

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 14
муниципального образования город Новороссийск
имени В.И. Помещика

Методическая разработка

«Спортивный праздник "Путешествие в "Спортландию"»

(автор Аюрян А.П.)

Актуальность: В современном мире проблема недостаточной физической активности и малоподвижного образа жизни среди школьников стоит особенно остро. Увлечение гаджетами, увеличение учебной нагрузки и снижение времени, проводимого на свежем воздухе, приводят к ухудшению здоровья, снижению иммунитета и развитию хронических заболеваний в будущем.

В связи с этим, организация и проведение спортивных праздников, подобных "Путешествию в "Спортландию", приобретают особую актуальность. Они являются эффективным средством привлечения обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, пропаганды здорового образа жизни и формирования позитивного отношения к физической активности.

Конкретными аспектами, подчеркивающими актуальность данного мероприятия, являются:

- Мотивация к занятиям спортом: спортивный праздник, организованный в форме увлекательного "путешествия", стимулирует интерес к физическим упражнениям и спортивным играм, создает положительные эмоции и формирует мотивацию к дальнейшим занятиям.
- Укрепление здоровья: участие в спортивных мероприятиях способствует укреплению сердечно-сосудистой, дыхательной и опорно-двигательной систем, повышает иммунитет и улучшает общее физическое состояние обучающихся.
- Развитие физических качеств: позволяет развивать основные физические качества, такие как быстрота, ловкость, сила, выносливость и гибкость, что способствует гармоничному физическому развитию.
- Воспитание командного духа и чувства коллективизма: участие в командных соревнованиях воспитывает чувство ответственности, взаимопомощи, поддержки и умение работать в команде, что является важным для социализации личности.

- Альтернатива пассивному времяпрепровождению: спортивный праздник предоставляет возможность активно и интересно провести время, отвлечься от гаджетов и социальных сетей, что способствует профилактике зависимости от них.
- Пропаганда здорового образа жизни: спортивный праздник является эффективным средством пропаганды здорового образа жизни, подчеркивает важность физической активности для поддержания здоровья и хорошего самочувствия.
- Предотвращение правонарушений: занятия спортом помогают направить энергию подростков в позитивное русло, что способствует профилактике правонарушений и асоциального поведения.

Таким образом, спортивный праздник "Путешествие в "Спортландию" является актуальным и значимым мероприятием, направленным на формирование здорового поколения, пропаганду физической культуры и спорта, а также на создание условий для гармоничного развития личности каждого обучающегося. Он позволяет не только укрепить здоровье, но и воспитать важные социальные и личностные качества.

Общая цель: Привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

1. Совершенствование двигательных навыков, полученных на уроках физической культуры. Закрепление знаний о видах спорта и правилах безопасности при занятиях спортом.
2. Развитие физических качеств (быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость), координации движений, внимания, логического мышления.
3. Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности, дисциплины, уважения к соперникам. Формирование позитивного отношения к физической культуре и спорту.

Участники:

- Обучающиеся 5-6 классов (младшая группа)
- Обучающиеся 7-9 классов (старшая группа)
- Педагогический коллектив (организаторы, судьи, волонтеры)

Место проведения: Спортивный зал/школьный стадион (в зависимости от погодных условий).

Оборудование:

- Станции с необходимым инвентарем (мячи, скакалки, обручи, кегли, эстафетные палочки, канат, туннель, гимнастические маты, ориентиры, секундомеры, свистки, аптечка)
- Музыкальное сопровождение
- Плакаты с названием праздника, девизы, слоганы о спорте
- Наградной фонд (грамоты, медали, призы)

Сценарий праздника (общая часть для обеих групп):

1. Торжественное открытие (15 минут)

- Построение команд.
- Приветственное слово организаторов (директор школы, учитель физической культуры). Объявление целей и задач праздника.
- Представление команд (название, девиз, речевка).
- Поднятие флага "Спортландии" под гимн спорта.
- Разминка под музыку (5-7 минут).
- Инструктаж по технике безопасности.

2. "Путешествие по станциям Спортландии" (60-90 минут):

- Команды поочередно проходят станции, выполняя задания.
- На каждой станции команду встречает судья (учитель, волонтер), который объясняет задание, следит за правильностью выполнения и фиксирует результаты.
- Время на каждой станции ограничено (5-7 минут).
- Переход между станциями по сигналу.

3. Соревнования (20-30 минут):

- Перетягивание каната (одна игра для каждой возрастной группы).
- Спортивная эстафета (общая для обеих возрастных групп, но с разными заданиями).

4. Торжественное закрытие (15 минут):

- Построение команд.
- Подведение итогов соревнований. Объявление результатов.
- Награждение победителей и призеров (командные и личные награды, если предусмотрены).

- Заключительное слово организаторов.
- Спуск флага "Спортландии".

Сценарий праздника для 5-6 классов (младшая группа):

Станции:

1. "Меткий стрелок": Броски мяча в баскетбольную корзину (или в цель, нарисованную на стене) с определенного расстояния. Количество попыток ограничено. Подсчитывается количество попаданий.

- Цель: Развитие меткости, координации движений.
- Инвентарь: Баскетбольные мячи, баскетбольная корзина (или мишень), конусы для обозначения расстояния.

2. "Веселый скакун": Прыжки на скакалке на время (1 минута). Подсчитывается количество прыжков.

- Цель: Развитие выносливости, координации, ловкости.
- Инвентарь: Скакалки.

3. "Полоса препятствий": Прохождение полосы препятствий на скорость.

