

Конспект открытого внеклассного мероприятия «Олимпийские игры!» для 5-6 классов.

Цель – укрепление здоровья, развитие физических качеств и привлечение детей к занятиям лыжной подготовкой.

Образовательные задачи:

1. Совершенствовать технику лыжных ходов.
2. совершенствовать умения технически правильно выполнять двигательные действия на лыжах с палками и без палок.

Развивающие задачи:

1. Развивать у обучающихся координационные, скоростно-силовые способности, меткость.
2. Развивать у обучающихся тактическое мышление

Оздоровительные задачи:

1. Способствовать укреплению здоровья;
2. Сохранять здоровья детей путем создания положительных эмоций, юмористических минуток.
3. Соблюдать технику безопасности.

Воспитательные задачи:

1. Воспитывать дисциплинированность и ответственное отношение к спорту и ЗОЖ;
2. Воспитывать у детей чувства сотрудничества в команде, оказание помощи.
3. Привлечь внимание детей к лыжному виду спорта.

Методы обучения:

1. Словесные: объяснение, рассказ.
2. Наглядные: показ, демонстрация.

3. Практические: целостный, повторный, игровой, соревновательный.

Методы ведения: фронтальный, групповой, индивидуальный, поточный.

Место проведения: стадион МКОУ СОШ с.Парфеново

Инвентарь: свисток, лыжный инвентарь, спортивная пневматическая винтовка, стойки, гимнастические обручи, кегли.

Дополнительные принадлежности: крестики, нолики, медали и кубки для награждения.

Дата: 11.02.2022 г

Время проведения: 23минуты

Учитель физической культуры: Алексеева А.С.

Ход урока:

Построение команд на поле. Сообщение задач спортивного внеклассного занятия. Внеклассное занятие посвящено - Олимпиаде 2022, которая проводится в Пекине.

4 февраля 2022 года в Пекине состоялось открытие XXIV Зимних Олимпийских игр. Пекин стал первым городом, который принял и летние и зимние Олимпийские игры.

Церемония открытия Зимних Олимпийских игр прошла на национальном стадионе «Птичье гнездо»

Эмблемой олимпийских игр 2022-го года в Пекине стала композиция под названием «Зимняя мечта» (кит. 冬梦, дунмэн).



Начертание китайского иероглифа «зима» 冬 и легло в основу эмблемы.

Верхняя часть эмблемы напоминает конькобежца, нижняя — лыжника. Между ними развевается лента, которая символизирует китайские горы, лыжные трассы и катки.



Также значение имеют цвета, использованные в эмблеме:

синий обозначает снег, лёд, их чистоту, а также будущее и мечты;

красный и жёлтый, которые также являются цветами китайского флага, говорят об энергии жизни и молодости, стремлении и страсти.

Ниже располагается надпись, означающая «Пекин 2022» («Бейджин» в русской транскрипции):

BEIJING 2022

И, конечно же, символ самих олимпийских игр — олимпийские кольца:



Автором эмблемы олимпиады в Пекине стала художница Линь Цуньчжэнь.

Девиз Олимпийских игр: Together for a Shared Future, что переводится **Вместе ради общего будущего**.

Зимние Олимпийские игры в Пекине. Талисман.

Не удивительно, что талисманом зимних олимпийских игр в Китае стала панда. Это животное является национальным символом и достоянием страны.

Среди 5800 эскизов талисмана из 35 стран жюри Академии изящных искусств Гуанчжоу и Университета искусств Цзилиня выбрало эскиз дизайнера Цао Сюэ.



Обращаясь к детям, китайцы часто используют слово «дунь-дунь». Оно означает «крепкий, здоровый, жизнерадостный». Таким жизнерадостным крепышом и стала панда Бин Дунь Дунь. Откуда тогда, взялось это «бин»? «Бин» (иероглиф 冰) в китайском языке имеет значение «лёд», последний подразумевает дополнительно «чистоту и силу».

