

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
Лесозаводского городского округа с.Пантелеймоновка»

Конспект спортивного мероприятия для учащихся
1-4 классы
«Большие гонки за здоровьем»

Подготовила
учитель начальных классов
О.В.Довиденко

с.Пантелеймоновка

2015 год.

Довиденко Ольга Владимировна учитель начальных классов

МОБУ «СОШ ЛГО с. Пантелеймоновка ».

Описание методической разработки.

Название: Внеклассное мероприятие «Большие гонки за здоровьем».

Аннотация: Проект «Большие гонки» по физической культуре я соединила с проектом «Разговор о правильном питании» и получилось «Большие гонки за здоровьем»; проводится с целью пропаганды здорового образа жизни, где учащиеся приобретают навыки и умения в беге, в прыжках, в играх, развивают двигательные качества и умственные способности учащихся, стимулирования творческой и исследовательской деятельности, укрепляют здоровье, дружеские отношения. Для проведения мероприятия мы использовали мячи, надувные шары, стулья, костюмы и т.д.

Учебный предмет: физическая культура

Уровень образования школьников: учащиеся 1-4 класс

Форма учебной работы: соревнования

Полное описание разработки: Идея соревнований взята с телевизионной игры «Большие гонки». Учитывая материал оснащения телевизионной версии и материал оснащения школы конкурсы упрощены для учащихся начальных классов. А также частично использовала внеклассное мероприятие учителя физкультуры Громова Е.С.

Для большой заинтересованности изготовлены интересные костюмы из подручного материала, чтобы само мероприятие было мало затратным костюмы изготавливались из коробок, поролона, старых вещей. К игре привязала ещё один проект «Витаминки я люблю».

Приложение: (фотографии, сценарий мероприятия).

Цель: Предоставить школьникам возможность для самореализации в познавательной, коммуникативной и в спортивной деятельности, пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

- ✓ Способствовать развитию у детей умения работать с различными информационными источниками, анализировать и обобщать полученную информацию;
- ✓ организовать досуг и активный отдых учащихся;
- ✓ формировать у учащихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья.

- ✓ укреплять дружеские отношения между учащимися;

Оборудование:

- ❖ мячи;
- ❖ костюмы;
- ❖ надувные шары;
- ❖ стулья;
- ❖ Кубики

Условия, порядок проведения и награждения:

- в конкурсах принимают участие учащиеся начальных классов, состав команд по 10 человек + костюмированные герои;
- в программу соревнований входят:
 - спортивные развлекательные конкурсы;
 - музыкальная пауза;
 - награждение команд за первое, второе место сладкими призами и грамотами.

План мероприятия

I. Организационный момент.

- ✓ команды входят в спортивный зал под музыку
«Гимн чемпионов»

II. Сообщение цели мероприятия.

III. Ход мероприятия.

- ✓ представление жюри (в состав жюри входят 4 человека: заместитель директора по ВР, родители)
- ✓ приветствие команд;
- ✓ конкурсные испытания:

	команда "Здорово жить"	-----	команда "Жить здорово"
1 конкурс "Снеговики"	_____		
(костюмированные герои)			
2 конкурс "Башня витаминов"	_____		
(командная эстафета).			

3 конкурс "Ослепшие детки" _____
(командная эстафета).

4 конкурс "Витаминки соберут урожай" _____
(костюмированные герои)

5 конкурс "Кубики" (чья команда больше выбьет очков) _____
(Здесь им мешает бычок Яша).
(командная эстафета).

6 конкурс "Роботы" ("Тёмыч") _____ ("Васёк") _____
(костюмированные герои)

7 конкурс "Режим дня" _____
(командная эстафета).

8 конкурс "Шреки" _____
(костюмированные герои)

итого: _____ (очков) _____ (очков)

IV. Подведение итогов.

➤ Награждение

«Снеговики»

Костюмированные игроки снежинками с помощью клея заклеивают вредные продукты питания, которые изображены на плакатах сделанными детьми моего 2 класса

«Кубики»

Конкурс с быком.

Игроки поочередно бегут преодолевая полосу препятствий. Достигнув кубиков игрок подбрасывает кубик, а жюри записывают баллы выпавшие на кубике. В конце по истечении времени баллы суммируются, и объявляется победитель конкурса. Участвует вся команда. В этом конкурсе игрокам команд активно мешает бык «Яшка»

Конкурс проводится под веселую детскую музыку.

