

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа села Полевое»

Привитие интереса к предмету через внеклассную работу

Из опыта работы учителя физкультуры
Михайличенко Раисы Михайловны.

Полевое, 2009г.

Из опыта работы

При занятии физической культуры и спортом необходимо, прежде всего, умело и ненавязчиво возбудить у учащихся положительное отношение к предстоящей работе. Однообразная физическая деятельность приводит к развитию неблагоприятных психических состояний. Еще П.Ф.Лесгафт подчеркивал, что «всякая однообразная деятельность утомляет молодого человека и убивает в нем всякую самостоятельность». Учитель должен разнообразить средства и методы проведения урока, используя для развития двигательных качеств разнообразные и меняющиеся частично от урока к уроку упражнения, проводить занятия на свежем воздухе. Педагогически обоснованная организация учебной деятельности обеспечивает эффективное управление мотивацией занимающихся.

Важнейшее требование современного урока – правильный подбор упражнений, способствующих освоению техники изучаемых видов двигательной деятельности, заинтересованности. Привлечь ребят к занятиям физическими упражнениями можно лишь в том случае, если они будут видеть пусть небольшой, но зримый результат своей работы.

Положительное отношение школьников к уроку физической культуры невозможно без радостных переживаний на занятиях, возникающих неоднократно. Позитивный эмоциональный настрой, чувство радости у учащихся – один из критериев успешного урока. Можно выделить несколько условий и средств, повышающих эмоциональность урока.

1. Чтобы урок был в «радость» детям, нужно проявлять высокую культуру исполнения каждого элемента и всего целостного действия.

2. Источником радости должен стать сам процесс обучения – успешное преодоление трудностей, познание нового, развитие своих способностей.

3. Разнообразие приемов, используемых на уроке.

4. Игровые и соревновательные методы. Элемент соревнований всегда создает приподнятое настроение. Повышается эмоциональное состояние, воспитываются коллективизм, стремление к победе.

Раиса Михайловна в своей работе учитывает требования, предъявляемые к уроку, всячески поддерживает интерес учащихся. Включает в учебный процесс нестандартные упражнения, игры большой и малой интенсивности, игры на внимание и координацию, эстафеты, игры – единоборства и т.д.

Примеры нестандартных упражнений (для разминки).

1. Стоя лицом в круг, взявшись за руки. Передвижение вправо (влево), переступая с пятки на носок. Одновременно на счет 1-2 – руки вверх, 3-4 – руки вниз. Два круга в одну сторону, два – в другую.

2. Стоя лицом в круг, взявшись за руки. Передвижение одновременно, все вправо, пятки вместе – носки врозь; влево – носки вместе, пятки – врозь.

3. И.п. – то же, крепко взявшись за руки. Один медленно садится и тянет за собой следующего и т.д.; затем встает. Упражнение «волна». Постепенно темп увеличивается.

4. И.п. – то же, свободно держась за руки. Круговые движения руками: 1-4 – вперед, 5-8 – назад. Одновременно поднимаясь на носки, затем опускаясь на пятки.

5. И.п. – то же. Прыжки танца «Канкан». 1 – прыжки на левой ноге, правую согнуть в колене, 2 – вернуться в и.п.; 3 – мах правой ногой вперед – вверх, 4 – и.п.

Для организации учащихся на уроках физической культуры в процессе обучения Раиса Михайловна использует ряд методов: фронтальный, групповой, метод индивидуальных заданий, поточный и круговой. Включение в урок комплексов упражнений, проводимых с использованием метода круговой тренировки, значительно расширяет круг средств, обеспечивающих разностороннюю двигательную подготовку

школьников. Наряду с этим уроки становятся интересными для учащихся с учетом их индивидуальных возможностей и личной инициативы, повышается интерес детей к урокам физической культуры. Для проведения занятий по способу круговой тренировки составляют комплекс из 4-7 несложных упражнений и на выполнение отводят 10-12 мин.

Примерные комплексы круговой тренировки.

На уроках гимнастики (класс делится на четыре команды).

Комплекс 1.

1. Для развития мышц рук. И.п. – упор лежа, руки на гимнастической скамейке. Сгибание и разгибание рук. Туловище держать прямо, при сгибании рук касаться грудью скамейки.

2. Для развития мышц живота. И.п. – сед на мате, руки за головой ноги слегка согнуты, наклоны назад с возвращением в и.п.

3. Для развития мышц спины. И.п. – лежа на животе, ноги закреплены под 1-й рейкой гимнастической стенки, руки за голову. Прогнуться, руки вперед-вверх. Вернуться в и.п.