Правила эстафет: выполнять правильно, как требует учитель.

Не уходить с этапа, не выполнив эстафету до конца.

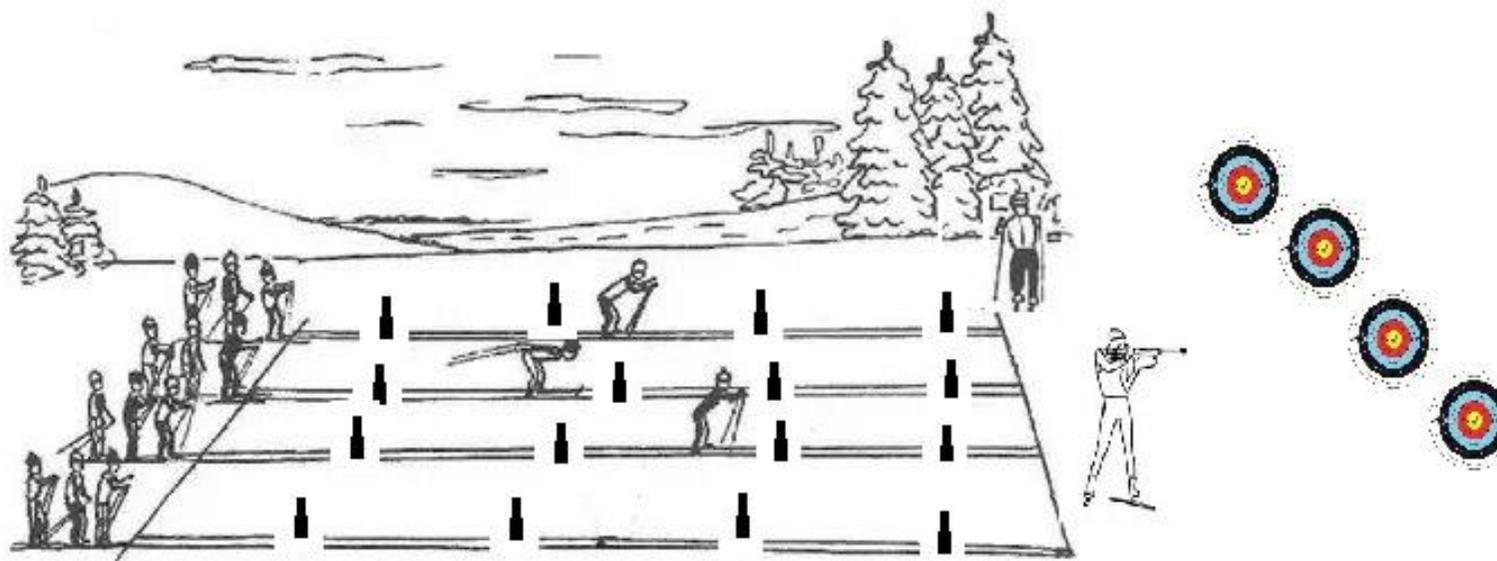
При выполнении эстафет быть аккуратными, осторожными, не выходить на встречную полосу.

Эстафету передавать справа.

Методические указания. Обратить внимание на внешний вид детей. Каждый участник имеет лыжи, лыжные палки и ботинки, экипированную спортивную форму, порядковый номер и спортивную шапочку - «Лыжня - России!»

Ход эстафет:

ЭСТАФЕТА – «БИАТЛОН»



Цель. Совершенствовать технику лыжных ходов, развивать у обучающихся скоростно-силовые способности, меткость.

Место проведения. Ровная открытая площадка (40 X 40 м).

Инвентарь. Лыжный инвентарь, спортивная пневматическая винтовка, стойки,

Подготовка. Участники делятся на четыре команды: две команды девочек и две команды мальчиков. Команды выстраиваются за стартовой линией в колонну по одному. Напротив каждой команды стоят пять фишек, на последней фишке стоит стол со спортивной пневматической винтовкой, через десять метров мишень. Лыжня подготовлена для конькового и классического ходов.

