

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр
имени Героя России Александра Перова
р.п. Варнавино Нижегородской области

Методическая разработка
мероприятия с использованием технологии
педагогической поддержки
«Территория здоровья»

Автор:

Батманова Наталья Сергеевна-
педагог-организатор

р.п. Варнавино
2020г.

Введение

Здоровый образ жизни является основой профилактики и укрепления здоровья детей и подростков. Актуальность существующих проблем по охране жизни и здоровья детей вызвало необходимость включить в работу с детьми активные формы и методы формирования навыков здорового образа жизни. Педагоги и родители обращают особое внимание на здоровье ребенка, развитие его интеллекта, характера, воспитание у него полезных навыков. В такой ситуации становится всё более необходимым делать акцент на формировании у детей и подростков активистской культуры, здоровья, напрямую связанной с занятиями спортом и предполагающей интерес к спорту и оздоровлению, участию в спортивных соревнованиях.

Спортивные мероприятия помогают детям раскрыть свой спортивный потенциал, научиться работать в команде и лучше подружиться со своими товарищами.

Спортивное мероприятие «Территория здоровье» состоит из 7 конкурсов: «Представление», «Маскировка», «Канат», «Эстафета», «Меткий глаз», «Кочки», «Спортивные вопросы». Участники спортивного мероприятия делятся на 2 команды, придумывают название и девиз команды. Проявляя смелость, ловкость, силу и смекалку проходят этапы конкурсов зарабатывая определенное количество баллов. Команда, набравшая большее число баллов становится победительницей игры.

Спортивное мероприятие может иметь различную область применения: спортивный зал, спортивная площадка.

Основная часть

Сценарий спортивной программы «Территория здоровья»

Цель данного мероприятия: создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей и подростков посредством занятий спортом, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

мотивировать детей и подростков к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;

развивать интерес к здоровому образу жизни;

обучать умению работать в команде;

развивать активную жизненную позицию;

воспитать уверенность в себе, своих возможностях, уважение к своим товарищам, умение оказать помощь другу.

Оборудование:

Инвентарь:

- кегли;
- мячи;
- обручи;
- ракетки для настольного тенниса, шарик;
- скакалки;
- кольцоброс;
- веревка;
- игра «Дартс»

Реквизит:

дипломы;

грамоты;

гуашь;

кисточки;

банданы;

мел;

карточки с заданием для 2 конкурса;

карточки с вопросами о спорте;

Место проведения: спортивная площадка.

Возраст участников: 11-14 лет.

Форма проведения: Спортивное мероприятие.

Методы реализации: игра, соревнование, эстафета.

Ход программы

Ведущий : Как только поутру встаём,

Мы начинаем жить!

Неплохо вспомнить бы о том

Как нужно всем дружить!

Когда научимся любить

Беречь, прощать, ценить!

Мы выберем себе свой путь

Чтоб дальше снова жить!

Дорога жизни и любви,

Дорога счастья и судьбы!

Какой ты выбираешь путь

Решать тебе, мой милый друг!

Ведущий: Дорогие ребята, ваша дорога к здоровому образу жизни привела на спортивную программу «Территория здоровья».

Территория здоровья» - это территория улыбок и смеха, маленьких побед и больших усилий над собой!

Сегодня, Вам, дорогие друзья, предстоит пройти свой путь к здоровому образу жизни, показать силу и ловкость, терпение и жажду к победе, проявить себя в различных испытаниях. А оценить вас и выявить победителя сможет наше компетентное жюри.

(представление жюри)

Ведущий: В соревнованиях примут участие 2 команды. Как говорил капитан Врунгель: «Как вы яхту назовете, так она и поплывет». А как называются команды, мы сейчас узнаем. Я объявляю 1 конкурс «Представление».

1 конкурс «Представление»

Задание:

Участники программы разбиваются на 2 команды, выбирают командира и название команды, затем в творческой форме представляют свои команды. Время подготовки 5 минут.

(представление команд)

Ведущий: Спасибо за отличное представление команд. Команды, вы готовы к испытаниям, которые мы для вас подготовили?! Тогда мы начинаем!

Я объявляю 2 конкурс.

2 конкурс «Маскировка»

Задание:

Командам предстоит из предложенного материала сделать маскировочный костюм. За быстроту, скорость выполнения, за оригинальность, выдумку в маскировке команда получает 10 баллов.

(Пока команды выполняют задание, ведущие проводят с болельщиками интерактивную игру)

Интерактивная игра для болельщиков ¹

Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь –

Все упражненья по порядку!

Поможет вырасти ...(зарядка)

Лента, мяч, бревно и брусья,

Кольца с ними рядом.

Перечислить не берусь я

Множество снарядов.

Красоту и пластику

Дарит нам.... (гимнастика)

Соберем команду в школе

И найдем большое поле.

Пробиваем угловой-

Забиваем головой!

И в воротах пятый гол!

Очень любим мы(футбол)

В этом спорте игроки

Все ловки и высоки.

Любят в мяч они играть

И в кольцо его кидать.

Мячик звонко бьет об пол,

Значит, это ...(баскетбол)

По воротам бьет ловкач,

Плавая, бросает мяч.

А вода здесь вместо пола,

Значит, это ...(ватерполо)

Ведущий: Молодцы, ребята! Вы отличные болельщики своих команд.

(демонстрация команд в маскировочных костюмах)

Посмотрите на наши команды, настоящие бойцы, которые идут к своей победе. Спасибо вам, за выдумку и творчество! Пришло время для следующего конкурса.

3 конкурс «Канат»

Задание:

Команды игроков берутся за канат. По сигналу ведущего команды должны постараться перетянуть канат за контрольную линию. Побеждает команда, перетянувшая канат за контрольную линию. Команда победитель получает -5 баллов.

