Государственное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования (повышение квалификации) специалистов «Кузбассский региональный институт повышения квалификации и переподготовки работников образования»

Структурное подразделение Кафедра проблем воспитания и дополнительного образования

Итоговая работа

Нестандартные формы спортивных эстафет

в учебно – воспитательном процессе.

( БЫСТРЕЕ ! ВЫШЕ! СИЛЬНЕЕ! )

**Исполнитель:**

Судочакова Инна Геннадьевна,

педагог дополнительного образования,

МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»

Г. Таштагол (89095189718)

Кемерово 2020

**Содержание**

1.Введение . 3

2. Глава 1

1.1. Что такое игра 4

1.2 Влияние спортивных игр на здоровье ребенка: 5 . 1.3 Соблюдение Т.Б при проведении спортивных игр **6**

1.4. История об Олимпийских играх 7

3. Глава 2. Разработка спортивной эстафеты 8

4. Глава 3. Подведение итогов 14

5. Глава 5 Литература 15

6.Приложение 16

**Введение**

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения всегда находится в центре внимания. Очень важной составной частью гармоничной личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость.

Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. Поэтому одним из важнейших направлений педагогической деятельности в дополнительных учреждениях является физическое воспитание детей.

  В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания школьников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности и интереса к занятиям физической культурой.

Сегодня дети  очень редко   играют в подвижные игры.

Исчезли дворовые игры, когда были все вместе  старшие и младшие. Новое поколение выбрало игры за компьютером.

Только мы, педагоги, общими усилиями через, дополнительное образование, внеклассные мероприятия, клубы выходного дня можем эту ситуацию исправить, помочь научить детей  играть  в подвижные и спортивные игры.

* 1. **Что такое игра?:**

Игра есть первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности.

Роль игры в становлении и развитии ребенка переоценить невозможно.

Именно в игре ребенок познает окружающий мир, его законы, учится жить по правилам.

Игра - это своего рода некое упражнение, с помощью которого дети готовятся к жизни*,* она имеет огромное значение в жизни ребенка, так как представляют собой незаменимое средство получения ребенком знаний и представлений об окружающем мире. Также она влияет на развитие мышления, смекалки, сноровки, ловкости, морально волевых качеств.

Почти все дети обожают спорт - он становится веселым развлечением, позволяет посоревноваться друг с другом, а также стать сильнее, ловчее, быстрее

Для этого нужно знакомить детей с разными видами спорта, упражнениями, нагрузками.

Одним из самых простых, но действенных способов физического развития детей является организация спортивных игр.

Для спортивных игр характерно наличие особых правил, выполнение которых обязательно для определения победителей.

Специфика детских спортивных игр заключается в том, что основной задачей является не столько выявление победителя, сколько стремление через веселье и развлечение развить важные физические навыки.

Детские спортивные игры - соревнование, включающее в себя развивающие, обучающие и воспитательные аспекты.

Важно, чтобы в рамках предложенной игры, ребенок мог научиться чему-то новому, ощутил возможности своего тела.

Большинство спортивных игр для детей предполагает воспитание уважения к сопернику, стимулирование умение работать в команде, развитие навыков коммуникации.

Очень любят дети всевозможные игры- эстафеты. Это одна из разновидностей игр командного характера с правилами.

В играх-эстафетах команды детей состязаются между собой в преодолении различных препятствий, в быстром и рациональном решении двигательных задач.

Эти игры характеризуются совместной деятельностью команд, направленной на достижение общих целей, подчинением личных интересов интересам всей команды, а также тем, что от действий каждого игрока зависит победа всей команды.

В каждой игре-эстафете одновременно решается ряд задач.

Закрепляются и совершенствуются двигательные навыки, развивается умение ориентироваться в пространстве, развиваются физические качества: ловкость, быстрота, выносливость, координация движений, точность, быстрота реакции на сигнал и т.д.

Наряду с этим у детей воспитываются смелость, самостоятельность, решительность, дисциплинированность и повышается интерес к занятиям. Происходит комплексное развитие физических и морально-волевых качеств детей.