« Башня из витаминов»

Член команды должен взять на старте мяч и преодолев полосу препятствий остаться вместе с мячом на финише, поставив мяч в указанное место. Следующий участник преодолев полосу препятствий ставит свой мяч на мяч 1 участника и держит его руками, таким образом побеждает команда построившая самую высокую башню. В этом конкурсе участвует вся команда.

Конкурс проводится под веселую детскую музыку.

«Ослепшие детки»

В этом конкурсе ослепшим деткам (участник в заклеенных очках, и морковкой в руке), помогают их друзья повадыри. Участники стартуют парами повадырь руководит действиями «ослепшего ребёнка», который должен пройти дистанцию не сбив ни одной кегли и положить морковку в сундук, после чего ребёнок прозреет сняв очки, что и послужит стартом следующей паре. Игра идет на время, за каждую сбитую кеглю, прибавляется 1 секунда к времени команды.

Конкурс проводится под веселую детскую музыку.

« Наш режим дня»

Игроки каждой команды берут строку из режима дня, преодолевают полосу препятствий и приклеивают её в режим дня на столе. Назад возвращаются бегом.

Конкурс проводится под веселую детскую музыку.

Танцевальная пауза. Девочки 2 класса танцуют ритмичный танец. «Утренняя зарядка»

«Роботы уничтожают вредные продукты»

Конкурс с быком.

Костюмированные игроки каждой команды берут «гаечный ключ» и лопают им воздушные шары на которых написаны вредные продукты. Конкурс проводится при участии любимого всеми бычка Якова.

«Дорожка»

По результатам предыдущих конкурсов подсчитывается количество заработанных каждой командой очков. На полу спортзала рисуется разметка, на которой отмечаются баллы, заработанные командами. Каждая команда начинает этот конкурс со своей разметки. Игроки должны лечь животом на скейтборд и по команде, отталкиваясь руками, передвигаться до стойки. Обратно возвращаются бегом со скейтбордом и передают его

другому участнику. В этом конкурсе участвуют три игрока. Первый игрок начинает этап разметки (чем больше набрано очков, тем ближе к стойке начинает игрок этот конкурс), а второй и третий игрок начинают с линии старта. В этих соревнованиях побеждает команда, которая выигрывает заключительный конкурс.

Конкурс проводится под неистовую поддержку болельщиков.

Награждение победителей.

Финальная песня – выходят все участники, включая быка «Яшку» и взявшись за руки поют песню «Моя Россия»

Методическое обеспечение:

- 1 конкурс «Кубики» - 2 кубика, 2 пары валенок.
2. конкурс Башня из витаминок – 20 мячей, 10 кеглей, 2 барьера
- 3 конкурс «Ослепшие детки» - 2 заклеенных очков, 20 морковок, 4 коробки.
4. Витаминки (костюмированные герои) – 20 морковок, капуста, виноград (сделанными моим 2 классом на уроках технологии и кл. часах)
5. конкурс «Режим дня» (20 полосок с пунктами режима дня, 2 заготовки – режима дня без пунктов, 2 клея.)
- 6 . Шреки (костюмированные герои) – 2 разобранные кувшинки, 2 обруча, 4 дощечки.
- 7 Роботы уничтожают вредные продукты, (костюмированные герои). 10 надутых шариков, на которых написано: пепси, ход-дог, молоко, чипсы.

Костюм быка.

Ход мероприятия:

- Все знают, что быть здоровым – **ЗДОРОВО!** Я говорю быть здоровым, а вы громко **ЗДОРОВО!**

А для этого надо правильно: питаться, закаляться, соблюдать режим дня и вести активный образ жизни.

Сейчас мы поиграем в «Большие гонки за здоровьем». Это заключительный этап нашего проекта. Ребята 2 класса, вместе со мной придумали эту игру. **Сначала** мы узнали, что такое «Большие гонки». Что это такое? Ответы детей: спортивная игра, телевизионная игра, она опасна, могут быть даже травмы, в ней участвуют только сильные, смелые и отважные. **Потом** мы поговорили о правильном питании и сделали вот такие плакаты. (Показываю их, они уже заранее прикреплены к стене – для конкурса «Снеговиков»).

Затем мы узнали о режиме дня и составили его. И сделали вывод: (плакат в руках или заранее прикрепить на стену). Если сложить все эти слагаемые (правильное питание, соблюдение режима дня и двигательная активность), то получится «Здорово жить – здорово». Так и назовём наши команды: «Здорово жить» и «Жить здорово».

