

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Факультет естествознания, физической культуры и туризма
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта

Организация и проведение спортивных праздников в школе

Выпускная квалификационная работа

Исполнитель:

Михеев Павел Иванович,
обучающийся 1601 группы
заочного отделения

08.07.20

дата

П.И. Михеев

Научный руководитель:

Пушкарева Инна Николаевна
кандидат биологических наук,
доцент кафедры теории и методики
физической культуры и спорта

08.07.20

дата

И.Н. Пушкарева

Выпускная квалификационная работа
допущена к защите

Зав. кафедры теории и методики
физической культуры и спорта

08.07.20

дата

И.Н. Пушкарева

Екатеринбург 2021

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	2
Глава 1. Значение спортивных мероприятий в физическом воспитании детей школьного возраста	4
1.1. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста	5
1.2. Физическое воспитание детей среднего и старшего школьного возраста	17
1.3. Формы организации физического воспитания в школе	20
Глава 2. Методика подготовки, организации и проведения спортивных праздников в школе	26
2.1. Характеристика видов и форм спортивно-массовых мероприятий в школе	26
2.2. Методика разработки программы и сценария спортивного праздника в школе	31
Глава 3. Сценарий проведения спортивного праздника в условиях общеобразовательной школы	39
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	47
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	49

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Большое влияние в деле популяризации и пропаганды физической культуры и спорта среди школьников имеют спортивные праздники и мероприятия, которые представляют собой комплекс различных массовых культурных событий в жизни школы. Одной из форм активного отдыха школьников является спортивный праздник. В его содержание входят разнообразные виды физических упражнений, которые сочетаются с элементами театральности. Каждый хорошо организованный спортивный праздник дает детям хороший толчок к занятиям в спортивных кружках и секциях, у них появляется интерес к занятиям физической культурой и спортом.

Естественно, что разный уровень физического развития и подготовленности участников, а также различные условия проведения этих праздников, диктуют специфические требования к их организации, в которых специалист по физической культуре должен хорошо ориентироваться, поэтому выпускник факультета физической культуры должен обладать знаниями и умениями их организации и проведения.

Объект исследования: учебно-воспитательный процесс в школе.

Предмет исследования: методика организации спортивных праздников.

Цель исследования: разработка, организация и проведение школьного спортивного праздника.

Задачи:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования.
2. Изучить методические основы подготовки, организации и реализации спортивных праздников в школе.
3. Разработать сценарий школьного спортивного праздника.

Практическая значимость исследования – разработан сценарий школьного спортивного праздника – Второй Зимний Фестиваль ГТО, который могут использовать учителя физической культуры, инструкторы и студенты в области физической культуры и спорта.

Структура выпускной квалификационной работы (ВКР). ВКР изложена на 53 страницах, состоит из введения, трех глав, заключения, списка используемой литературы, включающего 26 источников и приложений.

Глава 1. Значение спортивных мероприятий в физическом воспитании детей школьного возраста

1.1. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста

Физическое воспитание является обязательной составляющей большинства существующих образовательных систем. Цель физического воспитания – это всестороннее гармоничное развитие личности. Оно взаимосвязано с интеллектуальным, трудовым, нравственным и эстетическим воспитанием.

Современному обществу требуется физически здоровое поколение молодежи, способное работать с высокой производительностью и выдерживать повышенные нагрузки. В физическом воспитании применяются такие средства и методы, которые формируют и развивают качества, способствующие высокоинтеллектуальной и трудовой деятельности [7].

При воспитании детей младшего школьного возраста необходимо учитывать их анатомо-физиологические и психологические особенности:

- замедленный темп роста,
- повышенная реактивность,
- повышенная рефлексия нервной системы,
- маленький объем и масса сердца,
- незаконченное окостенение скелета,
- слабо развитые мышцы,
- недостаточно прочные связки и сухожилия.

Все вышеперечисленное негативно отражается на осанке детей младшего школьного возраста.

При поступлении в начальную школу объем интеллектуального труда детей значительно увеличивается, одновременно с этим существенно уменьшается возможность находиться на свежем воздухе, а также их двигательная активность.

Для избегания негативных последствий, влияющих на здоровье детей необходимо применять правильное физическое воспитание. Это является

эффективным фактором повышения его умственной работоспособности и необходимым условием всестороннего гармоничного развития личности обучающегося в целом [11].

При рациональной организации спортивных праздников у детей младшего школьного возраста повышается продуктивность интеллектуального труда, значительно снижается утомляемость, а также всесторонне развиваются физические способности детского организма.

Для реализации процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста необходимо решение следующих задач:

1. укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию;
2. формирование двигательных навыков и умений;
3. формирование у обучающихся знаний по физической культуре, об основных принципах и средствах закаливания, личной гигиены;
4. развитие физических (двигательных) качеств;
5. привитие интереса к физической культуре и спорту, дальнейшая необходимость заниматься физическими упражнениями;
6. воспитание положительных морально-волевых, нравственных качеств;
7. подготовка обучающихся к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

Задачи по физическому воспитанию младших школьников успешно решаются лишь в том случае, если они являются предметом всеобщего внимания не только со стороны родителей и педагогического коллектива, но и общества в целом. Только лишь в этом случае вышеуказанные задачи будут являться неотъемлемой частью всего учебно-воспитательного процесса каждой образовательной организации [21].

Важная задача начальной школы – укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию обучающихся. Здоровье и общее физическое состояние младшего школьника является основой для развития

всех его физических способностей и качеств в дальнейшем. Это так же отражается на его умственных способностях.

Необходимым фактором нормального развития всего организма младших школьников является их правильное физическое воспитание. За счет высокой двигательной активности у обучающихся:

- развивается сердечно-сосудистая и дыхательная система,
- улучшается обмен веществ,
- повышается общий жизненный тонус.

