

**МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Центр образования детей с ограниченными возможностями здоровья»**

**Методическая разработка
спортивного мероприятия на тему:
«Ударом мяча по вредным
привычкам».**

Подготовила: Назырова В.В.

2021г.

Цель:

Способствовать формированию у обучающихся потребности в здоровом образе жизни.

Задачи:

- а) общеобразовательная: распространение идей олимпийского движения среди учащихся;
- б) воспитательная: воспитывать чувство коллективизма (сдружить, сплотить в совместной спортивной борьбе);
- в) развивающая: развивать у обучающихся творческие способности, внимание, логическое мышление.
- г) практические: способствовать накоплению двигательного опыта; учить владеть защитными силами организма; формировать навыки здорового образа жизни, активного отдыха и досуга; выявить команду-победительницу.

Место проведения: спортивная площадка.

I. Построение участников. Команды обучающихся под спортивный марш входят в спортивный зал для проведения спортивных соревнований. Звучат фанфары. Выходят ведущие.

Ведущий:

1 ВЕДУЩИЙ: Здравствуйте! Люди часто говорят друг другу при встрече это хорошее, доброе слово. Они желают друг другу здоровья. Вот и я обращаюсь к вам – здравствуйте, дорогие участники, гости, болельщики.

А вы знаете, что дороже всего на свете? Конечно, это жизнь, здоровье. Еще в Древней Руси говорили:

Здоровье дороже богатства.

Здоровья не купишь.

Дал бы Бог здоровья, и счастье найдешь.

2. ВЕДУЩИЙ: Русские люди испокон веку были здоровыми, крепкими, что помогало им переносить все невзгоды и трудности. Русские люди всегда были сильными. Но силу каждый человек определяет по-своему. Для кого-то сильные люди – это те, которые открыли гармонию в себе. Для кого-то – это честные и благородные люди, способные прийти на помощь другим. Но сильный человек – еще и тот, у кого есть сила управления собой.

1. ВЕДУЩИЙ: Здоровье – это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Знаете ли вы, что 10% здоровья заложено в нас генетически, 5% дает медицина, а 85% зависит от нас самих, от нашего образа жизни.

Лучше быть активным и здоровым, чем пассивным и больным! Навыки здорового образа жизни столь же необходимы, как воздух, вода, пища!

2. ВЕДУЩИЙ: Сегодня мы предлагаем вам альтернативу – занятия спортом. Мы гордимся, что столицей Олимпиады 2014 года выбран город Сочи!

1.Ведущий: Чтоб нам Олимпийские игры с достоинством встретить сегодня, Лучших из лучших позвали померяться силами в спорте. (показывает на выстроившиеся команды)

2.ВЕДУЩИЙ: Добрый день, команды-участницы! Давайте поприветствуем друг друга громкими аплодисментами!

Представление команд.

2 ВЕДУЩИЙ: ДЕВИЗ наших соревнований (участники команд хором)

Мы - за здоровье, мы - за счастье,

Мы - против боли и несчастья!

За трезвый разум, за ясность мысли,

За детство, юность, за радость жизни!

1.ВЕДУЩИЙ: А сейчас давайте познакомимся с членами жюри (Ведущие представляет членов жюри).

2. ВЕДУЩИЙ:

«И над кипением спортивного парада
Весёлый мячик солнца прыгнет к нам.
Добро пожаловать в наш зал спортивный,
Добро пожаловать на наш спортивный карнавал».

(Участники в составах команд рассаживаются на свои скамейки. Спортивная танцевальная пара исполняет вальс.)

II. ПРОВЕДЕНИЕ ЭСТАФЕТЫ ВЕДУЩИЙ: Когда идешь на штурм ты эстафеты

Победа нам не очень-то видна,
Вы все равно дойдете до победы,
Ни пуха вам, команды, ни пера.

Итак, команды для участия в соревнованиях построиться!