4. Для развития мышц ног. Прыжки на обеих ногах через гимнастическую скамейку с продвижением вперед до ее конца, бегом возвратиться назад и повторить прыжки в том же направлении.

Комплекс 2.

1. Переползание по-пластунски до конца гимнастических матов, бегом возвратиться назад и повторить.

2. Для развития мышц живота. И.п. – вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание и опускание прямых ног до положения прямого угла.

3. Кувырки вперед до конца гимнастического мата, бегом возвратиться назад и повторить.

4. Для развития мышц рук. Передвижение по гимнастической скамейке в упоре лежа сзади.

Комплекс 3.

Класс делится на 3 команды. Первая команда выполняет прыжки через короткую скакалку; вторая команда - 15 наклонов вперед, доставая носки ног; третья команда – подбрасывание набивных мячей вверх из-за головы. Через 1 минуту команды меняются упражнениями и так до тех пор, пока все команды не выполнят предложенные задания.

Раиса Михайловна большое внимание уделяет игровому методу, наилучшим образом отвечающему психологическим особенностям детей.

Перед выполнением скоростно-силовых упражнений Раиса Михайловна предлагает детям хорошо размяться, а чтобы это было интересно, разминку проводит в виде игры.

1. Игра с бегом «Бег за лидером». Расчет по порядку номеров. Учитель называет номер учащегося, который должен выбежать вперед и исполнить роль лидера. Лидер может бежать в любом направлении и изменять его, все остальные ученики бегут в колонне по одному за лидером. Через некоторое время учитель называет номер другого игрока, после чего лидер меняется.

2. Бег с передачей флажка. Направляющий в колонне бежит с флажком. По команде учителя направляющий передает флажок бегущему за ним и, замедляя бег, встает замыкающим в колонне.

3. Игра «Какая команда быстрее?». Класс разбивается на 2 команды. Участники строятся друг за другом за стартовой линией. По команде учителя первым номерам команд необходимо, выбегая с низкого старта, добежать до поворотной отметки, обежать ее и так же быстро вернуться к своей команде. Определяется расстояние, которое разделило участников на финише. К бегу готовятся вторые номера команд.

Участник команд, первый номер которой пробежал вторым, встает у стартовой линии, с которой бежала первая пара, а для участников выигравшей команды стартовая линия прочерчивается мелом впереди на расстоянии, разделившем игроков первой пары. Получается фора, которую необходимо отыгрывать участнику проигравшей команды и т.д.

Развитию силы также способствуют игровые упражнения. Вот некоторые из них:

1. Игра «Мяч соседу». Учащиеся встают по кругу. Игрокам дают мяч средних размеров, который начинают передавать по кругу. Учитель подает сигнал свистком. Игрок, в руках которого в момент сигнала окажется мяч, выполняет заранее оговоренное задание (например, прыжки на препятствие высотой до 50 см-10 раз, приседание – 15 раз, «отжимание» - 10 раз или какое-либо другое упражнение, способствующее развитию силы). Игра продолжается. Сигналы можно подавать подряд один за другим. Игрок, выполнивший задание, может встать в круг и продолжить игру.

2. Игра «Перебежки с вырубкой». Площадка делится на 2 равных участка. На расстоянии двух метров от коротких сторон площадки параллельно им проводят две линии. Между ними по всей ширине площадки ставят по 10 кеглей. Ученики делятся на две равные команды и располагаются произвольно на площадке со стороны линии, за которой стоят их кегли. По сигналу учителя игроки обеих команд начинают перебегать на сторону соперников, стремясь завладеть кеглями, причем каждый из них за одну перебежку может взять только одну кеглю и унести на свою сторону. Каждому игроку разрешается не только брать кегли соперников, но и салить на своей половине площадки игрока противоположной команды, перебегающих с кеглями. Осаленный игрок отдает кегли тому, кто его осалил, и остается на месте в ожидании, что его выручит, коснувшись, рукой игрок своей команды. Взятая кегля возвращается на свое место. Выигрывает команда, которая сумеет за определенное время перенести на свою сторону больше кеглей.

Повышают эмоциональность урока и, что очень важно, побуждают интерес к легкоатлетическим упражнениям, сюжетные уроки, которые Раиса Михайловна проводит

в 5-6 классах. Цель таких уроков: развивать ловкость, силу, быстроту, сообразительность; поддерживать дружеские отношения друг к другу.

Пример сюжетного урока «Туристские тропы».