Учитель находится у стартовой линии, четыре помощника на противоположной стороне около каждой винтовки. Они следят за правильностью выполнения стрельбы и соблюдением техники безопасности при стрельбе.

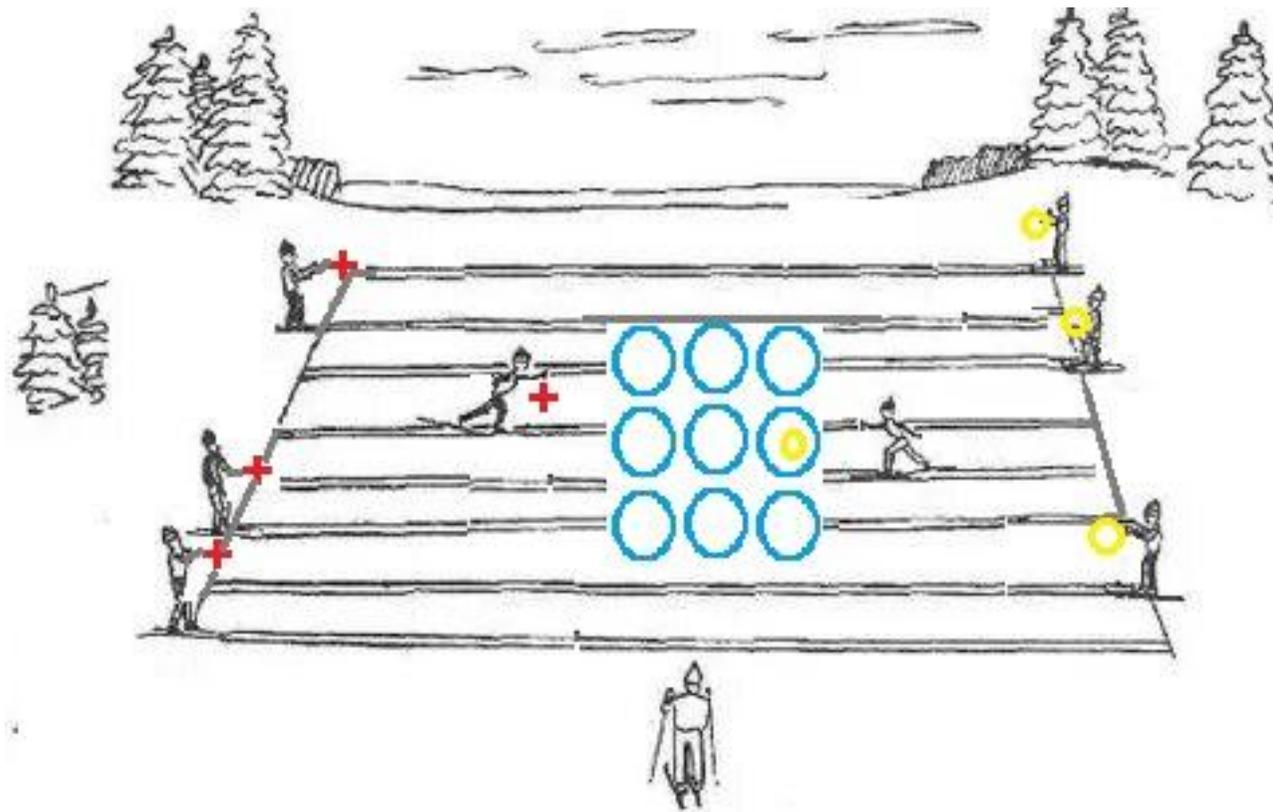
Капитаны команд с помощниками записывают результат своей команды на снегу лыжной палкой, в конце мероприятия подсчитывают результаты и сообщают их учителю.

