

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение города Костромы
«Средняя общеобразовательная школа № 4»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

спортивного праздника с элементами семейных эстафет
«Папа, мама и я – спортивная семья» –

открытого мероприятия по направлению:
«Мероприятие для семейного досуга»

в рамках Смотра-конкурса общеобразовательных учреждений города Костромы
по организации массовой физкультурно-спортивной и оздоровительной работы

учитель физического воспитания
МБОУ города Костромы «СОШ № 4»
Пьянкова Марина Евгеньевна

Пояснительная записка

Ведущими идеями предлагаемой разработки являются доступность получения практических знаний в области сохранения и укрепления здоровья, формирование мотивации здорового образа жизни у детей и их родителей.

В «Конвенции о правах ребёнка», разработанной Организацией Объединённых Наций, сказано: «Ребёнку для полноценного и гармонического становления и развития необходимо расти в атмосфере счастья, любви и понимания». Чтобы внутренний мир, духовный склад наших детей был богатым, глубоким, «дух» и «тело» находились в гармонии, необходимы меры физического воспитания и гигиены.

Данная методическая разработка реализуется через игру, способную пробудить детскую любознательность, вовлечь в активное освоение окружающего мира. При выборе игр акцент делается на их видовое многообразие: соревновательный характер чередуется с играми на развитие сотрудничества и взаимопомощи, ролевые игры. Все мероприятия направлены на восстановление эмоциональной сферы и развитие коммуникативных качеств с учётом индивидуальных особенностей участников команд.

Под соревновательно-игровым методом в физическом воспитании подразумевается способ приобретения и совершенствования знаний, умений и навыков, развития двигательных и морально-волевых качеств в условиях игры или соревнования. Его характерной особенностью, отличающей от других методов физической подготовки, является обязательное присутствие соревновательно-игровой деятельности двух или более противоборствующих сторон.

Соревновательно-игровой метод относится к группе практических методов. Его комбинированное применение позволяет решать широкий круг задач в самых различных условиях. Данный метод обладает многими признаками как игрового, так и соревновательного метода, использующихся в физическом воспитании. К характерным его признакам можно отнести:

- ❧ Присутствие соперничества и эмоциональность в двигательных действиях;
- ❧ Непредсказуемую изменчивость как условий, так и действий самих участников;
- ❧ Проявление максимальных физических усилий и психического воздействия;
- ❧ Стремление учащихся добиться победы при соблюдении оговорённых правил игры или соревнования;
- ❧ Применение разнообразных двигательных навыков, целесообразных в конкретных условиях игры или соревнования.

Если рассматривать соединение соревновательного и игрового методов с позиции физического воспитания, то суть соревновательно-игрового метода сводится к тому, что для решения учебно-воспитательных и оздоровительных задач на практике, в учебно-тренировочном процессе реально могут использоваться разнообразные физические, технические и тактические упражнения, подвижные игры, эстафеты или их комбинации, когда учащиеся играют и соревнуются одновременно. И часто различие между игрой и соревнованием исчезает, так как двигательные действия несут в себе признаки как игры, так и соревнования.

Использование соревновательно-игрового метода способствует успешному накоплению двигательного опыта, основанного на временных связях, которые вследствие положительного переноса, то есть координационной общности с изучаемым видом физической деятельности, облегчают освоение программного материала.

Соревновательно-игровой метод может использоваться для усвоения и закрепления учебного материала, а также повышения уровня физической подготовленности. Это осуществляется с помощью частных образовательных задач, то есть применения таких соревновательно-игровых заданий, в которых есть сходные с изучаемым навыком по структуре и характеру нервно-мышечные напряжения, элементы

целостного двигательного действия.

Игровыми или соревновательными любые задания называются потому, что при их помощи создаётся та или иная соревновательно-игровая ситуация, при которой встречаются противоборствующие или соревнующиеся стороны. При этом степень и характер их взаимодействий строго регламентируются в зависимости или в соответствии с оговорёнными правилами. Цель заданий – совершенствование в соревновательно-игровой обстановке как физических качеств, так и конкретных умений и навыков учащихся.

Соревновательно-игровые задания несут в себе большой эмоциональный заряд, который является эффективным средством не только физического развития учащихся, но и их духовного воспитания. Это происходит потому, что соревновательно-игровые задания для учащихся являются достаточно мощным раздражителем, позволяющим с большим интересом выполнять как простые, так и сложные двигательные действия.