1. «Веревоочная экскурсия». Учащиеся должны проявить не только свою ловкость, но и взаимопомощь и взаимовыручку. Учащиеся берутся за руки, закрывают глаза и выполняют команды учителя:

3 шага вперед.

«Овраг» - широкий шаг.

«Ручей» - перепрыгнули его.

«Ветки» - нагнулись и сделали 3 шага вперед.

«Овраг» (преграда) – присели, идем вперед 5-7 шагов.

«Змейка» - бег змейкой, взявшись за руки, приставными шагами между предметами с открытыми глазами.

2. Класс делится на две команды. Команда, которая наберет наибольшее число баллов, объявляется лучшей туристической командой.

- «Силачи». Первые две пары мальчиков отжимаются от пола. Победитель приносит своей команде одно очко.

- «Петрушки». Кто быстрее вытолкнет соперника из круга плечом, прыгая на одной ноге.

- «По болотным кочкам». С закрытыми глазами пройти по скамейке (кто быстрее). При этом важно не оступиться.

- «Пещера». Всей команде надо быстрее пройти сквозь обруч.
- «Скалолазание». Кто быстрее взберется на гимнастическую стенку и спустится с нее?

- «Горная река». Пробежать по перевернутой скамейке, не оступившись.

Раиса Михайловна учитывает уровень возрастного развития детей. В играх с бегом и прыжками физические напряжения чередуются с передышками для активного отдыха. Наилучшими являются игры-передышки, например «Зайцы в огороде», «Бездомный заяц». Эти игры некомандные и в них каждый стремится проявить свои способности в ловкости, быстроте, сообразительности. Игры «Утки и охотники», «Меткий стрелок» относятся к командным играм, где действие каждого игрока зависит от умения играющих взаимодействовать и направлены на овладение техникой метания мяча.

Михайличенко Р.М., учитывая физические качества детей, способности проводит большую внеклассную работу. Внеклассная работа способствует вовлечению школьников в процесс активного учения. При этом учащиеся имеют возможность реализовать свои физические способности. На протяжении многих лет в школе работают спортивные секции по волейболу, баскетболу и ОФП.

Проводит открытые внеклассные спортивные мероприятия:

- соревнование по волейболу и баскетболу среди учащихся, работников школы и молодежи села.

- спортивный конкурс «Веселые старты» для учащихся 1-2 классов. Цель: организовать здоровый отдых детей; развивать силу, ловкость, выносливость, подвижность; воспитывать чувство взаимовыручки, товарищества; воспитывать любовь к занятиям физической культуры. Конкурс состоял из 8 эстафет: «Лабиринт», «Проворные метальщики», «Найди пару», «Погрузка инвентаря», «Доскажите словечко», «Альпинисты», «Бои гладиаторов», «Непогода».

- семейная спортивная развлекательная программа «Лучший папа» для учащихся 1-4 классов и их пап, посвященная дню защитника Отечества. Цель: организовать здоровый отдых детей с родителями; развивать силу, ловкость и выносливость, подвижность; воспитывать любовь к занятиям физической культурой и спорта; привлекать родителей к участию во внеклассной работе школы. Программа состояла из 8 конкурсов: «Вызов номера», «Переправа», «Собери ребенка в школу», «Ночной футбол», «Вращение обруча», «Баскетболисты», «Борьба за территорию», «Конкурс загадок».

В дни военно-спортивного месячника проводит:

- соревнование по пионерболу;
- соревнование по пионерболу с элементами волейбола;
- соревнование по волейболу;
- «Малые олимпийские игры»;
- «Праздник оранжевого мяча»;
- «Путешествие в замок спорта»;
- «Президентские состязания»;
- «В здоровом теле – здоровый дух»;
- «Богатырь - 2007»;
- «Зоологические забеги»;
- спортивный конкурс «Семья».

Литература.

1. Журнал «Физическая культура в школе».
2. Книга «Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе», г. Волгоград, изд. «Учитель», 2006г.
3. Книга «Сценарии спортивных праздников в школе», изд. «Феникс», 2005г.
4. Книга «Классные часы 5-6 классы», Т.В. Шепелёва и др., г. Волгоград, 2007г.

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа села Полевое»

Сценарий
спортивного развлечения
для учащихся 5 - 7 классов
«Праздник оранжевого мяча»

*Подготовила и провела:
учитель физической культуры 2 категории
Михайличенко Р.М.*

Сентябрь 2009 г.

Цель:

Сделать этот день праздником, дать детям возможность реализовать умения и навыки, полученные на уроках, в соревнованиях с достойными противниками.

