных составляющих работы по формированию здорового образа жизни является соответствующая воспитательная деятельность, организация социально значимого досуга, создание необходимых условий для занятий физической культурой и спортом.

Основной формой проведения внеурочной деятельности для детей является игра. Это обусловлено тем, что подвижные игры имеют большое гигиеническое и оздоровительное значение. Они оказывают благоприятное влияние на сердечно-сосудистую, мышечную, дыхательную и другие системы организма, активизируют обмен веществ, стимулируют функции желез внутренней секреции. Игры протекают эмоционально, стимулируют двигательную активность и отодвигают возникновение утомления. Кроме того, естественные, не регламентированные в играх движения, выполняются в индивидуальном темпе и

ритме, соответствующем особенностям детского организма. Развлекательная сторона игр, преимущественное использование в них локомоторных, естественных движений, меньшая жёсткость правил соответствуют функциональным возможностям детского организма.

Игра – относительно самостоятельная деятельность детей. Она удовлетворяет потребность детей в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил.

В игровой деятельности имеется большой простор для выбора разнообразных способов преодоления трудностей и препятствий, возникающих на пути к игровой цели. Для игры характерно яркое проявление эмоций творческих способностей, активности, инициативы.

Именно игра позволяет сделать жизнь ребёнка необычной, сказочной и заманчивой. В данных разработках игра рассматривается как основное средство формирования двигательных умений и навыков обучающихся.

Подвижная игра представляет собой одно из действенных средств воспитания. Организуя занятие подвижными играми, необходимо учитывать особенности возраста, состояние здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Игры строятся на добровольных началах, предусматривают большую роль актива, вожаков из среды самих детей, при общем руководстве со стороны старших. В игре формируются такие качества, как самостоятельность, инициативность, организованность, развиваются творческие способности, умение работать коллективно.

Хорошо организованные спортивные праздники – это отличное средство пропаганды физической культуры и спорта, средство культурного, здорового отдыха и развлечения, средство вовлечения детей и подростков в регулярные занятия физической культурой и спортом. Спортивные праздники пользуются

большой популярностью во всех учреждениях: образования, селах, деревнях, районных центрах, и т.д. Они проводятся по специальной программе, где соревнования чередуются с показательными выступлениями.

Организации спортивных праздников и физкультурных мероприятий необходимо уделять особое внимание и придавать им по возможности традиционный характер.

В программу спортивного праздника должны входить небольшие по длительности соревнования: эстафеты, спортивные развлечения, короткие викторины (10-15 вопросов) и т.д.

К спортивным праздникам нужно готовиться заранее. Программу рекомендуется рассчитывать на 1,5 – 2 часа в закрытом помещении и на 3-4 часа на открытом воздухе. Ее нельзя перегружать большим количеством номеров, но она должна быть интересной и разнообразной по содержанию, в нее можно включать популярные народные, национальные виды спорта и упражнения, аттракционы.

Данный конспект является сценарием спортивного праздника. Он предназначен для использования любых спортивных праздников в школе. Возрастная категория – от начальной школы до старшего звена общего образования. Его можно использовать в любом возрасте, корректируя и добавляя задания.

В данном конспекте подробно изложены упражнения для разминки и задания для эстафет. Указывается, какое используется оборудование и музыкальное сопровождение. Также предлагаются слова для ведущего.

Методические особенности организации спортивно-массового мероприятия или праздника

Для более эффективной организации спортивно-массового события или праздника

проводится ряд совместно-подготовительных работ:

1. Необходимо довести информацию до всех учеников, кл. руководителей, родителей, административного аппарата. (Выступить на собрании, написать объявление в АСУ РСО, т.д.)
2. Заранее разработать положение и программу соревнований, написать сценарий и довести его до всех групп, участвующих в событии, выдать каждой группе положение на руки.
3. Группам подготовить заявки на участие в спортивно-массовом событии, заверенные кл. руководителем.
4. Создать судейскую коллегию (или жюри) для обслуживания площадок соревнований, разбить по бригадам.
5. Подготовить всю необходимую документацию, для проведения спортивно-массового события (положение, программу, сценарий, протоколы, таблицу – экран и т.д.)
6. Отобрать показательные выступления (должно быть не менее 3-х номеров), развести их в программе.
7. Обеспечить спортивно-массовое событие (праздник) музыкальным сопровождением и радиотехнической аппаратурой.
8. Подготовить место проведения спортивно-массового события, места для зрителей и болельщиков.
9. Украсить зал плакатами на тему «Здоровый образ жизни», воздушными шарами, гирляндами и т.д.

Сценарий спортивного праздника «Спорт, здоровье, дружба»

Цель:

Популяризация здорового образа жизни, использование упражнений соревновательного характера, как средства укрепления здоровья и развития творческой самостоятельности.

Задачи:

1. Укреплять здоровье учащихся. Предупреждать заболевания, вызванные дефицитом движения у школьников.

