Муниципальное образовательное учреждение

«Ленинская средняя общеобразовательная школа

с углубленным изучением отдельных предметов»

Таврического района Омской области

**Внеклассное занятие**

**«Малые Олимпийские игры»**

**2-3 класс**

**Подготовила:**

**Прудникова Светлана Николаевна,**

**учитель начальных классов**

2014 г.

**Цель:** создание условий для развития у учащихся интереса к спорту.

**Задачи:**

**Образовательные:**

* расширить знания детей о XXII Олимпийских играх, о зимних видах спорта, по которым будут проходить соревнования на XXII Олимпийских играх.

**Оздоровительные:**

* укрепление здоровья детей;
* содействие гармоническому физическому развитию;
* формирование умений применять различные средства психологической коррекции.

**Воспитательные:**

* формировать положительные черты характера - воля, уверенность в своих силах, здоровый азарт, чувство толерантности и патриотизма;
* умение управлять своими эмоциями;
* воспитание устойчивого интереса к двигательной активности.

**Коммуникативные:**

* воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях соревновательной деятельности.

**Оборудование:** проектор, компьютер, экран, презентация, магнитная доска,

макет факела, конверты с пиктограммами различных видов спорта,

медали.

**Инвентарь:** набор мягкого конструктора (кубики, пирамиды), мячи, кегли,

«лыжи» (вырезанные из поролона).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы занятия** | **Содержание** | **Примечания** |
| I.Организационный момент.  II. Вводная часть. Постанов-  ка целей.  III. Основная часть.  IV. Заключе-ние. | Учитель:  – Звенит, заливается школьный звонок.   Зовёт детвору на новый урок   Нас ждёт не немецкий и не английский.   Нас ждёт необычный урок - олимпийский.  – Наше занятие пройдет под девизом  **«Жаркие. Зимние. Твои.»**  – Что означают эти слова?  – Это девиз или слоган 22 Зимних олимпийских игр.  – Совсем скоро с 7 по 23 февраля в городе Сочи пройдут Зимние олимпийские игры.  – Что означают слова слогана? **Жаркие** говорят о том, что на олимпиаде всегда присутствует большой накал страстей в борьбе за медали. **Зимние** – значит проходят зимой. А слово **Твои** означает, что олимпиада это дело каждого, всей страны.  – Олимпийские игры это не только спортивные состязания и рекорды, это стартовая площадка в страну здоровья, бодрости и хорошего настроения.  – И сегодня я предлагаю вам провести Малые Олимпийские игры, почувствовать себя будущими олимпийцами.  – Олимпийские игры начинаются с зажжения олимпийского огня. Всем приготовиться к встрече олимпийского огня.  ( входит богиня с макетом факела )  – Огонь зажигается в Олимпии в Греции от солнечных лучей в храме бога Аполлона. (факел передают из рук в руки)  – На стадионе факел передают спортсмены друг другу. Одному или нескольким спортсменам, за их особые успехи в спорте дается право зажечь огонь в чаше. (Один из детей «зажигает» огонь в чаше, подносит факел к экрану – появляется огонь – анимация).  – Над высокими домами  Выше ночи, выше дня  Расправляет крылья пламя  Олимпийского огня!  – Малые олимпийские игры объявляю открытыми.  – На Олимпиаде в Сочи будут проведены  соревнования по 15 дисциплинам. По некоторым из них я предлагаю вам посоревноваться.  – Мы с вами уже провели жеребьевку, и теперь  у каждого из вас есть карточки с пиктограммами зимних видов спорта.  – Какие виды спорта относятся к зимним? Узнаем, составив пиктограммы.   1. **Первая группа – санные виды спорта, т.е. на санках.**   – **Бобсле́й**  — зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой скоростной спуск с гор по специально оборудованным ледовым трассам на управляемых санях — [бобах](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%B1_(%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%B8)).  – **Скелетон** - зимний [олимпийский вид спорта](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B), представляющий собой спуск по [ледяному](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D0%B4) жёлобу на двухполозьевых [санях](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D0%BD%D0%B8) на укрепленной раме.  – **Первое соревнование** **- бобслей** – спуск на санях.  – Каждый участник команды на «санях» добегает до пирамидки и возвращается, отдает «сани» следующему игроку.  – Закончилась первая эстафета. Необходимо настроиться на активную борьбу, поэтому нам необходимо активизировать наш организм и мы проведем **самомассаж.**   Массаж рук  1. «Мыть» кисти рук, активно тереть ла­дошки до ощущения сильного тепла. 2. Растирать «мочалкой» всю руку до плеча, с силой нажимать на мышцы плеча и предплечья; «смывать водичкой мыло»: од­ной рукой вести вверх, затем ладошкой - вниз и «стряхнуть воду».  Массаж ног Сидя по-турецки, подтягиваем к себе стопу левой ноги, затем разминает пальцы ног. Сильно растираем стопу, поглаживаем стопу, похлопыва­ем по стопе, пятке. То же - с правой ногой.  – Какие виды спорта относятся к лыжным? Узнаем, составив пиктограммы.   1. **Вторая группа олимпийских дисциплин – лыжные.