**КГУ «Кызыласкерская средняя школа» им.В.М.Скачкова**

**СПОРТИВНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ**

**«В здоровом теле – здоровый дух» для учащихся 7-9 классов**.

**Учитель физкультуры:**

**Фельбуш Н.В.**

**2015-2016 учебный год**

**Разработка спортивного мероприятия:**

**«В здоровом теле – здоровый дух» для учащихся 7-9 классов.**

Пояснительная записка

Человек - высшее творение природы. Но для того, чтобы наслаждаться Ее сокровищами, он должен отвечать По крайней мере, одному требованию: Быть здоровым

. А.А. Леонов

В ситуации стремительных и непредсказуемых новаций, которые сегодня происходят во всех сферах жизни, несовершенство системы обучения неблагоприятно отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Мы стоим перед фактом не только физического, но и психологического здоровья детей. Резерв сохранения здоровья человека заложен в организации образа его жизни, который во многом зависит от культуры здоровья индивидуума. Последнее включает в себя знание психологических возможностей своего организма; знание способов укрепления здоровья; умение распространять знания о здоровье на свое окружение и в целом на окружающую среду. Здоровье зависит от жизненных позиций и усилий человека, его способности активно регулировать собственное состояние с учетом индивидуальных особенностей своего организма, реализовать программы самосохранения, самоорганизации и саморазвития. В настоящее время существуют различные проекты профилактической работы среди подростков по предупреждения и снижению уровня наркомании, алкоголизма, асоциального и других форм отклоняющегося поведения. Однако вопросам обучения здоровьесберегающему поведению уделяется недостаточно внимания.(1)

 Сохранение здоровья подрастающего поколения является самой насущной проблемой государства. Я считаю ,что школа — идеальный центр для воспитания культуры здоровья и формирования здорового образа жизни учащихся. Культура здоровья, являющаяся составной' частью базовой культуры, призвана развивать осознанное отношение подростков к своему здоровью как главной жизненной ценности и представ- ляет собой систему познавательного, творческого и поведенческого элементов. Любая культура начинается со знаний. Поэтому подростки должны быть вооружены целой системой представлений о физиологических особенностях организма, гигиены тела, питания, режима и т. д., а так же о сущности здорового образа жизни. В этом состо- ит смысл познавательного аспекта системы. Творческий элемент предусматривает развитие полученных знаний в ходе активной самореализации личности в процессе творческой деятельности. Поведенческий элемент предусматривает формирование устойчивых положительных привычек и применение поведенческих стереотипов здорового образа в повседневной жизни подростков, устойчивом противодействии негативных воздействий.(2)

 Формирование культуры здоровья – это активный процесс воспитания и саморазвития подростков. Здоровый образ жизни - это систематические занятия физическими упражнениями, играми, спортом, соблюдение норм личной гигиены, режима дня и рационального здорового питания

Цель:- Пропагандировать здоровый образ жизни.

- Способствовать формированию у учащихся устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.

 - Развивать у учащихся активную позицию по отношению к сохранению своего здоровья .

Спортивное мероприятие. «В здоровом теле - здоровый дух».

В соревнованиях участвуют команды в составе:

 Команда №1

: Команда№2

: Заранее готовятся следующие конкурсы:

 1.Название команды,

 2.Небольшое приветствие,

 3. Эблема команды.

 Место проведения: спортивный зал

Оформление: шары, плакаты. «Закаляйся и расти! С хворью нам не по пути!». «Солнце, воздух и вода- витамины навсегда!». «Спорт поможет нам везде и в учебе и в труде!». «Улыбаясь чаще людям, о болезнях позабудем!». «Спорту – да! Болезням – нет!». «Будем здоровы!».

 В судействе: Состав 1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Для всех команд подготовлены дипломы за участие и победу в конкурсе, а также дипломы в отдельных номинациях. Звучит отрывок песни «Веселый ветер». Выходят ведущие.

Ведущие: Если хочешь быть здоровым начинай дружить со спортом. И работа, и учеба станут в радость вместе со спортом! Здравствуйте! Здравствуйте!