(ПОСТРОЕНИЕ КОМАНД)

1 эстафета «ПОСАДКА КАРТОШКИ»

Роли здесь распределяются так. Участники 1–5: игрок бежит (с мячиком) до лукошка; добежав до отметки, кладёт мячик в лукошко; обратно возвращается бегом. Участники 6–10: игрок бежит до лукошка; забирает мячик. Выигрывает команда, выполнившая задание первой и не потерявшая ни одного мячика.

2 эстафета «СЛОЖИ слово «ОЛИМПИАДА»

Каждой команде на финише нужно сложить слово «Олимпиада». У каждого участника есть своя буква, и занимающиеся поочередно складывают слова. (Развитие ловкости и смекалки.)

3 эстафета «ТУННЕЛЬ»

Участствует вся команда. По команде ведущего, первый участник с мячом в руках, бежит к туннелю и проползает внутри его, далее бежит к баскетбольной сетке и забрасывает в неё мяч, если не попал, возвращается бегом к другому участнику своей команды и передаёт ему мяч. Тот проделывает то же самое.. Каждой команде добавляют очки по количеству мячей.

4 эстафета «ОДНОГОРБЫЙ ВЕРБЛЮД»

Попробуйте хоть ненадолго побыть одногорбыми верблюдами. Для этого вам надо скрепить руки за спиной, положить туда мяч, получится горб. В полусогнутом состоянии добежать до отметки и вернуться назад, передав мяч следующему, кто быстрее?

КОНКУРС КАПИТАНОВ

1 ВЕДУЩИЙ: Ценится на Руси молодецкая забава «Перетягивание каната». И эту забаву мы предоставим капитанам. Но сегодня перетягивать канат вы будете не совсем обычно. Став, спиной друг к другу, вы должны протянуть верёвку между ног, и в таких условиях нужно перетянуть соперника за черту.

2 ВЕДУЩИЙ:

«В мире нет рецепта лучше –
Будь со спортом неразлучен,
Проживёшь ты до ста лет,
Вот и весь секрет!»

5 эстафета «Быстрые водоносы»

Участники команд стоят друг за другом. каждый поочередно добежав с ведёрком до отметки преодолевает препятствие и возвращается к команде. . Передаёт эстафету следующему игроку.

6. эстафета «Необычные мячи»

Участники располагаются на линии старта, первый берет удобным образом 3 мяча (футбольный, волейбольный и баскетбольный). По сигналу бежит с ними до поворотного флажка и складывает возле него мячи. Назад он возвращается пустой. Следующий

участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимет их, возвращается с ними назад к команде. Этот конкурс продолжается в течение 4 минут. Бегут следующие участники. Кто быстрее?)

1 ВЕДУЩИЙ:

«Мы идём на тренировку.
Спорт, мы знаем, это труд.
Силу, смелость и сноровку
Тренировки нам дадут».

Организаторы проводят конкурс с болельщиками

1 конкурс «ДЫШИТЕ - НЕ ДЫШИТЕ»

2 ВЕДУЩИЙ: вызывается по одному человеку от каждой команды. Задача игроков – надуть по 3 воздушных шарика. Команды помогают своему игроку завязать шарики. Кто быстрее справится с заданием, тот принесет команде 2 балла, остальные игроки – 1 балл.

III. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Построение участников. Подведение итогов соревнований.

2 ВЕДУЩИЙ: Мы благодарим все команды за выступления.

1 ВЕДУЩИЙ: Каждый из нас может сделать свой выбор. Но неоспоримая истина в том, что вредные привычки– это зло!!! А зло не приходит к нам в откровенном облике зла – оно маскируется под добро.

2 ВЕДУЩИЙ: За здоровье, общение, спорт

Выступает наш дружный народ.

Желаю вам здоровья! Это - счастье!

Быть здоровым - в вашей власти.

Быть здоровым - значит жить.

ВМЕСТЕ: СДЕЛАЙ СВОЙ ВЫБОР!

Выбрасывают транспарант «СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ, ТВОРЧЕСТВО, ИСКУССТВО - ТВОЙ ПОЛЁТ»