Доказано, что дети с высокой двигательной активностью опережают в развитии своих сверстников, которые имеют недостаток двигательного режима.

Советский педагог В.О. Сухомлинский считал, что самая важная задача учителя – это забота об улучшении здоровья детей. Он говорил, что в этом деле школа и учителя имеют огромное значение [20].

Важная задача по укреплению здоровья ребенка – это повысить сопротивляемость его организма к неблагоприятным факторам окружающей среды.

С целью закаливания детского организма занятия физической культурой следует проводить на свежем воздухе. Если же занятия проводятся в спортивном зале, то необходимо соблюсти соответствующий гигиеническим требованиям микроклимат.

Правильная осанка – один из главных показателей нормального физического развития ребенка. Она обеспечивает правильное расположение и работу внутренних органов. Условия, при которых формируется правильная осанка:

- правильное положение тела при ходьбе,
- правильное положение тела в положении сидя,
- ежедневная утренняя зарядка,
- физкультурные минутки на уроках,

- подвижные игры и упражнения во время перемены.

Физические упражнения – это главное средство формирования правильной осанки.

Необходимым условием нормального развития центральной нервной системы младшего школьника является его двигательная активность, которую он выполняет в течение дня.

Подвижные игры являются важным элементом в физическом воспитании младших школьников. Они составляют наибольший объем в учебных программах по физической культуре. Подвижные игры для обучающихся младших классов являются источником позитивных эмоций, повышают их эмоционально-волевую сферу [20].

Двигательные умения и навыки у младших школьников развиваются в соответствии с учебным планом школы и рабочей программой педагога и включают в себя следующие разделы:

- легкая атлетика,
- гимнастика с основами акробатики,
- подвижные игры на основе спортивных,
- лыжная подготовка,
- плавание.

Оттого, насколько компетентен педагог в своем деле, какими методами и способами подачи материала он владеет зависит эффективность обучения двигательным действиям. Так же немаловажным фактором является активная заинтересованность самих обучающихся в сознательном выполнении физических упражнений.

Одной из главных задач физического воспитания является овладение и технически правильное выполнение двигательных действий. Выполнение данного условия положительно влияет на детский организм следующим образом:

- способствует образованию жизненно важных двигательных умений и навыков,
- развивает умение рационально распределять собственные усилия и эффективно осуществлять разнообразные движения,
- формирует готовность быстро осваивать новые двигательные действия [20].

Уроки физической культуры играют важную роль в развитии разнообразных движений руками. Педагогу необходимо обращать внимание на мелкую моторику рук, способность младших школьников одинаково выполнять упражнения обеими руками, в соответствии с изменяющимися условиями быстро перестраивать движения рук. Во время таких уроков выполняются задачи по развитию точных и согласованных движений рук и движений пальцев рук обучающихся между собой с использованием различных предметов:

- фитболы,
- флажки,
- скакалки,
- гимнастические палки,
- обручи,
- теннисные мячи и др.

Основоположник научно обоснованной теории физического воспитания П.Ф. Лесгафт считал, что формирование у детей умения сознательно выполнять максимально возможный объем работы с минимальными затратами и усилиями в наименьший промежуток времени является главной задачей физического воспитания [20].

Уровень физической подготовленности ребенка определяет совокупность названных выше условий. Высокое развитие данных умений и навыков определяют успешность в обучении и будущий профессионализм молодого поколения. Развитие умения эффективно

осуществлять собственные двигательные действия вносит вклад в всестороннее гармоничное развитие личности.

В 1-4 классах у обучающихся должно быть сформировано правильное представление о физической активности. Они должны знать и понимать:

- пользу утренней гигиенической гимнастики,
- основные понятия из раздела «Физическая культура»,
- значимость активного отдыха во внеучебное время,
- подбор одежды и обуви для занятий физическими упражнениями и спортом,
- значение правильной осанки и ее влияние на организм человека,
- принципы, средства и правила закаливания,
- содержание и правильность выполнения нормативов ВФСК ГТО.

Для того, чтобы систематически заниматься физическими упражнениями и спортом у младших школьников должны быть сформированы базовые знания разделов физической культуры. Данные знания позволяют им самостоятельно заниматься многими физическими упражнениями.

Закаливание детского организма должно происходить при помощи использования естественных сил природы (солнца, воздуха, воды).

В процессе осознанных самостоятельных занятий физической культурой у детей младшего школьного возраста формируется правильное отношение к своему здоровью и к здоровью окружающих, повышается физическое развитие, укрепляется здоровье. Также занятия физической культурой способствуют профилактике или отказу от вредных привычек [7].

Систематические занятия физической культурой развивают у обучающихся следующие двигательные качества:

- скорость,
- сила,
- ловкость,

- гибкость,
- выносливость.

Развитие вышеуказанных двигательных качеств взаимосвязано с формированием двигательных умений и навыков. Этот процесс зависит от объема и характера выполненной двигательной работы. Уровень развития двигательных качеств влияет на результаты в выполнении нормативов в беге, прыжках, отжиманиях, метании и др.

Младший школьный возраст имеет свои отличительные черты в развитии двигательных качеств – выносливость и сила движений развиваются не так интенсивно, как скорость и ловкость. Более быстрое развитие управления движениями происходит в возрасте семи-тринадцати лет. Это важно учитывать и подбирать такие средства и методы физического воспитания, а также его содержание, которые бы учитывали возрастные особенности при развитии у обучающихся всех двигательных качеств [2].