Поэтому с оздоровительной, воспитательной и образовательной точек зрения в настоящее время широкое применение соревновательно-игрового метода не только желательно, но и просто необходимо.

Использование соревновательно-игрового метода позволяет успешно развивать как общефизическую, так и специальную подготовку учащихся. При регулярном (системном) совершенствовании программного материала в соревновательно-игровой обстановке умения и навыки быстрее адаптируются к влиянию эмоционального фона состязаний или игры, а различные тактические действия лучше осваиваются в упрощённых условиях, позволяющих сконцентрировать внимание на главном двигательном действии за счёт вычленения ведущих элементов из изучаемого умения или навыка.

Творчески применяемый соревновательно-игровой метод в процессе физических занятий с молодежью безусловно способствует успешному решению задач из любых разделов программы по физическому воспитанию.

Ежегодно в нашей школе проводятся спортивные праздники с элементами спортивных эстафет «Папа, мама и я – спортивная семья».

Цель конкурса

Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи проведения конкурса

- ☞ Укрепление здоровья детей.
- ☞ Содействие укреплению взаимоотношений в семье.
- ☞ Создание положительных эмоций у участников и зрителей конкурса.
- ☞ Ознакомление с различными видами эстафет.
- ☞ Развитие физических качеств.

Место проведения конкурса

Спортивный зал школы.

Оборудование

- ☞ 4 волейбольных мяча;
- ☞ 8 малых набивных мячей (1 кг);
- ☞ 8 обручей;
- ☞ 20 кубиков;
- ☞ 12 теннисных мячей;
- ☞ 4 клюшки;

- ☞ 4 надувных шара;
- ☞ 4 ведра;
- ☞ 4 ракетки для настольного тенниса;
- ☞ 4 шарика для настольного тенниса;
- ☞ 7 комплектов знаков дорожного движения;
- ☞ 1 футбольный мяч.

Руководство проведения конкурса, жюри

- ☞ Завуч-организатор внеклассной работы.
- ☞ Учителя физического воспитания школы.
- ☞ Помощники из числа учеников 10^х – 11^х классов.
- ☞ Родители учащихся 1^х – 4^х классов.

Участники конкурса

- ☞ Четыре команды, состоящих из учеников 1^х классов школы и их родителей;
- ☞ Четыре команды, состоящих из учеников 2^х классов школы и их родителей;
- ☞ Четыре команды, состоящих из учеников 3^х классов школы и их родителей;
- ☞ Четыре команды, состоящих из учеников 4^х классов школы и их родителей;

Порядок проведения конкурса

Конкурс выполняется в два этапа отдельно среди команд учащихся 1^х – 2^х классов и 3^х – 4^х классов.

Начисление очков и определение победителей конкурса

За каждый пройденный этап командам начисляются очки:

- ☞ IV место – 1 очко,
- ☞ III место – 2 очка,
- ☞ II место – 3 очка,
- ☞ I место – 4 очка

Место каждой из команд по итогам конкурса определяется по сумме набранных очков.

Награждение

- ☞ Команда-победительница награждается Почётной грамотой и ценным призом.
- ☞ Команды, занявшие II, III и IV места, награждаются Почётными грамотами.

СЦЕНАРИЙ КОНКУРСА (СОДЕРЖАНИЕ)

Спортивный зал оформлен воздушными шарами, плакатами с пропагандой здорового образа жизни. Перед началом спортивного праздника звучат песни советских авторов на спортивную тематику.

Команды состоят из 3^х человек. Каждая из команд выбирает себе название и придумывает девиз.

Команды-участники встают в центре зала в строй в следующем порядке: ребенок, мама, папа.

В центр зала выходит ведущий с группой помощников:

- Ведущий: Добро пожаловать, гости дорогие!
Веселья вам, да радости желаем.
- 1^й помощник: Давно мы вас ждем-поджидаем,
Праздник без вас не начинаем!
- 2^й помощник: Сегодня день субботний, сегодня выходной.
Оставьте мамы стирку, уборку на потом.
И папы отложите важные дела.
- 3^й помощник: Ведь чтоб здоровым стать
нужно прыгать, бегать и скакать,
никогда не унывать.
- Ведущий: Спорт, ребята, очень нужен.
Мы со спортом крепко дружим.
- 1^й помощник: Спорт – помощник!
- 2^й помощник: Спорт – здоровье!
- 3^й помощник: Спорт – игра!
- Хором: Физкульт – ура!
- Ведущий: Праздник ловкости и воли
Торжествует в нашей школе!