Проведение. По команде учителя, первые номера всех команд начинают бежать классическим ходом между фишками, добежав до этапа стрельба, кладут лыжные палки правой стороны на снег, выполняют один выстрел, целясь в мишень из заряженной спортивной пневматической винтовки. Кладут винтовку на стол, взяв лыжные палочки, правой стороны возвращаются обратно, свободным лыжным ходом. Как только первый участник окончил стрельбу, второй номер начинает выполнять эстафету. Добежавший до финиша первый участник становится замыкающим в своей команде и т.д. Когда все участники пробежали свои этапы и построились, эстафета заканчивается. Побеждает команда, первой закончившая выполнение задания и набрав большее количество очков по стрельбе.

Итоги подводятся между девочками и мальчиками отдельно.

Методические указания. Участник, готовясь к выполнению этапа эстафеты, становится так, чтобы крепления его лыж не выдвигались вперед за линию старта. Не разрешается выбегать вперед за линию старта до момента окончания стрельбы. Участники проходят свои этапы с палками. Этап эстафеты проходится участником только тем ходом, который указал учитель. В том случае, если способ передвижения на лыжах не будет указан учителем, каждый участник может использовать наиболее выгодный для данного участка и характера местности способ передвижения.

ИГРА - «КРЕСТИКИ - НОЛИКИ»



Цель. Совершенствовать технику лыжных ходов без палок, развивать у обучающихся тактическое мышление.

Место проведения. Ровная открытая площадка с неглубоким снежным покровом.

Инвентарь. Гимнастические обручи 18 шт., два набора «крести-нолики».

Подготовка. На двух площадках прокладываются две параллельные линии интервал между ними 25 м. Участники девочки 5 класса против девочек 6 класса и мальчики 5 класса против мальчиков 6 класса, выстраиваются друг напротив друга на расстоянии 25 метров. У каждого участника одной команды крестики, другой нолики. На середине между ними выложены 9 обручей, где участники игры должны выложить крестики - нолики. Учитель находится на середине этапа. На каждом этапе находятся помощники, они следят за правильностью выполнения участниками заданий и правил игры. Капитаны команд с помощниками записывают результат своей команды на снегу лыжной палкой, в конце мероприятия подсчитывают результаты и сообщают их учителю.

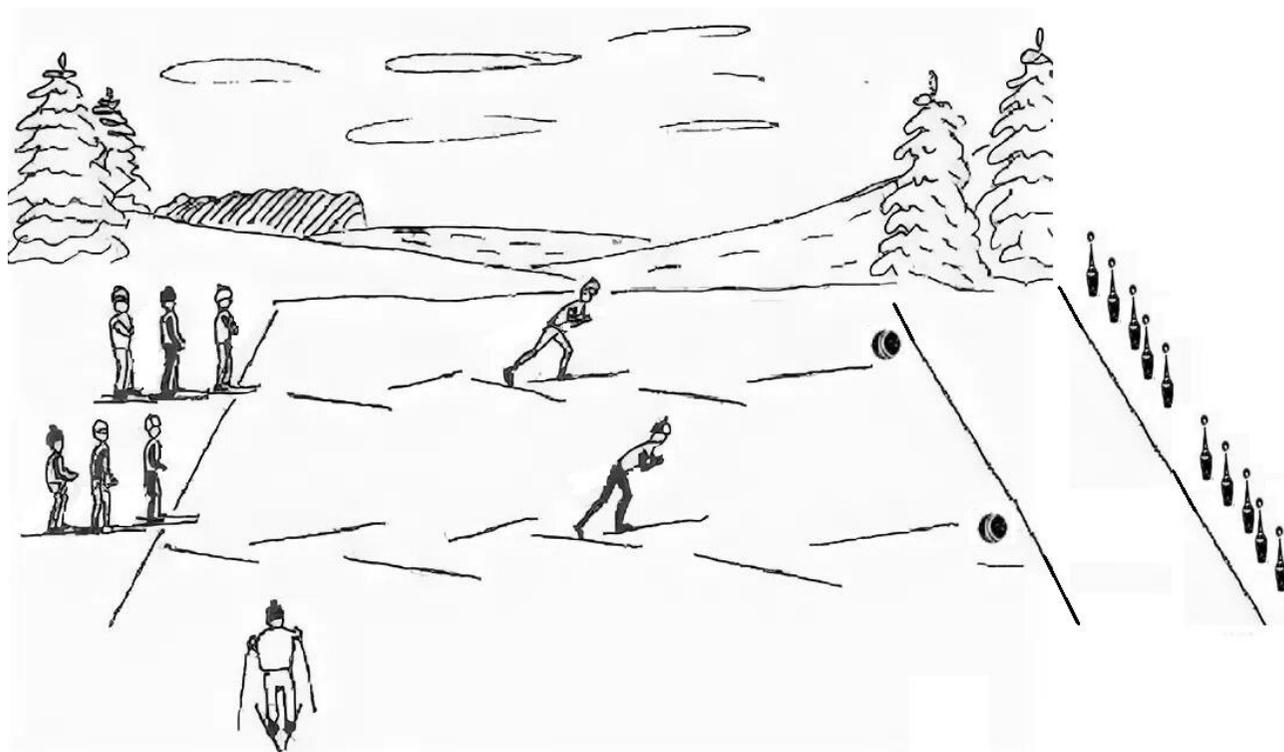
Проведение. По сигналу учителя первые номера всех команд, в руках крестик или нолик, бегут свободным ходом без палок в центр, положив крестик или нолик в обруч, возвращаются к своей команде.