У детей в младшем школьном возрасте начинают активно формироваться собственные привычки и стойкий интерес. Именно в данном возрасте в каждом обучающемся необходимо воспитать стремление заниматься физической культурой. Если дети будут заинтересованы в уроках физической культуры, спортивных секциях, кружках общей физической подготовки, выполнении физических упражнений дома, то можно будет утверждать, что они могут достичь всестороннего физического развития.

Позиция семьи в вопросе отношения к физической культуре и спорту имеет решающее значение для появления интереса у детей. Если родители вовлекают детей дошкольного и младшего школьного возраста в совместные занятия физической культурой, создают условия для самостоятельных занятий детьми, то у детей вырабатывается стойкий интерес к физической культуре в целом [15].

Немаловажной задачей физической культуры является воспитание позитивных морально-волевых качеств у детей. В своих лекциях «О воспитании детей» А.С. Макаренко писал: «Дисциплинированный гражданин

может быть воспитан только всей суммой правильных влияний, среди которых самое выдающееся место должны занимать: широкое политическое воспитание, общее образование, книга, газета, труд, общественная работа и даже такие вроде бы второстепенные вещи, как игра, развлечение, отдых» [20].

На воспитание позитивных морально-волевых качеств занятия физической культурой влияют следующим образом:

- для успешного выполнения физических упражнений, обучающиеся проявляют силу воли и целенаправленность;
- обучающиеся становятся более дисциплинированными;
- в необходимый момент обучающиеся умеют активировать свои физические силы и внутренние резервы.

Помимо индивидуальной деятельности, есть еще коллективная. Именно она преобладает на уроках физической культуры. Младшие школьники на уроках приобретают чувство коллективизма, учатся взаимодействовать с другими, проявляют взаимопомощь. Во время соревнований между командами каждый ребенок-участник должен получить моральное удовлетворение от принесенной команде пользы. Таким образом, ребенок идентифицирует себя с коллективом. Все упражнения и командные игры должны быть направлены на достижение этой цели.

В результате систематических занятий физическими упражнениями у детей младшего школьного возраста формируются такие качества характера, как настойчивость, решительность, смелость.

Чтобы преодолеть неуверенность во время тренировок, обучающиеся проявляют свои волевые качества. Это способствует нравственному воспитанию [11].

Во время изучения различных физических упражнений обучающиеся чувствуют себя неуверенно, испытывают тревогу. Ежедневное выполнение физических упражнений способствует стабилизации эмоционально-

психических состояний, и дети начинают получать удовольствие от выполнения упражнений.

Подготовка обучающихся младшего школьного возраста к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

ГТО первая ступень рассчитана на детей шести-восемью лет.

Задачи первой ступени:

1. приобретение навыков выполнения физических упражнений,
2. формирование осознанных потребностей к самостоятельным занятиям,
3. развитие ловкости и смелости,
4. развитие координации движений,
5. приобретение интереса к физической культуре и спорту.

Большинство упражнений из ВФСК ГТО первая ступень входят в рабочую программу по физической культуре для обучающихся первых-четвертых классов. Соответственно, подготовка детей младшего школьного возраста проводится непосредственно на уроках физической культуры. Также, подготовка осуществляется на различных внеклассных занятиях [26].

Основателем системы физического воспитания в нашей стране считается П.Ф. Лесгафт.

Основу его педагогической системы составляет учение о единстве духовного и физического становления человека. Ведущей целью его системы считается «гармоническое, всестороннее развитие человеческого организма», под которым он понимал интеллектуальное, моральное, эстетическое и физическое воспитание.

Установкой на всестороннее становление личности подразумевает овладение школьниками основами физической культуры, слагаемыми которой считаются:

- крепкое здоровье;
- хорошее физическое развитие;
- оптимальная степень двигательных способностей;

- знания и способности в области физической культуры;
- мотивы и освоенные методы (умения) воплотить в жизнь физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность [24].

Одним из разновидностей оптимизации физического воспитания считается концепция собственной физической культуры, постулирующая вероятность немаловажного воздействия на дилемму формирования правил и норм ведения обучающимися здорового образа жизни.

Разработка системы личной физической культуры имеет возможность реализоваться по двум главным направленностям:

1. Социализация личности обучающихся общеобразовательных организаций, которая учитывает потребности государства и осуществляет безболезненную адаптацию ребенка в обществе.
2. Максимально возможное раскрытие индивидуальных способностей ребенка, с учетом его личных особенностей, главных интересов и уровня развития психофизиологических черт [9].

Оба направления в настоящее время детально разрабатываются и имеют как позитивные, так и негативные стороны.

Здоровый ребенок – это комплексная задача государства. Данная задача осуществляется по следующим направлениям:

- медицинская,
- социально-гигиеническая,
- психолого-педагогическая.

Именно здоровые дети сейчас являются главной целью российского государства. Так как будущий финансовый, творческий потенциал, социальная и экономическая ситуация, высокий уровень жизни, культуры и науки зависит от здоровья будущего взрослого поколения. Итоговые показатели здоровья детей, их трудоспособности, адаптации к неблагоприятным воздействиям внешней среды напрямую зависят от организации питания, режима дня, создания благоприятного микроклимата.

Определение «здоровья» принято Всемирной организацией здравоохранения в 1948г. и гласит, что «здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов» [8].

Начиная с детского сада, используя как фундамент, современные методики происходит развитие детского здоровья для дальнейшего совершенствования у приумножения двигательных качеств в основе которых лежит дифференцированный подход и строгое дозирование физических нагрузок. Это очень важный фактор, который стоит учитывать при формировании детского организма, если мы не хотим в будущем видеть детей с слабо развитыми двигательными навыками, «инвалидизированными» с самого раннего возраста.