 Ведущие:- Сегодня мы ведем репортаж с самых интересных и захватывающих… - Самых сложных и ответственных… - Самых главных соревнований сезона.(3) - А называются наши соревнования: «В здоровом теле – здоровый дух». Сильным, ловким, смелым, Научись любить скакалки, Обручи и палки. Никогда не унывай, В цель мячами попадай. Вот здоровья в чём секрет – Всем друзьям – физкульт-привет

Ведущие:Спорт, ребята, очень нужен,Мы со спортом очень дружим. Спорт – помощник! Спорт – здоровье! Спорт – игра! Физкульт – ура! (4) В мире нет рецепта лучше, Будь со спортом неразлучен, Проживёшь 100 лет – Вот и весь секрет! Мы праздник мира, дружбы открываем. Спортивный праздник закипит сейчас! Мы спортом дух и тело развиваем, Он наполнит силой каждого из вас!

 Ведущие:Итак, напутствие услышали – пора начинать соревнование! Звучит отрывок гимна «УЕФА» Ведущие приглашают команды в зал. Команды выходят под аплодисменты и выстраиваются Ведущие: Приветствуем команды.

Ведущие: Мы представляем наше комплексное жюри, в составе которого: 1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В зале – наши поклонники, команды, наши болельщики! Пока команды готовятся к самому первому конкурсу «Мы и спорт», судья познакомит всех с правилами судейства.

Правила!

 Ведущие: Выходим дружно мы на старт. В пути чтоб не было преград, Начнем мы лучше со знакомства.(5)

 Ведущие: Наш первый конкурс: «Дружим мы со спортом» Оценивается приветствие и эмблема команд. Команда №1: Название, приветствие. Команда №2: Название, приветствие.

Ведущие: Закончился конкурс приветствия команд. Какие все разные оказались обе команды. Но все похожи и едины в одном. Спорт и движение – самое лучшее средство от болезней, жизненных неурядиц, депрессий. А пока судьи совещаются и выставляют оценки. Участники готовятся к следующему конкурсу.

.Ведущие обращаются к болельщикам. Мы постоянно задаем себе вопрос «Что же такое спорт»? Хорошо знакомое всем детям и взрослым слово «спорт» родилось давным -давно во Франции. Правда произошло оно немного по другому: «деспорт» , что означает «развитие, забота». Затем слово перекочевало в Англию. Правда англичане произносили его на свой манер: «диспорт». Затем и вовсе отпали первые две буквы, осталось знакомое многим людям на планете слово «спорт». Проникло оно и в Россию. Случилось это более 100 лет назад и означало не иначе как игру в домино, наклеивание марок, разведение домашних животных и рукоделие. Короче говоря сплошное развлечение. Толькопозже спортом стали называться те физические упражнения, которые укрепляли здоровье, помогали человеку накачать силушку, приобрести пластику и гибкость, закалить волю и стать смелым. Однако и это не спорт. Это физическая культура. Делая утреннюю зарядку, совершая пробежки и лыжные прогулки, мы занимаемся физкультурой; развиваем и совершенствуем свой организм физически. Для того чтобы спорт стал спортом, необходимо присутствие настоящего спора, интриги, выяснение отношений за пальму первенства. Спортивная борьба – вот что отличает спорт от физической культуры. Там, где есть борьба, есть и победители, призеры и проигравшие. Тем он и интересен для всех.(6)

Судьи объявляют итоги приветствия. Звучит отрывок песни «Хоккей» и ведущие объявляют следующий конкурс.

 Конкурс №2 « Хоккей на траве».

 Участники ведут гимнастической палкой большой воздушный шарик мимо кеглей, поставленных змейкой. Та команда, которая первая закончит ,победит в этом конкурсе.

Ведущие: А пока судьи оценивают второй конкурс, мы с вами дорогие болельщики отправимся в путешествие по разным видам спорта. Отгадав о чем идет речь или о каком виде спорта говорится. Вы получите жетон, тем самым вы поможете заработать своей команде дополнительное очко.

1. В 1895 г. Преподаватель физкультуры колледжа ассоциации молодых христиан Хомике Уильям Морган изобрел игру с использованием рыбацкой сети и назвал ее «минтонет». Что это за игра, если в названии присутствует слово «летающий» (ВОЛЕЙБОЛ)

 2. В каких играх присутствует «дыня»? (РЕГБИ И АМЕРИКАНСКИЙ ФУТБОЛ)

3. С появлением этой игры связана почти скандальная история. На родине в Канаде в газетах упоминали о том, что городской суд рассматривал жалобы на молодых людей, гонявших что- то палками на стадионе по льду. Произошло это в 1847г. (ХОККЕЙ)

4. В переводе с английского означает «ножной мяч». Что это за игра? (ФУТБОЛ)

 5. Часто можно услышать высказывание: «он показал финт!». А что оно означает для футболистов? (ОБМАННОЕ ДВИЖЕНИЕ)