**   – **Фристайл** – в состав фристайла входят [лыжная акробатика](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9B%D1%8B%D0%B6%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D0%BA%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0&action=edit&redlink=1)  – **Биатлон** – зимний олимпийский вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки.  – **Лыжные гонки** **-**  гонки на [лыжах](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%8B%D0%B6%D0%B8) на определённую дистанцию.  **Второе соревнование** **- лыжные гонки.** Бег на «лыжах».  – Каждый участник команды пробегает на «лыжах». Добежав до пирамидки, возвращается и отдает «лыжи» следующему игроку.  – Перед следующим соревнованием необходимо сделать разминку для кистей и пальцев рук.  «Дружба»  – «Дружат в нашем классе девочки и мальчики».  *Пальцы рук соединяются ритмично в замок.*  – «Мы с тобой подружим маленькие пальчики».  *Ритмичное касание одноименных пальцев обоих*  *рук.*  – «Раз, два, три, четыре, пять».  *Поочередное касание одноименных пальцев,*  *начиная с большого пальца.*  – «Начинай считать опять.  – Раз, два, три, четыре, пять.  *Поочередное касание одноименных пальцев,*  *начиная с мизинцев.*  – Мы закончили считать».  *Руки вниз, встряхнуть кистями.*  **Третье соревнование** **- биатлон.**  – Что такое биатлон? Сочетание бега на лыжах и  стрельбы из винтовки.  – Каждый участник команды бежит на «лыжах», добегает до мишени и бросает мяч в мишень.    – Перед последним соревнованием нам надо собрать все усилия, наполниться новой энергией.  **Психологический настрой с дыхательными упражнениями.**  Сидя по-турецки, разводим руки в стороны и делаем вдох, представляя, как наше тело наполняется энергией солнца. Выдох – руки складываем на уровне груди. Вдох – и еще раз представляем тепло, которое нам дарит солнце. Выдох. Вдох – представляем свежий ветерок, который обдувает наше лицо. Выдох. Вдох – представляем чистый голубой океан. Выдох.  Мы наполнили свое тело – чистыми светлыми силами.  – Какие виды спорта относятся к ледовым? Узнаем, составив пиктограммы.   1. **Третья группа олимпийских дисциплин – ледовые**   – **Фигурное катание** - передвижение спортсменов по льду с прыжками поддержками, вращениями под музыку.  – **Хоккей** – командная игра.  – **Кёрлинг**  — участники двух команд поочерёдно пускают по льду специальные тяжёлые [гранитные](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%82) снаряды («[камни](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9A%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%8C_(%D0%BA%D1%91%D1%80%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3)&action=edit&redlink=1)») в сторону размеченной на льду мишени (дом).    **Четвертое соревнование** **- кёрлинг.**  – Каждый участник команды бросает мяч в «дом». После передает мяч другому участнику.  («Дом» можно сделать из мягкого конструктора)  – Закончилась наша олимпиада.  – Участникам приготовиться к вручению наград.  – Я думаю, что каждый из вас достоин награды. Поэтому каждому участнику Богиня Ника вручает медали.  – Пройдет немного времени, и в Сочи лучшие спортсмены нашей планеты соберутся на зимние олимпийские игры. Я надеюсь, что олимпийский дух поведет вас дорогой физического, умственного и духовного совершенствования, и может быть, кто-то из вас достигнет высот олимпийского пьедестала. | Слайд № 2  Слайд № 3  Слайд № 4  Слайд № 5  Слайд № 6  2 ребенка составляют на магнитной доске изображение пиктограмм.  Слайд № 7  Слайд № 8  Слайд № 9  У кого такие эмблемы –участники.  10 участников  Слайд № 10  Все садятся в круг на ковре.  Цель: воздействовать через биоактив­ные точки пальцев на внутренние органы, вызвать ощущение легкости, радости.  Цель: воздействовать на биологически активные центры, находящиеся на ногах, развивать гибкость суставов.  3 ребенка составляют на магнитной доске изображение пиктограмм.  Слайд № 11  Слайд № 12  Слайд № 13  Слайд № 14  У кого такие эмблемы –участники.  10 участников  Слайд № 15  Слайд № 16  У кого такие эмблемы –участники.  10 участников  Слайд № 17  Все садятся в круг на ковре.  3 ребенка составляют на магнитной доске изображение пиктограмм.  Слайд № 18  Слайд № 19  Слайд № 20  Слайд № 21  У кого такие эмблемы –участники.  10 участников  Слайд № 22  Звучит гимн.  Слайд № 23 |

**Список использованной литературы:**

1. Базунов Б.П.«Эстафета олимпийского огня»; Москва 1990.
2. Болотов Г.П. Сценарии спортивно-театрализованных праздников. Книга 1 - М.: Школьная Пресса, 2005.
3. Барвинский В., Вилинский С. «Рождено Олимпиадой»; Москва 1985.
4. Мальцев А.И. Сценарии спортивных праздников в школе. - М. Феникс 2005.
5. Нейхардт А.А., Шишова И.А. Семь чудес древнего мира. СПб, 1999г.
6. Оливова В. Люди и игры. У истоков современного спорта. - М.: ФиС,1985.
7. Олимпийская энциклопедия. М., 1980.
8. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002.
9. Советова Е. В.. Эффективные образовательные технологии. – Ростов на Дону: Феникс, 2007.
10. Чаленко И.А., Соловьева Н.И. Сценарии спортивно-театрализованных праздников, М.: Школьная пресса – 2008.