Понятно, что данная проблема по решению двигательного воспитания не должна решаться только при помощи медицинских работников, т.к. это должно быть частью культуры общества, семейных ценностей, образа жизни родителей ребенка. Решением проблемы по двигательной культуре и физическому воспитанию детей, а также по разъяснению методов такого воспитания должны заниматься специалисты в области физической культуры совместно со специалистами здравоохранения.

Человек с правильным физическим воспитанием постоянно стремится к совершенствованию своих физических качеств. На их развитие влияют следующие факторы:

- генетические,
- биологические,
- социально-бытовые,
- социально-экономические и др. [8].

Главным фактором физического развития ребенка является его физическая активность. В период интенсивного роста детский организм остро нуждается в физической активности [2].

Физическая нагрузка младших школьников строго дозируется с учетом:

- индивидуальной чувствительности организма,
- возрастных особенностей,
- социальных факторов,
- суточной и сезонной активности,
- климатических условий,
- географических факторов.

Таким образом, учитывая все факторы, физическое воспитание детей младшего школьного возраста должно положительно влиять на растущий организм:

- благоприятствовать гармоничному физическому и психологическому развитию;
- расширять физические возможности;
- повышать стойкость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- вырабатывать оптимизм и энтузиазм;
- увеличение внутренних резервов организма;
- укрепление здоровья.

Все вышеперечисленное имеет очень большое социальное значение для общества и страны в целом [1].

Подготовка квалифицированных кадров в области физической культуры имеет для государства важное значение. Научные исследования должны быть направлены на разработку концепции физического воспитания, основанного на индивидуальных различиях обучающихся.

Принято полагать, что дифференцированное физическое воспитание возможно только при полном комплексном обследовании обучающегося с целью выявления реальной степени физического развития и дальнейших возможностей совершенствования организма. Также необходимо учитывать

такие факторы, как бытовые и социально-гигиенические. Данные факторы влияют на:

- двигательные способности,
- формирование опорно-двигательного аппарата,
- общее состояние здоровья,
- уровень физического развития [7].

1.2. Физическое воспитание детей среднего и старшего школьного возраста

В среднем и старшем школьном звене учатся дети в возрасте от двенадцати до восемнадцати лет. В связи с возрастными особенностями их можно разделить на две группы: подростковый возраст (от двенадцати до шестнадцати лет) и юношеский возраст (от шестнадцати до двадцати одного года). Такое возрастное разделение лишь условно и предоставляет возможность определить только лишь приблизительные характеристики между стадиями роста. Несмотря на это, на каждом возрастном этапе физическое воспитание имеет свою специфику.

Возрастные характерные черты организма в существенной степени обуславливают сущность и методику физического воспитания. Подбор упражнений, средств, методов происходит с учетом возрастных особенностей, также определяются допускаемые нагрузки, нормативные требования [9].

Юношеский возраст характеризуется поступательным развитием организма. Особенности этого возраста считаются:

- постепенное наращивание массы и размеров тела;
- расширение адаптивных способностей организма.

Обычно скелет заканчивает формироваться к семнадцати-восемнадцати годам. К этому времени окончательно сформировывается физиологический

изгиб позвоночного столба. В возрасте шестнадцать-восемнадцати лет окончательно сформировывается стопа. В возрасте пятнадцати-шестнадцати лет особое внимание педагога по физической культуре должно быть направлено на формирование правильной осанки и развитие стопы. Чем лучше осанка, тем полноценнее условия для работы внутренних органов и систем организма в целом [5].

У мужчин интенсивный рост тела заканчивается в двадцать три-двадцать пять лет, у женщин – в двадцать-двадцать два года. Изменения в строении костной системы зависят от роста тела. Избыточные физические нагрузки могут являться причиной задержки роста.

С возрастом доля мышц увеличивается по отношению к общей массе тела. Вес мышечной массы по отношению к весу тела у подростков пятнадцати лет составляет 29,9%, а в юношеском возрасте – 39,8% [20].

К двадцати годам окончательно сформировываются все отделы центральной нервной и вегетативной систем. Нервные процессы отличаются высокой возбудимостью. Сила данных возбудительных процессов доминирует над тормозными процессами.

В возрасте одиннадцати-восемнадцати лет отмечается усиленный рост сердечной мышцы. Размеры сердца к пятнадцати-семнадцати годам увеличиваются в три раза по сравнению с размерами сердца у новорожденных детей. Объем полостей сердца в тринадцать-пятнадцать лет составляет 250 см³, а у взрослых 250-300 см³. С семи до четырнадцати лет объем сердца возрастает на 30-35%, начиная с четырнадцати и до восемнадцати – на 60-70%. Объем сердечной мышцы «не успевает» за интенсивным ростом тела ребенка. В возрасте пятнадцати-двадцати лет у небольшого процента юношей и девушек отмечается относительно небольшой размер сердца. Данный факт отмечается увеличением восстановительного периода после тяжелых физических нагрузок.

ЧСС в возрасте пятнадцати лет составляет 70-75 ударов в минуту, а в возрасте двадцати лет: у юношей 63-68, у девушек 72-77 ударов в минуту.

Важным фактором в насыщении органов и тканей кислородом является скорость кровотока. Время кругооборота крови в четырнадцать-шестнадцать лет составляет 17 сек, а у взрослого человека – 16-28 сек [23].

Разнообразие физических упражнений, их рациональная дозировка и постепенное увеличение физических нагрузок, а также систематичность занятий положительно влияет на сердечно-сосудистую систему.

Также, изменения происходят и в дыхательной системе – возникает все большая потребность в кислороде в связи с ростом тела и легкие начинают работать более интенсивно. Объем дыхания за минуту у четырнадцатилетнего подростка составляет на 1 кг веса 108-128 мл. В этом возрасте органы дыхания пока что недостаточно функционально развиты. Объем вентиляции в четырнадцать-шестнадцать лет составляет 44 л/м, в семнадцать-восемнадцать лет – 62 л/м.

