

Структурное подразделение государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения Самарской области средняя
общеобразовательная школа № 2 «Образовательный центр» с. Кинель –
Черкассы муниципального района Кинель - Черкасский Самарской области
детско-юношеская спортивная школа

**Методическая разработка
Организация спортивного мероприятия
«Снежные забавы»**



Автор:
Тренер-преподаватель
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №2
«ОЦ» с.Кинель-Черкассы
Маханова Ирина Поликарповна

с.Кинель-Черкассы
2019 год

Аннотация

В данной методической разработке раскрывается методика проведения спортивного мероприятия «Снежные забавы», для обучающихся и родителей, отделения «лыжные гонки».

Спортивные мероприятия в учреждениях дополнительного образования положительно влияют на формирование навыков здорового образа жизни в семье и обществе.

Спортивное мероприятие ориентировано расширить взаимодействие тренера-преподавателя с родителями обучающихся с помощью использования ценностей физической культуры.

Взаимодействие родителей и тренера преподавателя в процессе участия спортивного мероприятия занимает особое место в системе дополнительного образования, выступая вспомогательным элементом учебно – тренировочного процесса.

Данная методическая разработка рекомендуется педагогам дополнительного образования, учителям физкультуры, организаторам внеклассной и спортивной работы с целью формирования у детей и их родителей здорового образа жизни.

Введение

Спортивный праздник нужен для того чтобы воспитывать в детях желание приобщаться к спортивной культуре, физическим упражнениям и тренировать дух соперничества. Все дети и как показала практика, их родители любят конкурсы, эстафеты и совместный отдых на природе.

Спортивное мероприятие – это всегда веселье, радость с друзьями и удовольствие от активного время проведения. Кроме того, такое занятие прививает детям любовь к спорту, а значит формирует из них полноценную личность.

Приобщая родителей к совместному отдыху с детьми, мы тем самым улучшаем их взаимоотношения, оценить которые практически не возможно.

Цель спортивного мероприятия: Пропагандировать здоровый образ жизни. Воспитание поколения, стремящегося к здоровому образу жизни, посредством вовлечения детей и их родителей в такие формы организации оздоровительной работы, как спортивные эстафеты, совместные прогулки на лыжах, конкурсы со спортивной тематикой.

Задачи:

Физическая культура

- Способствовать развитию и совершенствованию таких качеств, как выносливость, ловкость, быстрота, сила, мышление, умение координировать свои движения .
- Развивать физкультурно – оздоровительную работу в ДЮСШ.
- Способствовать формированию положительного отношения детей и родителей к физкультуре. Содействовать улучшению взаимоотношений между родителями и детьми.
- Воспитывать настойчивость, упорство, чувство товарищества, умение побеждать и проигрывать.

Здоровье:

- Сохранять и укреплять физическое и психологическое здоровье детей.
- Способствовать формированию у учащихся навыков ведения здорового образа жизни;
- Закреплять правила, связанные с сохранением здоровья.

Социализация:

- Приобщать к мероприятиям, которые проводятся в спортивной школе, в том числе и родителей.

Коммуникация:

- Воспитывать чувство коллективизма.

Основная часть

Место проведения:

- Тренировочная трасса ДЮСШ в лесу на горе «Лысуха».

Время проведения: 3 января 2019 года, (60-90 минут)

Оборудование и инвентарь: секундомер, свисток, лыжи, лыжные палки, лыжные ботинки, верёвка 6 -7 метров, 4 картонки, 2 фишки, веточки деревьев, скакалки, варежки, корзина, снежки.

Участники: Состав команд:

- Первая команда – обучающиеся отделения лыжные гонки,
- Вторая команда – их родители.

Награждение: Все участники соревнований получают сладкие призы, и сувениры .

Ход мероприятия:

- Совместная прогулка по тренировочной трассе детей и их родителей.
- Эстафета с участием двух команд дети и родители.
- Конкурсы и викторины.
- Совместное чаепитие.