Организовать здоровый отдых учащихся.

Развивать ловкость, силу, подвижность, активность, смекалку.

Прививать учащимся любовь к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Оборудование:

Большие и малые мячи, баскетбольные мячи, обручи, скакалки, три резиновых кольца, флажки, 2 каната, три гимнастических мата.

Ход мероприятия.

Ведущий: Здравствуйте ребята. Сегодня в этом зале встречаются смелые, ловкие и сильные игроки команд.

Идея есть, идея есть,

Проверку я устрою здесь:

Задам сейчас вопросы детям,

А дети быстро мне ответят,

Те, кто с трудом не дружит никогда,

Которые приходят в дом, как господа,

Всё им подай, всё им помой,

Обед свари и стол накрой.

Скажите по секрету:

Таких здесь в зале нету?

Дети: Нет!

Ведущий:

Кто с учёбой дружен,

Нам сегодня нужен,

Кто со спортом дружен,

Нам сегодня нужен.

Таким ребятам хвала и честь,

Такие ребята здесь в зале есть?

Дети: Есть!

Ведущий: Теперь мы можем смело начать наши состязания. Все спортсмены перед стартом делают разминку. Давайте и мы сделаем разминку.

Мы выходим на площадку

Начинается зарядка.

Шаг на месте - два вперёд,

А потом наоборот.

Руки вверх подняли выше,

Опустили - чётко дышим.

Упражнение второе.

Руки набок, ноги врозь,

Так давно уж повелось.

Три наклона сделай вниз,

На четыре поднимись!

Гибкость всем нужна на свете,

Наклоняться будем, дети!

Раз - направо, два - налево,

Укрепляем наше тело.

Приседанья каждый день

Прогоняют сон и лень.

Приседай пониже.
Вырастешь повыше.
В заключение в добрый час
Мы попрыгаем сейчас.
Раз, два, три, четыре -
В дружбе мы живём и в мире.

1 задание на выносливость. «Прыжок за прыжком»

Первый участник, зажав мяч между ног, прыгает до кольца и вложит его в кольцо. Возвращается бегом. Второй добегают до мяча, берёт мяч, зажимает между ног и возвращается прыжками на место. Передаёт мяч следующему игроку из своей команды. Внимание! Мяч класть аккуратно, чтобы он не выкатился из кольца, сохраняя дисциплину в командах, за линию старта не выбегать раньше времени, только когда игрок пересечёт её и передаст вам мяч.

2 задание выявит, какая команда самая быстрая. «Эстафета с мячом».

Первый игрок бежит с ведением мяча до обруча, заходит в него, ударяет мяч об пол, возвращается назад до половины поля, где установлен флажок, и передаёт мяч очередному игроку броском. Следующий игрок выполняет то же задание.

Внимание!

Вспомните, как правильно вести мяч, чтобы не мешать другим участникам.

3 задание на ловкость. «Мяч и обруч»

Первый игрок бежит с ведением мяча до обруча, кладёт его в резиновое кольцо, продевает

обруч через себя и возвращается к команде без мяча. Второй игрок бежит к обручу, продевает его через себя, берёт мяч и с ведением возвращается назад.

Внимание!

Следите за тем, чтобы мяч не выкатывался из кольца, за чёткостью и быстротой выполнения задания и порядком .

4 задание на внимание. «Передал - садись»

Капитан команды встаёт напротив своей команды на расстоянии 8 шагов. У него в руках мяч. По сигналу он передаёт мяч (двумя руками снизу) первому игроку колонны, который ловит мяч, возвращает обратно капитану и сразу же принимает положение упор - присев. Победит та команда, которая закончит передачу мяча первой и не нарушит правил.

5 задание на смекалку и ловкость «Скакуны».

Первый игрок усаживается на большой мяч с ручкой, держась за ручку двумя руками, и передвигается до флажка и обратно. Второй игрок повторяет то же задание. Помните, что необходимо сохранять дисциплину в командах, за линию старта не выбегать раньше времени, только когда игрок пересечёт её и передаст вам мяч следующий игрок начинает движение.

6 задание на меткость. «Сбей кегли».

Каждому участнику даётся один маленький мяч. По сигналу по очереди каждый игрок выполняет бросок мяча по кеглям и старается сбить как можно больше кеглей. Второй игрок выполняет то же задание по сигналу и так далее. После каждого броска сбитые кегли ставятся на место.

Внимание!