**1.2.Влияние спортивных игр на здоровье ребенка:**

Ежедневные спортивные игры — важный шаг на пути к здоровью, ведь физическая нагрузка очень важна для формирования крепкого здоровья и иммунитета. При нормальных физических нагрузках (около 1,5 часов в сутки) у детей наблюдается: укрепление иммунитета за счет достаточной работы всех групп мышц; развитие мышц опорно-двигательного аппарата, увеличение выносливости, силы организма; улучшение координации, вестибулярного аппарата; повышение гибкости тела; улучшение работы сердечно-сосудистой, легочной систем. Командные спортивные игры позволяют ребенку становиться более дисциплинированным, уверенным в себе.

**1.3. Соблюдение Т.Б при проведении спортивных игр:**

О чем нужно помнить описывая плюсы спортивных игр, нельзя не упомянуть про один существенный минус — травматизм. При неправильной подготовке соревнований взрослыми, отсутствии внимательности со стороны детей риск получения травмы значительно возрастает. Поэтому перед каждой игрой необходимо тщательно объяснять правила соревнования, и правила т.б.

**1.4.Общие требования безопасности.**

Для занятий игровыми видами спорта спортплощадка и оборудование должны соответствовать мерам безопасности.

**К занятиям допускаются учащиеся :**  
 - относящиеся по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;  
 - прошедшие инструктаж по мерам безопасности;  
 - имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

**Глава 2**

Олимпийские игры – это главные спортивные соревнования, лучших спортсменов. В стране, где давным - давно в далеком прошлом, впервые проводились Олимпийские игры, считается – Древняя Греция. Это Родина Олимпийских игр. А именно почитаемое греками, святилище – Олимпия. Люди этой страны жили очень беспокойно, враждовали. И вот однажды Царь Ифит обратился к мудрецу с вопросом: «Что сделать, чтобы народ не враждовал?» И мудрец посоветовал провести спортивные игры, которые сдружили бы всех греков. Люди в Греции очень любили спорт и обрадовались такому решению. В год Олимпийских игр глашатаи разносили по городам радостную весть: «Все в приходили в храм в Олимпию, по велению самого главного греческого бога Зевса, повелителя грома и молнии, зажигали от солнечного луча священный огонь, и давали клятву – бороться честно». Эта традиция сохранилась и до наших дней.   
  
Поднимают белый флаг с изображением пяти колец. Кольца на Олимпийском флаге отражают символ пяти континентов, так открываются Олимпийские игры. Символ Олимпиады – пять цветных сплетенных колец, обозначает дружбу и единство в Олимпийском движении, между всеми континентами Земли: Европой (голубой цвет), Азией (желтый цвет), Африкой (черный цвет), Австралией (зелёный цвет), Америкой (красный цвет).

**Глава 3** Воздушная Олимпиада»

(спортивная эстафета с воздушными шарами олимпийских видов

спорта)

**Цель**: Формировать у детей начальное представление об Олимпийских играх современности как части общечеловеческой культуры.

**Цель**: Ознакомление детей с олимпийскими видами спорта.

**Задачи** :

* Создать у детей представление об Олимпийских играх ,в котором участвуют народы всего мира.

* Закреплять знания детей о символах и ритуалах олимпийских игр.
* Расширить знания о видах спорта

.

* Способствовать формированию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями, через нравственный и эстетический опыт Олимпизма.

**Задачи:**

* История Олимпийских игр, биография, история.
* Развить интерес к участию спортивно игровых мероприятиях.
* Укрепить здоровье, поднять эмоциональный уровень

**Возраст учащихся**:10 – 14 лет.

Тип занятия:

проводится в каникулярное время.

Формы организации:

групповая.

Методы обучения:

словестные, наглядные, практическая.

Средство обучения:

мультимедийное оборудование.

Оборудование:

воздушные шары, обручи, секундомер, лыжные палочки , магнитофон, обручи. дротики. Призы , подарки.

Ожидаемые результаты:

- формирование норм коллективного поведения;

- пополненные представления об Олимпийских видах; спорта;

- увеличится двигательная активность;

- эмоциональные - нравственные ситуации;

- повысится мотивация к определённым видам спорта.

Основная часть ( спортивная эстафета)

**Напиши слово» ОЛИМПИАДА».**

Первый бежит до мольберта, пишет первую букву, возвращается обратно, бежит второй….. (Побеждает команда, выполнившая задание первой. Оценивается также правильность написание слова.)