Ведущий :Спорт – это не только рекорды. Это, прежде всего, стартовая площадка в страну здоровья, бодрости, и хорошего настроения.

Пришло время проверить, насколько наши команды быстры и ловки. Мы переходим к 4 конкурсу.

4 конкурс « Эстафета»

Задание:

Задача команд быстро и безошибочно пройти все этапы эстафеты. На каждом этапе стоит наблюдатель, который сообщает жюри о допущении ошибки поднятием флага. За каждое нарушение -1балл. Прохождение

эстафеты начинается по свистку и заканчивается когда команда выполнит задание и капитан поднимает руку.

Этапы:

- обвести мячом кегли,
- идя набивать на ракетке шарик,
- прокрутить обруч 5 раз,
- попрыгать на скакалке,
- надуть шарик,
- вернуться к команде, передав эстафету.

Ведущий: Уважаемые команды, скажите, что самое важное должно быть у спортсмена для игры Дартс? Конечно, терпение, сосредоточенность, ловкость и меткость! Сейчас мы узнаем, насколько хорошо вы обладаете этими качествами.

5 конкурс «Меткий глаз»²

Задание:

В конкурсе используется игра «Дартс». Дартс – это спортивная игра, в которой, игроки должны метать дротики в мишень. Каждая команда должна метнуть 2 комплекта дротиков, после этого их снимают с мишени. Бросок не будет засчитан, если совершивший его заступил за линию, а также в случае, когда дротик застрял в другом дротике или же выпал из мишени.

Подсчет очков ведется следующим образом:

попадание в поле сектора считается по числу указанному на секторе;

бросок в наружное кольца ведет к удвоению числа на секторе;

попадание во внутреннее кольцо утраивает числа сектора; зеленый сектор дает 25 очков, красный – 50.

В следующем конкурсе вам понадобится сила командного духа. Девиз этого конкурса: «Один за всех и все за одного!»

6 конкурс «Кочки»

Задание:

На асфальте на небольшом расстоянии друг от друга рисуются «кочки» – меловые круги. Каждая команда должна преодолеть этот путь, наступая только на кочки.

Ведущий: Молодцы ребята! Вы отлично справились с этим заданием. Пришло время для последнего конкурса

7 конкурс «Вокруг спорта»

Задание:

Командам по очереди задают вопросы, каждый правильный ответ приносит 1 балл.

Вопросы для команд:

1. Метание снаряда весом меньше килограмма и длиной свыше двух метров. (Метание копья)
2. Жесткая спортивная игра с овальным мячом, распространенная в США и Канаде. Правила предусматривают нападение на любого соперника. (Американский футбол)
3. Один из видов скоростного спуска на специальных одноместных санях, для управления которыми спортсмен использует специальные шипы для ботинок. (Скелетон)
4. Сплав по бурной воде на надувных лодках. (Рафтинг)
5. Спортивная игра, цель которой — прогнать мяч по всем дорожкам к лункам и попасть в каждую из них. (Гольф)
6. Спортивная игра с мячом и битой. (Бейсбол)
7. Большие кольцевые гонки на болидах. («Формула-1»)
8. Вид гребного спорта, включающий гонки по бурному потоку воды через определенное количество установленных ворот. (Водный слалом)
9. Восхождение на труднодоступные горные вершины. (Альпинизм)
10. Горнолыжное многоборье, в состав которого входят лыжный балет, могул и воздушная акробатика. (Фристайл)

Ведущий: Вот и подошла к своему завершению спортивная программа «Территория здоровья». Все команды были великолепны, справились со всеми испытаниями.

Ведущий: Показали все то, на что были способны. И пришло время подвести итоги и узнать, какая команда оказалась самой лучшей и одержала победу. Мы предоставляем слово жюри.

Слово жюри, награждение команд дипломами и грамотами.

Ведущий: Дорогие ребята! Мы желаем вам спортивных успехов, крепкого здоровья и заряд бодрости на каждый день!

Заключение

В заключении хочется отметить, что заинтересованность детей и подростков в подобном виде деятельности весьма велика. Такая форма работы, как спортивное мероприятие поможет детям и подросткам раскрыть свой спортивный потенциал, научиться работать в команде.

Особенность данного спортивного мероприятия заключается в подходе к его содержанию, которое не предполагает сложных заданий, требующих специальной подготовки. Каждый подросток может принять активное участие в программе и проявить свои способности в различных видах деятельности: спортивной, творческой, интеллектуальной. Это позволит ребятам чувствовать себя комфортно и непринужденно.

Ценность спортивного мероприятия «Территория здоровья» заключается в том, что оно способствует профилактике вредных привычек, укреплению здоровья детей посредством развития физических качеств, развитию творческой активности, воспитанию уверенности в себе, своих возможностях, уважению к своей команде, умению оказать помощь друг другу.

Список литературы и Интернет - ресурсов.

1. Лемер С. Искусство организации мероприятий: стоит только начать!. – Ростов-н / Д.: Феникс , 2006. - 277 с. Свердловская ОУНБ; ЕФ; Шифр 65.9(2); Авторский знак Л 442; Инв. номер 2267875-ЕФ.

2. Иванов А. В. Методические рекомендации по организации и проведению игр // Детский досуг. - 2011. - № 4. - С. 46-74.

3. Малыхина Л. Б. Досуговые программы для детских общественных объединений // Открытый урок: методики, сценарии и примеры. - 2012. - № 6. - С. 74-82.

4. Здравствуй, школа! Сценарии общешкольных мероприятий. - М.: Учитель, 2016. - 128 с.

5. <https://deti-online.com/zagadki/zagadki-pro-sport/>