Как только первый участник положил крестик или нолик в обруч стартует второй участник каждой команды.

Команда, которая выложила крестики или нолики быстрее, считается победившей. После этого команды меняются сторонами и продолжают игру, в случае равенства очков, команды играют финальную игру.

Методические указания. Участники играют в «крестики-нолики», посоветовавшись с командой и выбрав тактику игры. Очередной участник может начать бег после того, как участник, убежавший перед ним, положил крестик или нолик в обруч. Если участник потерял крестик или нолик, он должен подобрать его, и продолжить играть. Если участник не попал в обруч, он должен вернуться и исправить неправильное выполнение. Участники игры должны соблюдать технику безопасности и правильно выполнять задание.

ИГРА - «БОУЛИНГ»



Цель. Совершенствовать технику лыжных ходов без палок, развивать у обучающихся координационные способности.

Место проведения. Ровная открытая площадка с неглубоким снежным покровом.

Инвентарь. Кегли 10 шт., два мяча.

Подготовка. На двух площадках напротив каждой команды, на расстоянии 10 метров лежит мяч для боулинга, через 5 метров
стоят
пять
кеглей.

Участники девочки 5 класса против девочек 6 класса и мальчики 5 класса против мальчиков 6 класса. Участники выстраиваются на линии старта. Учитель находится на середине этапа. На каждом этапе находятся помощники, они следят за правильностью выполнения и считают сбитые кегли, вовремя возвращают мяч. Капитаны команд с помощниками записывают результат своей команды на снегу лыжной палкой, в конце мероприятия подсчитывают результаты и сообщают их учителю.

Проведение. По сигналу учителя первые номера всех команд, бегут свободным ходом без палок до мяча, взяв в руки мяч, сбивают одну из пяти кегель, выполняя один бросок, возвращается обратно, передав эстафету касанием правой руки и становится замыкающим в своей команде и т.д.

Команда, которая сбивла больше кегель и выполнила эстафету быстрее, считается победившей.

Методические указания. Участник, готовясь к приему эстафеты, становится так, чтобы крепления его лыж не выдвигались вперед за линию старта. Не разрешается выбегать вперед за линию старта до момента передачи эстафеты касанием. Участники проходят свои этапы без палок. Участники игры должны соблюдать технику безопасности и правильно выполнять задание.

Построение, подведение итогов. Вручение медалей, кубков, грамот.

Поблагодарить всех за участие!

Дать домашнее задание: завести дневник «Олимпиада-2022!»