Важную роль в развитии дыхательного аппарата играет физическое воспитание. Обучающимся необходимо объяснить различие между грудным и диафрагмальным дыханием и научить их правильно дышать. При этом необходимо учитывать, что развитие дыхательного аппарата осуществляется одновременно с развитием прочих систем организма.

Требования к развитию физических качеств зависят от возрастного периода. Развитие разнообразных физических качеств рассматриваются с точки зрения:

- увеличения функциональных возможностей растущего детского организма,
- протекания процесса физического развития, соответствующего норме,
- развитие двигательных способностей.

Возрастные особенности организма влияют на уровень развития всех физических качеств. Также, от данного фактора зависит степень адаптации организма к различным физическим нагрузкам:

- гибкость и быстрота: высокий уровень достигается к восемнадцати годам;
- сила мышц: ее увеличение происходит до двадцати лет и более;
- выносливость: максимальный уровень наблюдается обычно к двадцати трем-двадцати пяти годам.

Упражнения на выносливость в юношеском возрасте следует строго дозировать [23].

В возрасте пятнадцати-шестнадцати лет значительно увеличивается мышечная масса и совершенствуется нервно-мышечный аппарат, формируются предпосылки к развитию силы. Однако на занятиях с обучающимися данного возраста следует избегать силовых упражнений с максимально предельными нагрузками. Для проведения таких занятий необходимы условия для развития силы, а они возникают несколько позднее, в девятнадцать-двадцать лет.

Стоит отметить, что обучение в классах среднего и старшего звена проходит параллельно с периодом полового созревания. В этот период у обучающихся наблюдается повышенная эмоциональность, что сказывается на неустойчивости нервной системы.

Физические способности обучающихся одного и того же возраста могут сильно различаться и зависят от индивидуальных физиологических возможностей. Физиологические особенности каждого ребенка должны фиксироваться в данных медицинского контроля. В связи с этим, в процессе физического воспитания и обучения в целом применяется дифференцированный и индивидуальный подход [20].

1.3. Формы организации физического воспитания в школе

В начальной школе организованы следующие формы осуществления физического воспитания:

- уроки физической культуры;

- физкультурно-оздоровительные мероприятия в течение учебного дня:
 - физкультминутки,
 - разминка перед занятиями,
 - подвижные игры во время перемен и ГПД;
- массово-физкультурная работа вне уроков:
 - спортивные секции,
 - спортивные кружки,
 - туристические походы;
- массово-спортивная работа вне школы:
 - занятия в ДЮСШ,
 - занятия в Патриотических кружках;
- самостоятельные занятия физическими упражнениями:
 - дома,
 - во дворе на площадке,
 - на стадионе,
 - в парках.

Урок физической культуры – это основная форма физического воспитания в школе. В содержании урока физической культуры выделяют три компонента, связанных между собой:

- учебно-методический материал – представляет собой конкретный подобранный список физических упражнений, знаний о них, способах обучения ими;
- организационно-управленческая и контролирующая деятельность педагога – ставятся задачи урока, объясняются учебные задачи на урок, осуществляется помощь и страховка во время выполнения сложных физических упражнений, указание на ошибки, сопровождение во время урока, оценивание и рефлексия;

- учебно-познавательная деятельность обучающихся – понимание задач урока, мысленное проектирование их выполнения, адекватное реагирование на замечания и исправление ошибок при выполнении физических упражнений. Качество проведения урока оценивается именно данным компонентом.

Организация активной деятельности обучающихся происходит с учетом их психологических и физиологических особенностей. Учет этих особенностей отражен в структуре урока. Функционально связанные части урока составляют его структуру. Последовательность структурных частей отображает изменения в работе детского организма под воздействием различных физических нагрузок.

1. Подготовительная часть (четыре-восемь минут) – создать благоприятные условия для дальнейшей работы. На данном этапе используются следующие упражнения:

- ходьба,
- бег,
- прыжки,
- комплекс общеразвивающих упражнений,
- упражнения с предметами и без,
- дыхательные упражнения и др.

2. Основная часть (двадцать-двадцать пять минут) – осуществление поставленных задач урока: воспитательных (формирование положительных качеств личности), образовательных (обучение двигательным действиям) и оздоровительных (физическое совершенствование организма). В начале урока происходит обучение технике новых физических двигательных действий. В середине и конце урока происходит закрепление ранее изученных физических упражнений. Содержание основной части соответствует рабочей программе педагога.

3. Заключительная часть (три-пять минут) – создание условий для снижения активности детского организма, снятие напряжения, приведение младших школьников в эмоциональное спокойствие, рефлексия урока [23].

В настоящее время не существует какой-либо единой классификации уроков физической культуры. Примерные программы по физической культуре делят уроки на три типа:

- уроки с образовательно-познавательной направленностью – с применением учебников и различного методического и дидактического материала обучающиеся получают знания о физической культуре, обучаются навыкам и правилам проведения самостоятельных занятий;
- уроки с образовательно-обучающей направленностью – практически-ориентированные занятия, обучающиеся осваивают изученные учебные знания;
- уроки с образовательно-тренировочной направленностью – целенаправленная физическая подготовка конкретных физических качеств.

По решению дидактических задач выделяют:

- уроки изучения и освоения нового материала – большая часть времени данных уроков уходит на разъяснение физических упражнений, показ и указание на ошибки в выполнении;
- уроки совершенствования и закрепления учебного материала;
- контрольные уроки – проверка усвоенных знаний, умений и навыков при помощи разнообразных контрольных упражнений;
- уроки смешанного типа – являются самым распространенным типом уроков в общеобразовательных организациях, содержат все элементы вышеперечисленных типов.