Черту не заступать, бросать по очереди и помнить, что вы можете бросить мяч всего лишь один раз.

7 задание на смекалку.

«Викторина».

Каждой команде выдаётся лист с вопросами и вариантами ответов. В них присутствуют как правильные, так и неправильные ответы. Ваша задача - ответить всей командой правильно за 30 секунд.

1. Какие бывают Олимпийские Игры?

- А) белые;
- Б) красные;
- В) синие;
- Г) зелёные;
- Д) летние;
- Е) зимние;
- Ж) весенние;
- З) чёрные

2. Какие виды спорта из названных ниже являются олимпийскими?

- А) Гольф; Б) футбол;
- В) плавание;
- Д) спортивная и художественная гимнастика;
- Е) городки.

3. Какой наградой удостоивался победитель Олимпийских Игр?

- А) венок из ветвей оливкового дерева;
- Б) почести;
- В) статуи;
- Г) песни в его честь;
- Д) изображения на монетах.

8 задание на силу.
«Конкурс капитанов».

1. Кто большее количество раз и правильно отожмётся от пола.

2. Кто большее количество раз и правильно присядет за 15 секунд.

3. Кто большее количество раз и правильно поднимет туловище из положения лёжа на спине за 30 секунд.

Ведущий:

Соревновались все на славу, Победители по праву Похвал достойны т награды, И грамоты вручить им рады.

Да здравствуют сетки, мячи и ракетки,
Зелёное поле и солнечный свет.

Да здравствует отдых, борьба и походы,
Да здравствует радость спортивных побед!

Всем спасибо за вниманье,
За задор, за звонкий смех,

За огонь соревнованья,
Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья,
Будет краткой наша речь.

Говорим вам: «До свиданья,
До счастливых новых встреч!»

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа села Полевое»

Спортивный конкурс
«Малые Олимпийские игры»
для учащихся 5 класса

Подготовила:
учитель физической культуры
2 категории, Михайличенко Р.М.
Провели:
Михайличенко Р.М.
Самаренко Е.И.

Февраль, 2008 г.

Цель: Познакомить с особенностями Олимпийских игр. Формировать стремление вести здоровый образ жизни.

Задачи:

1. Организовать здоровый отдых детей.
2. Развивать силу, ловкость, выносливость, подвижность.
3. Воспитывать чувство взаимовыручки, товарищества.
4. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.
3. Расширить и закрепить знания об Олимпийских играх.

Оборудование: 2 обручей, 2 вертикальных препятствия, 2 подушки, 2 шарфа, 2 зонтика, 2 резиновых мяча, мел, 2 мешка, 20 резиновых колец, 2 волейбольных мяча, 2 теннисных шарика, гимнастическая скамейка, протоколы.

Ведущая. В небольшой долине, окружённой в древности лесистыми холмами, на юге Греции была расположена Олимпия. Многочисленные храмы и алтари, дома жрецов и помещения для упражнений атлетов - вот и все её постройки.

Около 3000 лет назад на мраморном стадионе Олимпии состоялись первые состязания атлетов, которым было суждено положить начало олимпийским играм, перешагнувшим границы веков.

В старину в античном мире
Двадцать пять веков
назад Города не знали
мира,
Шёл войной на брата брат.
И мудрейшие решили:
Ссоры вечные страшны.

Можно в смелости и силе Состязаться без войны! На время олимпийских игр в Древней Греции прекращались все войны и состязания проходили только в силе, ловкости и быстроте. В Древней Греции вообще провозглашался культ силы и здоровья.

На Олимпийских играх во всех видах программ страна может выставить четырёх участников, а в эстафетных гонках - одну команду. Олимпийские игры проводятся через 4 года, в которые включены зимние и летние Олимпийские игры.

Мы сегодня проведём наши «малые олимпийские игры», в которых вы сможете показать свою силу, ловкость и сообразительность.

1 эстафета «Следопыты»

Задание: по сигналу первый игрок каждой команды добегают до обруча, находят свой кроссовок, обувает его, завязывает шнурки и возвращается назад. Касается рукой 2-го игрока, и тот делает то же самое. Подведение итогов.

2 эстафета с мячом.

Задание: по сигналу первый игрок каждой команды берёт мяч и бежит до ориентира, оббегает его и возвращается к команде. После передачи мяча следующему участнику эстафета продолжается. Чья команда вперёд выполнит задание, та и побеждает.

Подведение итогов.

3 эстафета «Кто прыгнет дальше».