**ХОККЕЙ С МЯЧОМ.**

Каждый участник ведёт хоккейной клюшкой воздушный шар. Обводит стойки. Забивает шар в ворота, возвращается, передаёт эстафету

следующему.



**БАСКЕТБОЛ.** По свистку начинают бег с воздушным шаром.На дистанции докольца. Участник соревнований обязан положить мяч в обруч лежащий на дистанции, хлопнуть в ладоши, и продолжая бег попасть в кольцо (кидают до тех пор пока шар не попадёт в кольцо).



**БОЛЬШОЙ ТЕННИС.** Натягивается сетка, 2участника из команды встаютнапротив друг друга. В руках у каждого ракетка от бадминтона. Команде даётся по «мячу». Цель игры: не допустить падения мяча (время 1 минута, затем меняются площадками).

**БИАТЛОН.** По свистку бег с лыжными палками(дистанция извилистая)добегая доотметки, дротиком нужно попасть в мишень (в воздушный шар). Чья команда быстрей и больше лопнет шаров, та команда и победила (1. Вариант: одна попытка. 2вариант: стрелять дротиком до тех пор пока шар не лопнет)

**КЁРЛИНГ.** Воздушный шар лежит на полу.Вся команда,по свистку,начинает дутьдо отметки. ( Кто руками заденет шар, та команда проиграла). Выигрывает, команда кто быстрей и без ошибок пройдёт дистанцию.



**ВОЛЕЙБОЛ.** Команды садятся напротив друг друга.Даётся воздушный шар иногами забивают мяч сопернику через сетку (время 2 минуты, затем меняются сторонами). У кого больше падения мяча на площадке, та команда и проиграла



**СТРЕЛЬБА ИЗ ПНЕВМАТИЧЕСКОЙ ВИНТОВКИ.** По сигналу добежать довоздушного шара, сесть на него, и лопнуть его. Чья команда быстрей лопнет шар та команда и победила (прыгать на воздушный шар нельзя).



**Глава 4**  Подведение итогов соревнования.

Награждение.

**Вывод:**

Использование любого вида спортивных игр для детей позволяет: улучшать физические данные ребенка, воспитывать полезные навыки; учить работать в команде; воспитывать целеустремленность, выносливость, смелость; учить максимально выкладываться и отдаваться занятию; развивать аналитические способности; тренировать умение прогнозировать ситуацию; вырабатывать уважение к сопернику; развивать коммуникативные способности.

Литература:

«Укрепляйте здоровье детей» Е.Н.Вавилова .- М. Просвещение 1986г.

Журнал «Дошкольное воспитание» №6 2001г.

**Источник:**

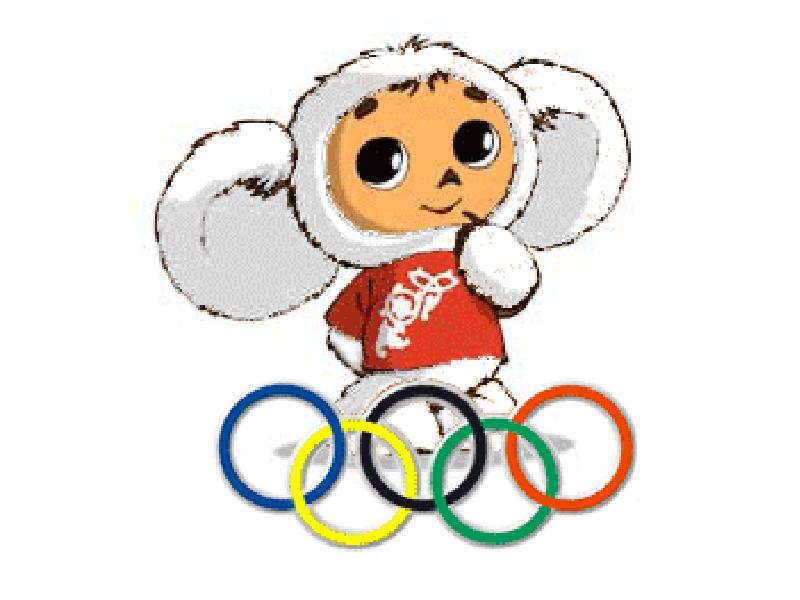
<https://kukuriku.ru/razvitie/fizicheskoe/sport-i-rebenok/sportivnye-igry/>

