

Уляшева Анна Михайловна

муниципальное общеобразовательное учреждение

Вольская средняя общеобразовательная школа

ПОЗНАВАТЕЛЬНО - ИГРОВОЙ УРОК ФИЗКУЛЬТУРЫ В 1 КЛАССЕ
«ЗИМНИЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ В СОЧИ»

Тип урока: Познавательно игровой

Цель: формирование у младших школьников начальных представлений об олимпийском движении, его истории; приобщение детей к культуре стран-участниц Олимпийских игр.

Задачи:

- ознакомить с видами и традициями зимних олимпийских игр;
- уточнить знания об официальных олимпийских символах (флаг, эмблема, девиз, Гимн, талисман);
- дать первоначальные представления о пяти частях света, на которых располагаются страны-участницы Олимпийских игр;
- создать условия для применения в практической деятельности олимпийских ценностей.

Учить:

- совместной работе со сверстниками;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками в соревновательной обстановке;
- Повторить упражнения с гимнастической палкой.
- Продолжить развитие физических качеств.



Воспитывать:

- дисциплинированность, честность;
- командный дух;
- умение проигрывать и выигрывать достойно.

Совершенствовать: двигательные качества: быстроту, ловкость, координацию движений;

Подготовительный этап

Урок проводится в виде игры-эстафеты, в которой участвует весь класс.

Во время выполнения ОРУ происходит проверка домашнего задания (выполнение комплекса упражнений).

При выполнении каждого этапа урока идет процесс беседы сопровождается вырезками, рисунками. Происходит смена инвентаря, реквизита (задействовать следует освобожденных учеников).

Ведущими являются учащиеся и учитель. (К роли ведущих и судей нужно привлекать освобожденных от занятий учащихся). Можно пригласить классного руководителя. Каждый судья или помощник должны хорошо знать свои обязанности. Данный урок требует дополнительного времени для подготовки и проведения.

Подведение итогов: можно по наименьшей сумме замечаний за урок, а можно присуждать очки за место, тогда – по наибольшей сумме поощрений. В конце урока можно отметить лучших учащихся победителей состязаний..

Инвентарь: Гимнастические палки на каждого ученика, 5 конусов, 5 флажков разных цветов (черный, желтый, красный, зеленый, голубой), скамейка, спичечные коробки по 2 на каждого ученика, рисунки с эмблемами и символами олимпийских игр.



Место проведения: спортивный зал, открытый урок посещенный открытию Зимних Олимпийских игр в Сочи

Ход урока

1). Построение сообщения задач урока.

Учитель: Огромное количество людей любят Олимпийские игры. Каждый спортсмен мечтает попасть туда и завоевать высшую золотую олимпийскую медаль. Зрители и телезрители всего мира наблюдают за ходом игр и болеют за свои страны. Возникновение Олимпийских игр относится к далекому прошлому. Древние греки создали множество прекрасных легенд, рассказывающих о том, как появились Олимпийские игры. Сначала проводились игры только по летним видам. Но вот уже более ста лет проводятся Зимние Олимпийские игры. В этом году они проводятся в нашей стране. В программу игр включены пятнадцать зимних спортивных дисциплин, объединённых в семь олимпийских видов спорта, включены в программу зимних Олимпийских игр 2014. Сюда входят три коньковых вида, шесть лыжных видов, два вида бобслея, а также четыре отдельных вида спорта. Всего разыгрывается 98 комплектов медалей, что на 12 больше, чем было в Ванкувере 2010: 6 апреля 2011 года исполком МОК включил ещё шесть новых соревнований:

- прыжки с трамплина (женщины),
- командные соревнования в фигурном катании,
- эстафета в санном спорте,
- хафпайпво фристайле (мужчины и женщины),
- смешанная эстафета в биатлоне.

2). Строевые упражнения. Напомнить ребятам правило соблюдения дистанции во время движения в строю, соблюдение правил безопасности при



работе с палками. Ходьба по залу. Проходя мимо палок каждому взять палку и положить её на правое плечо. Общеразвивающие упражнения с палкой в движении: а) держать палку двумя руками внизу (10 сек.), б) держать палку двумя руками над головой (8-10 сек.), в) держать палку вытянутыми вперед двумя руками (7-8 сек.), г) держать палку правой (левой) рукой в сторону (2 раза по 5-6 секунд).

Беговая разминка с палками; ходьба с палкой за спиной, за головой, под локтями, палка между ног (верхом на палке), Ходьба с держанием палок соседа и своей (поезд), по кругу, змейкой (по поперечным разметочным линиям зала), по диагонали.

3). ОРУ с гимнастической палкой (по карточке)

4). Виды спорта с лыжами и палками; каждому ученику дается еще одна палка. Лыжный спорт: виды передвижения на лыжах с толчками палками одновременно и попеременно, ходьба на лыжах с изменением направления и скорости (направляющий сам меняет темп ходьбы и бега, а также направление движения). Горнолыжный спорт – бег змейкой, прыжки в стойке лыжника. Прыжки с трамплина – прыжки с палками в руках со скамейки. Марафон – длительный бег между скамейками с отгибанием флажков, по скамейке. Палки положить на пол: прыжки через палки различными способами. (освобожденные удирают палки)

5) Учитель: (Дети отдыхают сидя на скамейке) Олимпийская символика – атрибуты Олимпийских игр, используемые Международным Олимпийским Комитетом для продвижения идеи Олимпийского движения во всем мире. Это флаг (кольца), гимн, клятва, лозунг, медали, огонь, талисманы, эмблема.