Задание: по сигналу первый игрок каждой команды от стартовой линии прыгает в длину с места. Судья фиксирует результат прыжка по пяткам. Следующий участник стартует от результата прыжка предыдущего прыгуна. Оценивается длина всех прыжков участников команды.

Подведение итогов.

4 эстафета «Переправа».

Задание: по сигналу первый игрок каждой команды берёт обруч, в который помещаются первые два участника команды, которые добегают до ориентира. Первый по порядку остаётся, а второй бежит за третьим. Повторяется до тех пор, пока все участники команды окажутся по другую сторону зала, у ориентира. Чья команда выполнит быстрее, та и побеждает.

Подведение итогов.

Ведущая. А теперь для вас загадки, которые связаны с Олимпийскими играми.

1. Я конём рогатым правлю.

Если этого коня

Я к забору не приставлю,

Упадёт он без меня.

(велосипед)

Ведущая. Правильно. Сейчас в олимпиаде несколько состязаний с велосипедом.

2. Не пойму, ребята, кто вы?

Птицеловы? Рыболовы?

Что за невод на дворе?

-Не мешал бы ты игре.

Ты бы лучше отошёл,

Мы играем в ...

(волейбол)

Ведущая. Правильно. Волейбол -один из видов современных Олимпийских игр.

3. К лежебоке у реки

Притащил я две руки,

По руке к бокам приладил

И поплыл по водной глади.

(лодка)

Ведущая. Верно. На Олимпиаде мы можем наблюдать соревнования гребцов.

4. Две полоски на снегу

Оставляю на бегу.

Я лечу от них стрелой,

А они опять за мной.

(лыжи)

Ведущая. Да. Это лыжи. В зимних Олимпийских играх есть прыжки с трамплина и лыжный марафон.

5. По пустому животу

Так, что мне невмоготу,

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумачи.

(футбольный мяч)

Ведущая. Да. На Олимпиаде играют в футбол.

6. Мчусь, как пуля, я вперед.

Лишь поскрипывает лед,

Да мелькают огоньки.

Кто несёт меня?

/коньки.;

Ведущая. На Олимпиаде проходят несколько видов спорта - хоккей, фигурное катание. А сейчас продолжим наши состязания, наши малые Олимпийские игры.

5 эстафета «Метко в цель».

Задание: по сигналу первый игрок каждой команды берёт резиновое кольцо и бросает в мешок, который держат два участника команды. У какой команды в мешке будет больше колец, та команда одерживает победу в этой эстафете.

Подведение итогов.

6 эстафета «Пингвины».

Задание: по сигналу первый игрок каждой команды берёт волейбольный мяч, зажимает его между колен и маленькими шагами бежит до ориентира и обратно. Если мяч упадет на пол, то движение продолжается с этого же места, где был потерян мяч. Чья команда выполнит быстрее, та и побеждает.

Подведение итогов.

7 эстафета «Перекасти через поле».

Задание: по сигналу первый игрок каждой команды становится на четвереньки и начинает дуть на теннисный шарик, стараясь его докатить таким образом до ориентира. Затем взять шарик в руку, оббежать ориентир и передать следующему участнику. Задание повторяется каждым участником команды. Чья команда выполнит быстрее, та и побеждает.

Подведение итогов.

8 эстафета «Бои гладиаторов».

Задание: По сигналу каждый из участников должен сбить подушкой соперника со скамейки. Кто сойдёт со скамейки — тот проиграл. Подведение итогов.

9 эстафета «Непогода».

Задание: по сигналу 1-й игрок каждой команды повязывает на шею шарф, берет зонт и бежит

до кубика и обратно, все снимает и передает следующему игроку команды. Таким образом,

все должны сразиться с непогодой.

Подведение итогов.

Ведущая. А сейчас предлагаю для вас викторину по Древней Греции. За каждый правильный

ответ команда получает балл.

Викторина.

1. В какой стране прошли первые Олимпийские игры? (В Греции)
2. Назовите символы Олимпийских игр. (эмблема, флаг, факел)
3. Назовите девиз Олимпийских игр. («Быстрее, выше, сильнее»)
4. Назовите самый большой остров Греции. (Крит).

Ведущая.

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом крепко дружим.

Спорт - помощник, спорт- здоровье,

Спорт игра,

Всем участникам - физкульт - ура!

Слово предоставляется председателю жюри.

Поздравление. Награждение.

Литература:

1. Книга «Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе», О.В.Белоножкина и другие, Волгоград, 2006 г.
2. Книга «Классные часы 5-6 классы», Т.В.Шепелёва и др., Волгоград, 2007 г.