6. Возник этот зрелищный вид спорта в стране многочисленных каналов, которые замерзали зимой. Но его вдохновителем и основателем считается американский балетмейстер, который не найдя поддержки своего начинания на родине, продемонстрировал этот вид в Вене. Там его по достоинству оценили и теперь мы постоянно с трепетом наблюдаем за соревнованиями спортсменов на льду. (ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ)

7. Канадцы гордятся хоккеем, англичане футболом, а какой вид спорта можно считать российским? (ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА)

 8. Где возникли олимпийские игры? (В древней Греции)

9. В чью честь проводились Олимпийские игры? (Зевса)

10. Когда в олимпийских играх стали принимать участие женщины? (1900 г.)

 11. Что представляет собой олимпийский флаг? (Белое полотнище с 5 переплетенными кольцами синего, черного, красного, зеленого и желтого цветов - символ 5 континентов).

12. Чем награждались победители Олимпийских игр в Древней Греции? (Венком из лавра).

13. Назовите талисман Олимпийских игр в Москве? (медведь)(7)

Судья объявляет результаты 2 конкурса + жетоны.

Конкурс №3 « Баскетбольный мяч». Участник садится верхом на баскетбольный мяч, удерживая его между ног скачет до стойки, взяв в руки мяч оббежать стойку и вернуться, чтобы передать мяч следующему участнику.

 Ведущие: Спорт – это гибкость, сила и ловкость. Спорт – это точность, меткость сноровка. Спорт – это грация и музыка движения. Он – миг победы, звездное мгновение. (8)

 Судья объявляет результаты 3 конкурса .

Конкурс №4 « Самый ловкий» .Участники выстраиваются в колонны по одному перед лицевой линией. На равном расстоянии от стартовой линии перед каждой командой ставят стойки. Каждый из участников должен взяв в руки ракетку с теннисном мячиком по сигналу, с высокого старта бегут к стойкам, оббегают их, возвращаются к своей команде , передают эстафету и становятся в конец своих колонн. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету

 Ведущие: Если хочешь, чтобы тело, Было гибким и умелым, Чтобы крепли воля, стойкость, Наш совет: дружить со спортом.(8)

Ведущие: Пока наши команды отдыхают и готовятся к следующему конкурсу. Мы узнаем кто из болельщиков больше знает пословиц, поговорок о спорте, о здоровом образе жизни. Например: Солнце, воздух и вода – витамины навсегда! Наш друг - стадион! У нас каждый чемпион! Судья объявляет результаты 4 конкурса + жетоны. Звучит отрывок песни «Эстафета» и ведущие объявляют следующий конкурс

. Конкурс №5 Эстафета « Перестановка». Участник меняя красные кегли на сини добегает до обруча с тоннелью проходит через него, бежит до стойки, оббегая ее, берет лист бумаги , на которой напечатана буква ,возвращается и передает эстафету следующему участнику. Следующий участник меняет синий кегли на красные и т.д. Завершив эстафету участники из букв собирают слова. Одна команда –красота, другая – здоровье.(К\_Р\_А\_С\_О\_Т\_А, З\_Д\_О\_Р\_О\_В\_ЬЕ).Команда, которая соберет слово первая победит в этом конкурсе. Конкурс болельщиков. А сейчас проведем физкультурную разминку для болельщиков. Отжимание , приседание, прыжки со скакалкой. Судья объявляет результаты эстафеты + жетоны.

Ведущий: Подходит к концу наша встреча со спортом, И с теми кто дружит со спортом всю жизнь. С ним легче учиться и лучше работать Спорт – главный помощник для каждой семьи!

Ведущий: Он всех награждает отличным здоровьем И дружбу, любовь самым близким дает. Зовет он в поход или даже на подвиг, Растить, делать, строить, учиться зовет! И каждый сегодня у нас победитель, Участие в празднике – главный итог. Дойти он до финиша все-таки смог! Итак, объявляются итоги конкурса «В здоровом теле - здоровый дух». Судья объявляет победителей в конкурсе, награждает номинантов отдельных видах.

 Ведущий: Всем спасибо за участие, За поддержку в трудный час. Пусть устали вы отчасти,Но приятно видеть вас.

Ведущий: Что еще для счастья надо, Коль здоровье дарит спорт?! Коль в семье любовь и лад?! Будьте счастливы всегда До новых встреч!(11) На этом наше мероприятие закончено! Всем большое спасибо