Доля уроков смешанного типа в начальной школе составляет от пятидесяти пяти до восьмидесяти пяти процентов. Уроки, на которых

поставлена только одна цель, от общего числа уроков не должны превышать сорок пять процентов [20].

Однотипная подача учебного материала приводит к быстрой утомляемости детей в младшем школьном возрасте. Для более лучшего усвоения предпочтительно давать два-четыре вида учебного материала.

В процессе повышения интенсивности учебной нагрузки важным элементом выступают физкультурно-оздоровительные мероприятия в течение учебного дня.

Физкультминутки включают от трех до пяти физических упражнений во время урока. По времени они бывают от двух-трех минут – на уроках умственного труда и до пяти-семи – на практических уроках. Упражнения поэтапно направлены на:

1. мышцы шеи,
2. мышцы спины
3. плечевой пояс,
4. мышцы туловища
5. ноги.

Во время проведения физкультминуток происходит снижение утомления, активизируется внимание младших школьников [15].

Разминка перед занятиями проводится ежедневно перед началом уроков. Она может включать от пяти до восьми упражнений, желательно менять их каждые две-три недели. Проводится разминка педагогом. Она активизирует когнитивные способности младших школьников, помогает им включиться в работу.

Подвижные игры во время длинных перемен желательно проводить на свежем воздухе. Смена деятельности детей младшего школьного возраста благоприятно сказывается на последующей работоспособности. Игры проводятся педагогом с привлечением обучающихся старших классов [1].

Массово-физкультурная работа вне уроков дополняет работу педагогов на уроках. Личная заинтересованность обучающихся способствует более

полному и качественному физическому развитию, и интересному и полезному проведению досуга [20]. Такие занятия проводятся под контролем как педагогов, так и родителей.

Внеурочные занятия физической культурой бывают двух форм:

- групповые занятия,
- массовые физкультурные мероприятия.

Групповые занятия имеют установленное расписание и определенное количество занимающихся.

- Кружок физической культуры: численность до двадцати человек, занятия проводятся один-два раза в неделю, продолжительность занятия – сорок-сорок пять минут. Основные задачи: формирование правильной осанки, укрепление всех мышц организма, совершенствование выполнения основных двигательных умений и навыков.
- Секции общей физической подготовки: численность до двадцати человек, занятия проводятся три раза в неделю, продолжительность занятия – шестьдесят-девяносто минут. Основная задача: повышение уровня общей физической подготовки обучающихся младших классов.
- Спортивные секции по избранным видам спорта [23].

Массовые физкультурные мероприятия носят эпизодический характер. В данных мероприятиях в зависимости от содержания могут участвовать как один класс, так и вся школа.

Физкультурный праздник – это массовое мероприятие развлекательного характера. Может быть приурочен к знаменательным датам: День защитника Отечества, Международный женский день и др. Общая продолжительность физкультурных праздников составляет от полутора до двух часов. Проводятся состязания по перетягиванию каната, различные эстафеты, показательные выступления.

Туристические походы содействуют физической активности детей младшего школьного возраста, укреплению здоровья, социальной активности обучающихся.

Спортивные соревнования в школе могут проводиться на внеурочных занятиях между обучающимися одного класса, между параллельными классами, между разными возрастами.

Виды спортивных соревнований:

- личные,
- командные,
- лично-командные.

Условия, для успешного проведения спортивных соревнований:

- разработка положения о соревновании и заблаговременное ознакомление с ним участников соревнований;
- грамотно написанный сценарий соревнований и четко разработанная система зачета;
- качественное и уместное оформление места проведения;
- быстрота соревнований и опытное судейство;
- соблюдение требований СанПиН [22].

Глава 2. Методика подготовки, организации и проведения спортивных праздников в школе

2.1. Характеристика видов и форм спортивно-массовых мероприятий в школе

Цель спортивных праздников в школе – активное участие всех обучающихся. При этом определяется уровень физической подготовки обучающихся, уровень развития физических качеств в нетрадиционных условиях и игровых ситуациях.

Существует несколько классификаций спортивно-массовых мероприятий в школе по разным основаниям. Далее рассмотрим несколько квалификаций.

Для любого спортивного мероприятия ставятся несколько задач, которые направлены на многогранное и гармоничное развитие личности обучающегося. Тема спортивного мероприятия, его содержание, методы и средства реализации праздника подобраны в соответствии с одной основной задачей [25]. Спортивные мероприятия по главной задаче делятся на:

1. Праздники, пропагандирующие здоровый образ жизни. В основе данных спортивных мероприятий лежат эстафеты, подвижные игры, различные конкурсы. Дети младшего школьного возраста во время конкурсов «борются» с ленью, злобой и различными страхами. Одновременно с этим, проводится пропаганда закалывания, обучение гигиеническим навыкам, привитие режима дня.
2. Праздники, формирующие интерес к различным спортивным событиям не только нашей страны, но и мировым спортивным событиям. В основе данных спортивных мероприятий лежат различные командные игры, эстафеты. Обучающиеся просвещаются мировой спортивной жизнью, получают информацию об олимпийских играх, различных вида спорта и выдающихся спортсменах.
3. Праздники, формирующие прекрасное настроение. В основе данных спортивных мероприятий лежат забавные конкурсы, шуточные развлечения-соревнования, смешной реквизит. Обучающиеся могут взаимодействовать со взрослыми.