Проверьте удобна ли ваша спортивная обувь, помним о технике безопасности, успеть сгруппироваться если падаешь, чтоб меньше было травм.

Начинаем игру.

1.Первыми на ринг выходят «Снеговики». Ваша задача: пробежать через препятствия не задев их и заклеить вредные продукты снежинками с помощью клея. (Снежинки делали ребята 2 класса).

2.Команда, стройся! Эстафета «Башня из витаминок». Ваша задача: составить башню из витаминок. Витаминами будут мячи. Взяли мячи. - Какие витамины вы знаете?

(Ответы ребят). – На старт, внимание, марш!

3.Следующая эстафета – «Ослепшие детки». Ваша задача: перенести морковь (ребята 2 класса делали её из бумаги на уроке технология) из одной корзины в другую, при этом не сбить кегли. Один участник одевает очки заклеенные, другой его ведёт. Тот кто в очках остаётся, который вел, возвращается на старт, одевает очки, следующий ведёт.

- Кто знает в моркови какие витамины «живут»? (Ответы ребят). – На старт, внимание, марш!

4.Команды отдыхают, а на борьбу за здоровым питанием выходят «Витаминки» Катюша и Влада. – Скажите, в капусте какие витамины «живут»? Ваша задача: кто быстрее соберёт овощи и фрукты. (На уроках технологии 2 класс сделали капустки, из дома принесли муляжи фруктов и других овощей). – На старт, внимание, марш!

5.- Команда, стройся! Эстафета «Кубики».

Включается музыка, музыкальная пауза. «Россия, давай красиво!» Ребята повторяют незамысловатые упражнения за мной. Скажите, что такое двигательная активность? (ответы ребят, 2 класс находил эту информацию в различных источниках). – Громко повторите за мной : двигательная активность это залог нашего здоровья и молодости!

Ваша задача: добежать до кубика не сбив кегли, подбросить его. Жюри подсчитывает баллы и суммирует их. В этом конкурсе мешает бык «Яша». – На старт, внимание, марш!

6.А сейчас на борьбу с вредными продуктами выйдут роботы «Тёмыч» и «Васёк».

Ваша задача: быстрее избавиться от вредных продуктов, с помощью вашего ключа т.е. лопнуть шарики. Я приготовила вам ловушку – на одном из шариков написан полезный продукт: молоко. Его нельзя лопнуть. Игра со зрителями. (Когда шарики будут лопнуты,

беру шарик, где написано: молоко – показываю детям и спрашиваю: «Кто любит молоко?» Тот кто громче – ему шарик на память.)

7. Команда, стройся! Эстафета «Режим дня». Надо привести в порядок режим дня.

Ваша задача: Сначала распределить порядок, потом добежать, не сбив кегли, наклеить и вернуться, передать эстафету следующему. (Жюри оценивает скорость и правильную последовательность).

8. Шрек это кто? (добрый великан и другие ответы). Чем он питается? (червяками, лягушками, жуками, и прочие). Зачем нам надо знать, что это тоже съедобное? Ответы: бывают такие ситуации в жизни - заблудился, катастрофу потерпел.. Чтобы выжить в этих условиях. Где живёт он? Ответы: в болоте.

Ваша задача: с помощью дощечек дойти до обручей – болото, собрать из частей кувшинку, вернуться на старт.

Жюри подсчитывает баллы. Игра с болельщиками. Делятся на 2 команды: одни за команду «Здорово жить» и другие за «Жить здорово». Кто кого перекричит. Результат: всем сладкие призы. (Получается все кто присутствовал и кто участвовал в конечном итоге получили сладкий приз).

Итог: награждение. Мы повторили режим дня, вспомнили правильные и вредные продукты + двигательная активность = получили много положительных эмоций. Как здорово быть здоровым!

Литература:

1. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль: Академия развития, 2001.
2. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. М.: Генезис, 1998.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002.
4. Лисицын Ю.П., Полунина И.В. Здоровый образ жизни ребенка. М.: 1984

2. Используемые ресурсы:

<http://www.numama.ru/blogs/kopilka-detskih-stihov/ctihi-pro-vitaminy.html>



Array+--+Давай,+Россия!(music.nur.kz).mp3



танец девочек.mp3

-песня «Утренняя зарядка»

Витамины f0bf2021c25eaf002ceb3d33dd4c26cb