2. Привлекать ребят к систематическим занятиям физической культурой.

3. Совершенствовать двигательные качества учащихся с помощью спортивных упражнений соревновательного характера.

4. Воспитывать чувство патриотизма, коллективизма, товарищества, взаимовыручки, здоровый дух соперничества.

Место проведения: спортивный зал.

Состав: 4 команды из 9 участников (Зученика из 2 класса, 3 – из 6 класса, 3 – из 9 класса).

Оборудование: стойки, мячи (баскетбольные и гимнастические с рожками, обручи, кегли, гимнастические скамейки, гимнастические палки, пеньки, четырёх и двухколёсные скейты, музыкальное сопровождение.

Ведущий:

Отточенная пластика движений.

Мгновенная реакция броска.

О спорт! Ты воспитатель поколений.

Большого друга верная рука.

Чтоб бегать, плавать, двигаться умело,

Противника, играя, побеждать,

Пускайте тело без сомненья в дело!

Нет больше чести, чем себя создать!

Спорт дарит нам энергию здоровья,

Упорство, силу духа, красоту.

Спорт учит нас на мир смотреть с любовью,

В реальность воплощать свою мечту.

Под звуки спортивного марша «Чтобы тело и душа были молоды» И. Дунаевского участники заходят в спортивный зал и строятся по периметру.

Выступление команды барабанщиков - учащихся кадетского 9 класса.

Ведущий:

Под вынос знамени стоять смирно!

Под звуки «Встречного марша Преображенского полка» команда знаменосцев вносит знамя России.

Звучит гимн Российской Федерации.

Ведущий:

Праздник «Спорт, здоровье, дружба!» объявляется открытым.

Праздник ловкости и воли
Торжествует в нашей школе. Все хотят соревноваться,
Пошутить и посмеяться,
Силу, ловкость показать,
И сноровку доказать.
Этой встрече все мы рады,
Собрались не для награды.
Нам встречаться чаще нужно,
Чтобы все мы жили дружно!

Команды приглашаются на старт.

Построение участников соревнований.

Ведущий:

Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня оценивать наши команды будут.... (представление членов жюри).

Слово жюри:

Мы хотим вам пожелать.

Показать себя на пять.

Выиграть место призовое,

Лучше первое, а не второе!

Ведущий:

И так, начинаем соревнования. Как говорится: "На старт, внимание!".

Первый этап: визитная карточка команды.

Каждая команда представляет себя в любой творческой форме (название, девиз, эмблема).

Второй этап: разминка.

Под ритмичную музыку команды выполняют спортивно-танцевальные движения по образцу:

1. И.п. основная стойка, руки на поясе. 1-4 – перекаты с пятки на носок. Все остальные упражнения (2- 7) выполняются одновременно с перекатами ног.
2. И.п. то же. 1-4 – наклоны головы вправо-влево, одновременно с перекатом с носка на пятку (10-12 р. в каждую сторону).
3. И.п.-то же. 1-4- плечи вверх-вниз, (10-12 р).
4. И.п.-то же. 1-4 – локти вперед-назад (10-12 р).
5. И.п.-то же. 1-4- поочередно поднять правую руку, а затем левую к плечу, вверх, в сторону, на пояс (4-5 р).

6. И.п.-то же, правая рука к плечу, левая внизу, кисти в кулак. 1-4- сгибание и разгибание рук к плечам (20 р).
7. И.п.-то же, руки внизу. 1-4- упражнение «ножницы», поднимая руки вверх и опуская вниз (18-20 р).
8. И.п.-то же, руки, руки на поясе. 1-4- повороты корпуса вправо, прямо и влево с разведением рук в стороны (10-12 р).
9. И.п.-ноги на ширине плеч, руки за головой. 1-3 –наклоны туловища вправо, сгибая ногу в коленном суставе и касаясь локтем колена, 4- и.п., то же влево (5-6 р в каждую сторону).
10. И.п.-ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 –согнуть правую ногу в коленном суставе и левую руку в локтевом, коснуться локтем колена, слегка поворачивая корпус, 2- и.п.3-4- то же, меняя руку и ногу (10-12 р).
11. И.п. – ноги шире плеч, руки на бёдрах. 1-3 – наклоны туловища вперёд-вниз, не опуская головы, 4- перекат на правую ногу, левую вытянуть, носок вверх, спину выпрямить.1- 3 – наклоны, 4- перекат на левую ногу (8-10 подходов).
12. И.п.- о.с., руки на поясе. 1-выставить правую ногу на пятку вперёд, 2- левую, 3- вернуться назад на правый носок, 4- на левый (14-16 р).
13. И.п.- о.с., руки на поясе. 1-3- прыжки на двух ногах на месте, 4- в прыжке отставить правую ногу на пятку. 1-3- на месте, 4- левую ногу на пятку (30 пр).

Ведущий:

Чтоб проворным стать атлетом,
Проведем мы эстафеты.
Будем бегать быстро, дружно,
Победить всем очень нужно!