Перед началом конкурса проводится разминка. Командам-участникам около своих мест отдыха предлагается выполнить общеразвивающие упражнения по образцу ведущего.

Звучит бодрая музыка.

ПЕРВЫЙ КОНКУРС

«Кто быстрее»

По сигналу первый участник с волейбольным мячом устремляется вперёд к стойке-ориентир, два раза обегает вокруг неё и возвращается в свою команду, где передаёт эстафету.

ВТОРОЙ КОНКУРС

«Не урони мячик»

В руках у первого участника ракетка с шариком для настольного тенниса. По сигналу он устремляется к стойке-ориентир, неся перед собой ракетку с находящимся на ней шариком и стараясь не уронить его на пол. Обогнув стойку-ориентир, участник

возвращается в свою команду, где передаёт эстафету.

В случае потери шарика, его надо поймать и вернуться на место, где сделано нарушение, вновь положив шарик на ракетку.

ТРЕТИЙ КОНКУРС

«Хулахуп»

По сигналу первый участник добегают до средней линии, где на полу лежит обруч и пролезает его через него. Оставив обруч на линии, обегает стойку-ориентир, на обратном пути вновь пролезает через обруч, вернувшись в свою команду, передаёт эстафету.

ЧЕТВЁРТЫЙ КОНКУРС

«Кто дальше»

Прыжки в длину с места.

Конкурс выполняется поочерёдно: первым участником команды – со стартовой черты, вторым и третьим – с места приземления предыдущего участника.

Оценивается суммарная длина прыжков всех членов команды.

ПЯТЫЙ КОНКУРС

«Быстро и аккуратно»

По сигналу ребёнок раскладывает два обруча на эстафетной линии, обегает стойку-ориентир и передаёт эстафету. Мама раскладывает в обручи два малых набивных мяча, обегает стойку-ориентир и передаёт эстафету. Папа забирает из обручей мячи, обегает стойку-ориентир и возвращается в свою команду.

Условие прохождения конкурса: мяч не должен выкатиться из обруча.

ШЕСТОЙ КОНКУРС

«Рассыпал – собери»

По сигналу первый участник с ведром в руке добегают до средней линии, высыпает из ведра «мусор» (5 кубиков), огибает стойку-ориентир, собирает на обратном пути свой «мусор» в ведро, возвращается в свою команду и передаёт эстафету.

СЕДЬМОЙ КОНКУРС

«Меткий стрелок»

По сигналу первый участник добегают до средней линии, берёт в руки теннисный мяч, бросает его в ведро, стоящее на линии стойки-ориентира, возвращается в свою команду и передает эстафету.

Условия прохождения конкурса: каждое попадание в цель приносит команде дополнительное очко.

ВОСЬМОЙ КОНКУРС

«Хоккей»

По сигналу ребёнок бежит с ведром до стойки-ориентира, оставляет его, возвращается к своей команде, где передаёт эстафету. Папа ведёт надувной шар

хоккейной клюшкой, вкладывает шар в ведро, клюшку оставляет у ведра и возвращается. Мама бежит к ведру, достает шар и клюшкой ведёт его к стартовой линии.

ДЕВЯТЫЙ КОНКУРС

«В одной связке»

По сигналу папа обегает стойку-ориентир, возвращается, берёт маму за руку. Оба обегают стойку-ориентир, возвращаются, сажают ребенка на руки, обегают стойку-ориентир и возвращаются к стартовой линии.

ДЕСЯТЫЙ КОНКУРС

(На знание правил дорожного движения)

«Угадай дорожный знак»

Конкурс проводится одновременно для команд учащихся 1^х и 2^х классов.

Помощники раздают наборы дорожных знаков для каждой команды.

Ведущий задаёт командам загадки на знание правил дорожного движения. Отгадав загадку, члены команды по очереди выбирают табличку с необходимым знаком – отгадкой и выбегают на линию стойки-ориентира.

Побеждает та команда, которая правильно ответила на загадку и быстрее донесла табличку до стойки-ориентира.