Сценарий спортивного мероприятия «Снежные забавы»

Ведущий: Здравствуйте! Сегодня мы собрались на этой лесной поляне, чтобы провести спортивный праздник «Снежные забавы». Сейчас мы с вами поближе ознакомимся с лыжной трассой. А потом проведём необычные соревнования, так как с нами будут соревноваться наши мамы и папы.

Ведущий: Спортивный праздник и прогулка по лесу, укрепит здоровье и поднимет наше настроение на долгое время. А что такое здоровье?

Здоровье - это когда тебе хорошо.

Здоровье – это когда ничего не болит

Здоровье - это красота!

Здоровье – это сила!

Здоровье – это гибкость и стройность!

Здоровье – это выносливость!

Здоровье - это когда утром просыпаешься бодрым и выносливым!

Здоровье - это когда без труда можешь подняться на 4 этаж!

Здоровье – это когда ты с радостью выполняешь любую работу!

Здоровье – это когда ты хочешь заниматься спортом!

Ведущий: А сейчас одеваем лыжный инвентарь и выходим на прогулку на лыжах. Дистанция 1, 5 км.

В это время готовится полоса препятствий, на поляне.

Ведущий: Вот и наши лыжники прошли разминочный круг.

А сейчас мы узнаем что нужно делать чтобы сохранить здоровье.

1)Чтоб здоровье сохранить

Организм свой укрепить

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня!

2)Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну, а утром не лениться-

На зарядку становиться!

3)Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,
Закаляться и тогда
Не страшна тебе хандра.
4) Кушать овощи и фрукты
Рыбу, молокопродукты –
Вот полезная еда,
Витаминами полна!
5) На прогулку выходи
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе
Одевайся по погоде.
6) Вот вам добрые советы,
В них запряганы секреты.
Чтоб здоровье сохранить
Научись его ценить!

Ведущий: Праздник наш спортивный, продолжать пора,

- Празднику спортивному скажем мы УРА!
- Ребята, вы готовы показать себя настоящим спортсменами? Ну тогда выходите, покажем всем, как мы умеем соревноваться, а в этом нам помогут наши родители.
- Приглашаются дети и родители. Капитаны команд озвучивают название команды и представляют её.

Ведущий: А теперь продолжаем наш праздник и приступаем к эстафетам.

1 эстафета: «Быстрый лыжник»

По сигналу первые два участника передвигаются на лыжах до фишки, объезжают её и возвращаются обратно, хлопают по ладони следующего участника, передают эстафету. Побеждает та команда, которая первой пересекает финишную черту.

2 эстафета: «Серпантин»

На отрезке от старта до фишки на расстоянии 3 метра друг от друга втыкаем в снег веточки деревьев 3 – 4 штуки, так чтобы можно было их объехать по «серпантину».

Задача участников объехать на лыжах по «серпантину» веточки. Обратно по прямой, передать эстафету.

3 эстафета: «Собери варежки»

Участники эстафеты передвигаются на лыжах и по ходу, подбирают варежки, объезжают фишку передают варежки следующему члену команды, он едет и разбрасывает их по ходу движения. Следующий собирает варежки и т.д. Побеждает команда первой закончившая задание.

4 эстафета: «Верёвочка»

По прямой линии выстилается верёвка 7 – 8 метров(можно связать скакалки между собой 3 – 4 штуки).Задача участников пробежать по верёвке до фишки, и обратно по прямой назад, передать эстафету.

5 эстафета: «Островок»

Задействованы два участника. Первый участник встаёт на картонку, второй участник подаёт ему вторую картонку и первый ступает на неё, тем самым передвигается вперёд, до фишки и обратно бегут вместе по прямой. Передают эстафету.

После подсчёта очков за эстафету подводятся итоги, победители награждаются мини призами.