1. С мячами:

2-классники – берут 1 баскетбольный мяч и бегут змейкой между кеглями к стойке, возвращается обратно;6-классники проделывают тоже самое с 2 мячами;9-классники проделывают тоже самое с 3 мячами.

2. С обручами:

2-классники двигаются, запрыгивая в обруч, переворачивают через себя, кладут на пол и так двигаются достойки; 6-классники двигаются, вращая обручи на поясе; 9-классники прыгают через обруч с продвижением.

3. На скейте:

2-классники катятся на 1 ноге, отталкиваясь 2 ногой; 6-классники катятся по прямой, лёжа на животе, отталкиваясь руками о пол; 9-классники катятся на двухколёсном скейте.

4. На гимнастической скамье:

2-классники бегут змейкой между пеньками, пролезают в обруч, бегут по скамье; 6-классники бегут по пенькам, подтягиваются на животе по

гимнастической скамье с помощью рук; 9-классники бегут попенькам, пролезают в обруч, прыгают через скамью вправо-влево, продвигаясь вперед.

Выступление группы учащихся 2 класса (спортивный танец).

5. С мячами с рожками:

2-классники прыгают на мячах; 6-классники, зажав животами, двигаются втроем;

9-классники прыгают с продвижением, зажав мяч между ног.

6. С обручами:

передвигаются всей командой с помощью 3 больших обручей, лежащих на полу. Последний участник передает обруч вперед первому участнику и команда продвигается вперед.

7. С палками:

2-классники передвигаются, перешагивая палку; 6 и 9-классники передвигаются парами, перешагивая палку, поочередно не отрывая рук от палки.

8. «Тележка»:

2-классники двигаются с опорой на стопы и ладони животом вверх; 9-классник держит за ноги 6-классника, которые передвигаются на руках.

Выступление группы школьниц 10 класса (аэробика).

Ведущий:

И вот подводим мы итоги,
Какие б ни были они.
Со спортом будем мы дружить,
И нашей дружбой дорожить.
И станем сильными тогда.
Здоровыми, умелыми,
Ловкими, и смелыми.

Жюри объявляет результаты соревнований, награждают команды.

Ведущий:

Спорта язык одинаков для всех.

Труд, устремление, рывок – и успех! Дни напролет ты к победе стремишься –
И неспроста ты успеха добился! Потом со слезами, бессильно
Мышцы напряжением добился признания! Значит и дальше: отбросив усталость
Мышцы крепких кипящая радость снова тебя устремит на рекорды!
Взлет предстоит тебе новый и новый! Новых побед тебе, в жизни и в спорте, Стали
в ногах на крутом повороте!

Спортивный праздник объявляется закрытым! Под вынос знамени стоять
смирно!

Под марш группа знаменосцев выносит знамя.

Заключение

Спортивно-игровой метод физического воспитания нашел широкое применение в практике работы по физической культуре и спорту со школьниками. Подвижные игры как важнейшее средство и метод физического воспитания сохраняют свое значение на протяжении всей жизни человека, меняется только их содержание и методика проведения.

Особое место занимают игровые соревнования типа эстафет, в которых участвуют двух и более команд. Эстафеты относятся к группе игр, в которых участники ведут борьбу за свою команду самостоятельно или группами при взаимопомощи своих товарищей, не вступая в соприкосновение с соперником. Личная ответственность каждого участника за победу команды и коллективные действия играющих - ценный воспитательный фактор. Трудно переоценить значение эстафет в развитии таких физических качеств, как ловкость, быстрота, скоростно-силовых качеств, совершенствования, координации движения, а так же в развитии смекалки и изобретательности.

К тому же многие эстафеты, повышая двигательную сноровку занимающихся, приобретают непосредственную прикладность: в быту, в труде.

Спортивные праздники, проводимые, в школе пользуются большой популярностью среди учеников и преподавателей. Ребята предлагают новые конкурсы и эстафеты, охотно участвуют в изготовлении необходимого инвентаря и оформления зала. Праздник всегда проходит при полном зале.

Конспект данного занятия предлагается для использования учителями начальных классов, организаторам спортивно-массовых мероприятий, учителями физической культуры, для организации внеурочной деятельности и педагогами дополнительного образования с целью повышения не только познавательного интереса, но и создание максимальных условий для оптимального развития детей, их способностей. Материалы занятия могут быть использованы для построения собственных программ, занятий.

Занятие получило высокую оценку на районном методическом объединении учителей физической культуры и педагогов дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Список литературы

1. Педагогика. Учебное пособие для ССУЗ. «Физкультура и спорт», М., 2000г, С.252.
2. «Просвещение», М., 1998, С.242.
3. «Физкультура и спорт», М.,2000, С.352.
4. «Физкультура и спорт», М., 1998, С.168.
5. «Радуга», М., 1996, С.318.
6. «Радуга», М., 2000, С.476.