Загадки на знание знаков дорожного движения:

- | | | |
|---|---|---|
| 1 | Чудо-конь – велосипед,
Можно ехать или нет?
Странный этот синий знак,
Не понять его никак! (<i>Велосипедная дорожка</i>) |  |
| 2 | Видно строить будут дом –
Кирпичи висят кругом.
Но у нашего двора
Стройплощадка не видна. (<i>Въезд запрещён</i>) |  |
| 3 | Тормози скорей, шофёр!
Можно врезаться в забор!
Кто нам путь загородил
И дорогу перекрыл? (<i>Железнодорожный переезд со шлагбаумом</i>) |  |
| 4 | Белый круг с каёмкой красной –
Значит, ехать не опасно.
Может и висит он зря?
Что вы скажете, друзья? (<i>Движение запрещено</i>) |  |
| 5 | Землю роет человек.
Почему проезда нет?
Может быть, здесь ищут клад?
И старинные монеты
В сундуке большом лежат?
Их сюда, наверно, встарь
Спрятал очень жадный царь. (<i>Дорожные работы</i>) |  |
| 6 | Вот большой зелёный сквер,
А напротив буква «Р». |  |

- Непростая буква «Р»,
А в квадрате буква «Р».
Неужели возле сквера
«Р» нельзя произносить? (*Место стоянки*)
- 7 Шоссе шуршало шинами,
Бегущими машинами.
Но возле школы сбавьте газ –
Здесь знак, водители, для вас.
Особый знак здесь «Дети»,
За них мы все в ответе.
И вы при этом знаке тоже,
Ребята, будьте осторожны! (*Дети*)
- 8 Отчего бы это вдруг
Стрелки дружно встали в круг?
И машины друг за другом
Мчатся весело по кругу.
Что такое в самом деле,
Словно мы на карусели!
Мы на площади с тобой,
Здесь дороги нет прямой. (*Круговое движение*)
- 9 Замечательный знак –
Восклицательный знак!
Значит, можно здесь кричать,
Петь, гулять, озорничать!
Отвечают люди строго:
«Здесь опасная дорога.
Очень просит знак дорожный
Ехать тихо, осторожно» (*Прочие опасности*)
Танцевальная группа учащихся 3^х классов исполняет «Танец лягушат».
- 
- 
- 

КОНКУРС ДЛЯ БОЛЕЛЬЩИКОВ

«Ловкий футболист»

Приглашаются до 5 желающих из зала. Игрокам завязывают глаза. В центре зала ставится футбольный мяч. Выигрывает тот, кто первым коснётся мяча.

Победитель получает ценный приз. Вручение проводит ведущий.

Для подведения итогов команды строятся в центре зала. Жюри объявляют результаты, вручают Почётные грамоты и ценные призы. Под звуки спортивного марша все команды торжественно проходят по залу, зрители их приветствуют.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Для педагогов:

- ☞ Повышение уровня педагогического мастерства;
- ☞ Отработка моделей взаимодействия членов семьи в рамках сюжетно-ролевой игры.

Для детей:

- ☞ Активный отдых и оздоровление детей;
- ☞ Личностный рост ребёнка. Его самореализация в спортивной и творческой деятельности через получение положительных эмоций в ходе состязаний;
- ☞ Раскрытие спортивного потенциала ребёнка.

Для родителей:

- ☞ Содействие укреплению взаимоотношений в семье;
- ☞ Чувство уверенности в силах ребёнка.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- Ахмеров Э.К. Спортивные и подвижные игры в школе. – Мн., 1968
- Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. – М., 1982
- Былеева Л.В., Ю Григорьев Л.В. Игры народов СССР. – М., 1985
- Варшавская Р.А., Кудряшова Л.Н. Игры под музыку. – М., 1964
- Вилькин Я.Р. Белорусские народные игры. – Мн., 1969
- Геллер Е.М., Гуревич И.А. Методические рекомендации комплексного проведения соревнований по подвижным играм и конкурсам профессионального мастерства. – Мн., 1979
- Гужаловский А.А. Подвижные игры в режиме для учащихся 1-4-х классов. – Мн., 1965
- Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе. – М., 1983
- Коротков И.М. Подвижные игры в школе: помощь учителю физической культуры. – М., 1979
- Лях В.И. Координационные способности школьников. – М., 1989
- Чуватин К.М. Подвижные игры на уроках физической культуры в школе. – Казань, 1966
- Яковлев В., Гриневский А. Игры для детей. – М., 1992
- Интернет-портал Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru>.
- Интернет-портал Виртуальный дворец детского и юношеского творчества <http://www.vlivkor.com>.

ФОТООТЧЁТ О ПРОВЕДЕНИИ МЕРОПРИЯТИЯ

Построение команд-участников.



Разминка.



Демонстрация командам-участникам правил прохождения этапа эстафеты.



«На старт,.. внимание,.. марш...»











Пока жюри подсчитывает результаты.
Выступление ученицы 2 класса с сольным акробатическим номером.



Награждение.



Участники и победители конкурса.