4. Праздники, формирующие творческую активность. В основе данных спортивных мероприятий лежат конкурсы-испытания. Обучающиеся развивают способности к самостоятельной деятельности, мотивацию.
5. Праздники, демонстрирующие спортивные достижения. Данные мероприятия относят к значительным событиям в жизни школы и обучающихся. Также, данное мероприятие может быть приурочено к знаменательной дате (День защитника Отечества, Международный женский день).
6. Праздники, воспитывающие морально-волевые и нравственные качества. В основе данных спортивных мероприятий лежат различные игры. Младшие школьники приобретают навыки взаимопомощи, проявляют дружеское взаимоотношение, формируется уважительное отношение к окружающим, воспитывается хорошее отношение к окружающей среде [6].

Следующая классификация спортивных праздников по двигательному содержанию:

1. Комбинированные праздники – сочетание строевых, гимнастических упражнений и различных упражнений из подвижных игр. Дети семи-десяти лет привлекаются к соревновательной деятельности с помощью двигательных действий.
2. Праздники, основанные на спортивных играх – соревнования между классами по футболу, волейболу и др. Чтобы увеличить зрелищность данных мероприятий, можно в перерывах организовывать выступления танцоров, а также конкурсы и состязания для зрителей и болельщиков.
3. Праздники, основанные на спортивных упражнениях – одновременное использование разных видов спорта в

зависимости от сезона. Зимой используются лыжи, санки. Летом – самокаты, ролики, велосипеды.

4. Праздники, основанные на играх и забавах – не требуют специальной организации, сложного инвентаря. Данные праздники являются самыми востребованными. Для участия в мероприятии возраст обучающихся не важен.
5. Интегрированные праздники – совместное применение физических упражнений с познавательной, умственной, театральной деятельностью [23].

Разновидность спортивных праздников по данному признаку достаточно условное, т.к. невозможно выделить один метод или прием, используемый в организации мероприятий. Следующая классификация по методам условно разделяет праздники с использованием:

1. игрового метода;
2. соревновательного метода – две или более команд соревнуются между собой или с несуществующим противником;
3. метода сюжетного рассказа – параллельно идут двигательные задания и сюжетный рассказ, объединенные одной темой;
4. творческого метода – обучающиеся проявляют креативность, самостоятельно принимают решения, активны в собственных действиях. Для данных спортивных мероприятий должно быть предусмотрено несколько вариантов сценария, т.к. младшие школьники свободны в своих решениях и ответах, что может повлиять на ход праздника.

Классификация спортивных праздников по месту проведения:

1. на спортивном стадионе или спортивной оборудованной площадке;
2. в естественных природных условиях (в лесу, у безопасного водоема, в парке);
3. в бассейне;

4. в спортивном зале образовательной организации [17].

По составу детей спортивные праздники классифицируются следующим образом:

1. Участники спортивного праздника – обучающиеся всех возрастов. В данных спортивных мероприятиях задействованы спортивные подвижные игры и различные конкурсы. Участие принимают малыми группами одного возраста или индивидуально в порядке очереди. В массовых играх и флэш-мобах участие принимают все желающие.
2. Участники спортивного праздника – обучающиеся одного возраста или параллельных классов. В играх-соревнованиях принимают участие команды, в которых от четырех до десяти участников.
3. Участники спортивного праздника – обучающиеся совместно со своими родственниками, семьями. Игровые задания и эстафеты подбираются с учетом возраста каждой категории участников. Задания могут быть как индивидуальные, так и командные.

Следующая классификация зависит от материально-технической оснащенности образовательной организации. Различная тематика спортивных праздников делит их по использованному инвентарю на:

1. Спортивные праздники с использованием спортивного инвентаря.
2. Спортивные праздники с использованием природного материала. В зависимости от сезона: снежки, листья, ветки, камни и т.д. В зависимости от места проведения: пеньки, деревья, кочки, различные постройки.
3. Спортивные праздники с использованием самодельного или адаптированного инвентаря: лестницы, веревки, колеса, пластиковые бутылки и др.
4. Спортивные праздники с использованием детских игрушек.

В зависимости от времени года спортивные праздники классифицируются по сезонам [17].

2.2. Методика разработки программы и сценария спортивного праздника в школе

Методика организации любого спортивного праздника – это многоплановый процесс. Он включает следующие этапы:

1. Подготовка к спортивному празднику.
2. Проведение спортивного праздника.
3. Подведение итогов спортивного праздника.

Первый этап – подготовка – включает в себя:

1. Разработка и написание сценария.
2. Распределение ролей, функций и обязанностей между участниками и организаторами праздника.
3. Подборка музыкального сопровождения.
4. Праздничное оформление места проведения.
5. Единая спортивная форма, эмблемы команд и различной атрибутики.

Организатором спортивного праздника является педагог-организатор. Помощь в разработке сценария осуществляет педагог по физической культуре. К проведению спортивного праздника привлекаются обучающиеся старших классов.

При разработке сценария можно опираться на разработки С.А. Шмаковой, М.В. Видякину, В.Г. Яковлевой, С.П. Афанасьевой, Т.Я. Кедриной, О.Н. Козак и др.

Тематика спортивного праздника зависит от:

- сезонности,
- возрастных особенностей участников,
- материально-технической базы образовательной организации,

- заинтересованности обучающихся.

Все этапы спортивного праздника тщательно прорабатываются и отражаются в сценарии. Продолжительность спортивного праздника для детей младшего школьного возраста составляет полтора-два часа. Но не более двух часов, т.к. у обучающихся наступает переутомление и снижается их физическая активность.

Дата и сроки проведения спортивных мероприятий зависят от календарного графика мероприятий образовательной организации.

Например, «День здорового образа жизни». В содержание данного спортивного праздника могут входить несколько разнообразных частей:

- выступления участников с театральной или танцевальной постановкой;
- эстафеты, спортивные состязания, подвижные игры.