- Препятствия:
 - * Бег змейкой между кеглями.
 - * Перепрыгивание через гимнастическую скамейку.
 - * Пролезание через туннель.
 - * Прыжки из обруча в обруч (3-4 обруча).
- Цель: Развитие ловкости, быстроты, координации.
- Инвентарь: Кегли, гимнастическая скамейка, туннель, обручи.

4. "Кенгуру": Бег с мячом, зажатым между коленями, до определенной отметки и обратно.

- Цель: Развитие координации, ловкости, силы ног.
- Инвентарь: Мячи, конусы для обозначения дистанции.

5. "Гусеница": Вся команда, взявшись за плечи (или за пояс) движется вперед не отрывая ноги друг от друга.

- Цель: Развитие чувства коллективизма, координации, согласованности действий.
- Инвентарь: Нет

6. "Переправа по кочкам": На полу разложены "кочки" (листы бумаги или гимнастические обручи). Задача команды - перебраться с одного берега на другой, используя только "кочки". Один участник может двигаться только после того, как предыдущий окажется на "берегу".

- Цель: Развитие ловкости, координации, командной работы.
- Инвентарь: Листы бумаги (или обручи).

Соревнования:

- Перетягивание каната: Классическое соревнование на силу и командный дух.
- Эстафета "Веселые старты":
 - Бег с эстафетной палочкой до конуса и обратно.
 - Ведение мяча баскетбольного (или волейбольного) змейкой между конусами.
 - Прыжки в мешках до конуса и обратно.

Сценарий праздника для 7-9 классов (старшая группа):

Станции:

1. "Силачи": Подтягивание на перекладине (мальчики) / Подъем туловища из положения лежа на спине (девочки) на время (1 минута). Подсчитывается количество повторений.

- Цель: Развитие силы, выносливости.
- Инвентарь: Перекладина, гимнастические маты.

2. "Снайпер": Броски мяча в кольцо (баскетбольное или волейбольное) с разных точек. Подсчитывается количество попаданий.

- Цель: Развитие меткости, координации.
- Инвентарь: Баскетбольные (или волейбольные) мячи, кольцо, конусы для обозначения точек броска.

3. "Ловкий мяч": Ведение баскетбольного мяча змейкой между конусами на скорость.

- Цель: Развитие ловкости, координации, быстроты.
- Инвентарь: Баскетбольный мяч, конусы.

4. "Прыжок в длину с места": Измерение длины прыжка.

- Цель: Развитие силы ног, взрывной силы.

- Инвентарь: Измерительная лента, коврик для приземления.

5. "Разведчики": Один участник с завязанными глазами проходит полосу препятствий, его направляет команда, давая ему указания.

- Препятствия: стулья, кегли, мячи.
- Цель: Развитие чувства доверия, умения слушать и понимать друг друга, координации.
- Инвентарь: Повязка на глаза, стулья, кегли, мячи.

6. "Загадки спорта": Команде загадываются загадки о видах спорта, спортивном инвентаре и известных спортсменах. За правильный ответ - балл.

- Цель: Проверка знаний о спорте, развитие логического мышления.
- Инвентарь: Карточки с загадками.

Соревнования:

- Перетягивание каната: Классическое соревнование на силу и командный дух.
- Эстафета "Быстрые и ловкие":
 - Бег с эстафетной палочкой, передача палочки следующему участнику.
 - Бег с мячом, зажатым между коленями, до конуса и обратно.
 - Бег с теннисной ракеткой и мячиком на ней, стараясь не уронить мячик.
 - Прыжки на одной ноге до конуса и обратно.

Важные моменты:

- Перед началом соревнований обязательно провести инструктаж по технике безопасности.
- Обеспечить наличие аптечки с необходимыми медикаментами.
- Подобрать музыкальное сопровождение, создающее атмосферу праздника.
- Придумать интересные названия станций и заданий, отражающие тематику праздника.
- Учитывать возрастные особенности участников при разработке заданий.
- Создать атмосферу позитива и дружелюбия.
- Поощрять участие всех учеников, независимо от их спортивной подготовки.

Автор:



Акопян А.П.

Рецензия
на методическую разработку спортивного праздника
«Путешествие в «Спортландию»
Акопяна Андраника Петреевича,
учителя физической культуры
МБОУ СОШ № 14
муниципального образования город Новороссийска

Актуальность данного сценария обусловлена острой необходимостью формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни, а также необходимостью профилактики вредных привычек среди подростков и молодежи.

Новизна данного мероприятия заключается в подходе к его содержанию, которое не предполагает сложных спортивных соревнований, требующих специальной спортивной подготовки. Это позволяет расширить состав участников.

Ценность праздника «Путешествие в «Спортландию» заключается, прежде всего, в формировании ценностного отношения к здоровому образу жизни в процессе совместной деятельности взрослых и детей, когда есть еще реальная возможность привития навыков здоровьесбережения. Также ценно то, что данное мероприятие не требует сложной подготовки от организаторов и участников.

Мероприятие позволяет объединить в процессе игры детей, создать условия для их активного взаимодействия, наглядно продемонстрировать позитивный эффект совместного проведения активного досуга.

Спортивный праздник прошёл в рамках Всероссийской акции «Скажи - нет пагубным привычкам!».

Данный сценарий спортивного праздника может быть использован заместителями директоров по воспитательной работе, учителями физической культуры и ОБЖ, педагогами-организаторами, педагогами дополнительного образования.

15 декабря 2022 г.

Главный специалист МКУ ЦРО

О.А. Седова

Подпись главного специалиста удостоверяю

Директор МКУ ЦРО



Е.Л. Тимченко