<https://pedsovet.su/dosug/podvizhnye_igry_dlya_detey>

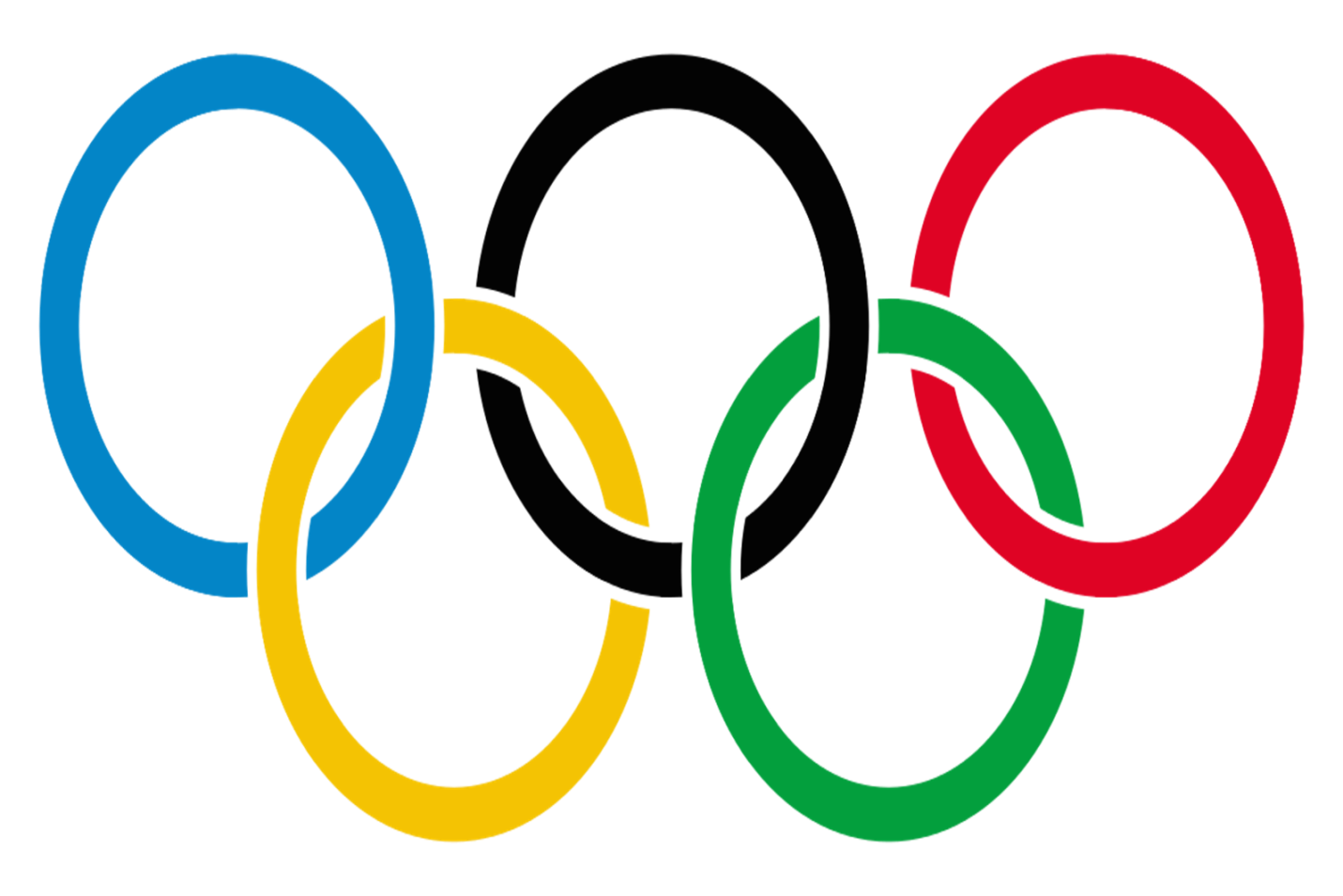
<https://ped-kopilka.ru/pedagogika/podvizhnye-igry-znachenie-podvizhnyh-igr-v-vospitani-detei-vidy-podvizhnyh-igr.html>

<https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2019/12/23/instruktsiya-po-tehnike-bezopasnosti-uchashchihsya-pri-zanyatiyah>

Приложение 2



Приложение 3





Приложение 4