Официальная Олимпийская эмблема состоит из Олимпийского символа (пять переплетенных цветных колец на белом фоне) и Олимпийского



девиза «Citius, altius, fortius» («Быстрее, выше, сильнее!») Эмблема придумана Пьером де Кубертенем в 1913 году. Олимпийская эмблема и Олимпийский флаг впервые были представлены в 1920 году.

Талисманом для каждой Олимпиады выбирается какое-либо животное или иное стилизованное изображение, ассоциирующееся в представлении большинства людей с принимающей страной. Что они символизируют? Талисманы Зимних игр в Сочи (Горный спасатель-альпинист Леопард, сноубордист Белый Мишка и самая активная жительница зимнего леса Зайка). Кольца символизируют единство пяти континентов и всемирный характер Олимпийских Игр. Дружбу всех континентов. Цвета колец соответствуют разным частям света: Европа – голубой, Азия – желтый, Африка – черный, Австралия – зеленый, и Америка – красный.

Игра « Приезд гостей» В разных частях зала расположены конусы с флажками (Цвет флажков черный, желтый, красный, зеленый, голубой). В центре зала, взявшись за руки, дети делают упражнения в движении (на носках, руки вверх, высокий шаг, спиной вперед, руки к плечам соседа.). По сигналу (свистку) учитель называет цвет флага. Дети бегом бегут к названному флагу и встают вокруг флага на свои места. Кто последним займет место в строю - получает штрафное очко. 2-3 раза назвать имя континента.

б) Учитель: в олимпийских играх одним из зрелищных дисциплин является эстафета. Эстафеты проходят в лыжных гонках, биатлоне, санном спорте конькобежном спорте.

Работа в парах. 2 Эстафеты. Выбрать на пару один флажок. Конусы поставить на дальней линии зала. По команде бег до конуса и обратно с флажком в руке, с последующей передачей партнеру. 2) Бег вокруг зала (конусы стоят вдоль границ зала) каждый ребенок бежит один круг.

8). Спичечные состязания. Спичечные коробки каждому ребенку. Выполнение идет в 2 этапа между мальчиками и девочками. Дети двигаются вдоль зала в спокойном темпе.

1. Спичечные коробки на плечах
2. Спичечный коробок на голове
3. Спичечный коробок на внешней части ладони.
4. Спичечный коробок, зажав подбородком
5. кто дальше кинет спичечный коробок.

9). Игра «Загадочная поза». Дети беспорядочно передвигаются по залу. По сигналу замирают на месте, приняв позу любого спортсмена. За оригинальную позу добавляется очко.

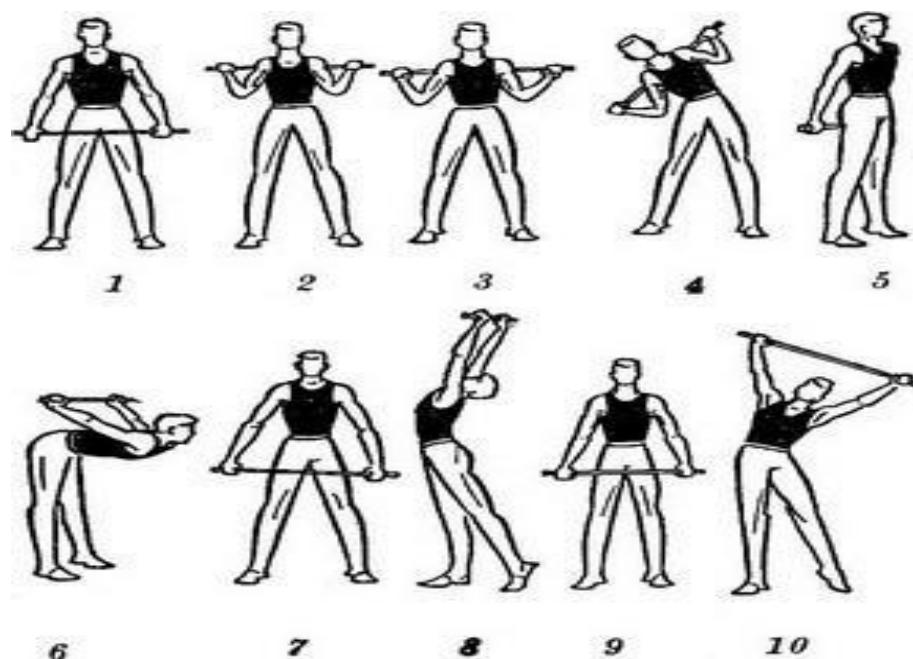
10). Учитель; Сегодня проигравших нет,
Есть просто лучшие из лучших.
Пусть в каждом сердце дружбы свет,
Зажжет поступков добрых лучик.

Ребята, вы все такие смелые, спортивные, умелые!!!

Посадить детей подвести итоги урока. Отметить победителей нашей олимпиады.



Комплекс с гимнастической палкой:



Упражнения с палками: **1)** 1 — исходное положение; 2 — поднимание палки вверх с переносом ее на лопатки (вдох), возвращение в исходное положение (выдох); **2)** 3 — исходное положение; 4 — наклоны (или повороты) туловища в стороны с возвращением в исходное положение; **3)** 5 — исходное положение; 6 — наклон туловища вперед с отведением палки кверху (выдох), возвращение в исходное положение (вдох); **4)** 7 — исходное положение; 8 — поднимание палки вверх с одновременным поворотом влево правая нога назад на носок (вдох), возвращение в исходное положение (выдох); **5)** 9 — исходное положение; 10 — поднимание палки над головой с последующим наклоном туловища в сторону, возвращение в исходное положение.