Ведущий: А теперь пока команды отдыхают вопросы для болельщиков:

1. Как называется начало забега? (старт)
2. Как называется окончание забега? (финиш)
3. Назовите виды спорта начинающиеся на букву «б» (баскетбол, бадминтон, бейсбол, биатлон, бобслей, бокс, борьба).
4. Назовите название лыж (атомик, фишер, визи, тиса, маяк и т. д)
5. Назовите родину олимпийских игр. (Греция)
6. Где и как зажигается олимпийский огонь? (В Греции, от солнечных лучей)
7. Что такое параолимпийские игры? (Игры для инвалидов)
8. Где проходили зимние Олимпийские игры в 2014 году?(г.Сочи)

Ведущий:А теперь мы проведём конкурс «Распутай нас».Для этого мы выбираем одного ребёнка и отворачиваем его спиной к основной группе, в которую входят все желающие, дети и родители. Участники берутся за руки и не размыкая рук, «запутываются» проходя под сомкнутыми руками или перешагивают их,как только мы «запутаемся» зовём отвёрнутого участника и просим его распутать «путанку».

Конкурс проводим 3 – 4 раза с разными детьми.

Ведущий: Следующий конкурс «Кто ниже». Два помощника берут верёвку и держат на уровне груди. Участники конкурса должны пройти под верёвкой не задевая её. Затем верёвка опускается ниже, несколько раз. Побеждает тот кто пройдёт под верёвкой ниже всех.

Ведущий: А завершает наши конкурсы, состязание «меткий стрелок». Участники в этом конкурсе должны попасть в корзину снежком.

Выигрывает участник больше раз попавший в корзину.

Ведущий: Ну вот, и заканчиваются наши соревнования.

- Пора подводить нам спортивный итог,
- Отлично все дети и родители справлялись с заданием
- И в этом нам спорт безусловно помог!

Ведущий: Наши семьи просто чудо,

- Все старались от души
- И конечно же подарки
- Будут очень хороши!
- Ну а нам пора прощаться,
- Всем желаем закаляться,
- Не болеть и не хворать,
- Физкультурниками стать!
- Награждение команд сладостями и сувенирами.

Ведущий: И завершаем мы наше мероприятие, совместным чаепитием. С хорошим настроением все принимавшие участие в празднике дети и их родители покидают лыжную трассу. Совместное фото на память. Приложение №1

По заключению мероприятия педагог проводит анкетирование (Приложение №2)





Список источников

1. Петров, Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления (Основы режиссуры, технологии, организации и методики) / Б.Н. Петров. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 352 с.
2. Бардина, Р.А. Сотвори себя. Здоровье и физическая культура / Р.А. Бардина. – АСТ, 2009. – 480 с.
3. Кузин, В.В. 500 игр и эстафет / В.В. Кузин. – М.: Физкультура и спорт, 2012. – 304 с.

АНКЕТА

Уважаемый родитель!

- Просим Вас ответить на несколько вопросов, связанных с проведением и организацией спортивного праздника «Снежные забавы».
- Отнеситесь к заполнению анкеты внимательно и серьезно, ведь ее цель – самодиагностика тренера-преподавателя Махановой Ирины Поликарповны.
- Ваше мнение о работе тренера-преподавателя нам очень важно.

Ф.И.О. _____

1. Ваш рецепт сохранения и укрепления здоровья? _____

2. Занимаетесь ли вы спортом и как часто? _____

3. Считаете ли Вы, что данное спортивное мероприятие выступает как совместный семейный активный досуг? _____

4. Понравилось ли Вам организация и проведение данного спортивного мероприятия? _____

5. Понравились ли Вам конкурсы, проводимые во время мероприятия? _____

6. Ваши предложения по совместной деятельности родителей и тренера-преподавателя для улучшения его воспитательной работы с обучающимися _____

7. Ваши пожелания и отзывы тренеру-преподавателю _____

Спасибо за Ваши ответы!