Туристический слет. Данное спортивное мероприятие может проходить весь день. В содержание данного спортивного праздника могут входить испытания на «выживание» в экстремальных природных условиях, полоса препятствий, навыки оказания первой медицинской помощи, спортивное ориентирование [21].

Сценарий спортивного праздника должен быть разработан при соблюдении следующих условий:

- постепенное наращивание нагрузок как физических, так и психологических;
- чередование игр с высокой эмоциональной напряженностью и физической нагрузкой с релаксационными играми;
- задания участникам должны делиться на индивидуальные и командные;
- оценка проявления себя в испытаниях обучающихся должна учитывать физические особенности каждого ребенка;

- включение заданий и игр, знакомых детям младшего школьного возраста, которые вызывают у них положительные эмоции, по возможности, использовать детскую музыку, мультипликационных и сказочных персонажей.

На подготовительном этапе происходит следующая работа, к которой необходимо привлечь обучающихся младших классов:

- изготовление приглашений на спортивный праздник,
- придумывание и рисование плакатов,
- изготовление декораций,
- приготовление спортивной атрибутики [25].

Немаловажной частью является награждение участников. Это должны быть памятные подарки, грамоты, сувениры, кубки. Материальная составляющая здесь не важна. Призовая атрибутика должна соответствовать тематике спортивного праздника. Чтобы подарки произвели хорошее впечатление, организаторам необходимо проявить креативность и творческую оригинальность.

На памятных статуэтках или медалях можно сделать соответствующие надписи:

- за взаимовыручку,
- за смекалку,
- самому смелому
- самому сильному и т.д.

Данные призы с указанием личных качеств положительно влияют на младших школьников [19]. Необходимо поощрить каждого участника.

В спортивном зале необходимо заранее продумать расположение стола для жюри, мест для болельщиков, расстановку команд-участников. По возможности используется электронное табло для освещения промежуточных и итоговых результатов.

Музыка для спортивного праздника должна подбираться с учетом тематики праздника, возрастных особенностей участников. Технические средства для воспроизведения музыки необходимо заранее подготовить и проверить. Функции музыкального сопровождения:

- синхронное выполнение физических упражнений,
- хороший эмоциональный настрой,
- заполнение пауз между конкурсами,
- привлечение внимания участников,
- сигнал о старте и финише.

Спортивный праздник, в основе которого лежит отдельный вид спорта (футбол, волейбол, лыжи), должен иметь подготовительные мероприятия. Обучающиеся младших классов должны приобрести соответствующие навыки на уроках физической культуры.

Также, требуется подготовка, если обучающиеся выступают на спортивном празднике со стихами, песнями, фигурной строевой маршировкой.

Ведущий спортивного праздника должен обладать следующими качествами:

- громкая, четко поставленная речь;
- артистизм;
- педагогические навыки;
- быстрота реакции и адаптация к изменяющимся условиям;
- физическая подготовка.

Возможно включение в сценарий нескольких ведущих. Это могут быть герои детских сказок или мультипликационные герои. Также, можно прибегнуть к помощи аниматоров [16].

В день проведения спортивного праздника желательно создавать праздничную атмосферу в течение всего дня. Подготовительную работу к

мероприятию можно распределить между классами: расставить скамейки в спортивном зале, развесить плакаты, расставить наградную атрибутику.

Примерная структура спортивного праздника состоит из трех частей:

1. Открытие спортивного праздника. Возможные способы начала мероприятия: подъем флага, парад команд-участников, пение гимна, фигурная спортивная маршировка. При условии, что территория спортивного праздника большая, можно организовать пробежку всех участников мероприятия. Ярким событием может стать появление аниматоров в ростовых куклах – символах спортивного праздника или сказочных героев. Возможен сигнал пожарной тревоги или приглашение по громкоговорителю принять участие в спортивном празднике всех желающих, а особенно самых сильных и самых смелых.
2. Основная часть праздника. На этом этапе решается главная задача спортивного мероприятия. В зависимости от поставленной задачи подбираются конкурсы, игры, виды соревнований. Необходимо задействовать всех участников. Индивидуальное участие в порядке очереди должно быть логически продумано и зафиксировано в сценарии. Для того, чтобы задействовать каждого участника команды, можно раздать цветные жетоны и впоследствии вызывать для участия в конкретном конкурсе обучающихся с определенным цветом жетона. Также, жетоны можно сделать в форме животных, геометрических фигур и т.д. Чтобы команды оказались в равных условиях, при раздаче жетонов необходимо учитывать индивидуальные физические способности обучающихся, их пол и физиологические особенности [15].

Активная деятельность каждого обучающегося на спортивном празднике является важным фактором эффективности образовательной и воспитательной работы школы. Организаторам спортивного праздника

необходимо проследить, чтобы каждый обучающийся стал участником хотя бы в одном конкурсе. Дети должны все вместе или командами в порядке очереди участвовать в разных испытаниях, согласно сценарию, помогать ведущим и организаторам праздника [22].

При массовом характере спортивного праздника ведущий должен иметь несколько помощников. Ими могут быть обучающиеся старших классов. От них требуется помощь в:

- организации участников,
- расстановке и уборке спортивного инвентаря,
- обеспечении музыкального сопровождения,
- награждении [13].

Если спортивный праздник носит ярко выраженный соревновательный характер, то важно своевременное оценивание и подведение индивидуальных и общекомандных результатов. Члены жюри выбираются заранее и приглашаются на спортивный праздник. Жюри состоит из трех-пяти человек.

3. Подводить результаты необходимо не только в конце праздника, но и непосредственно во время мероприятия. После каждой игры, эстафеты, соревнования ведущий подводит краткий итог и оценивает степень проявления физических и морально-волевых качеств команд и отдельных его участников. Предоставить слово жюри можно после 2-3 конкурсов, чтобы не превращать праздник в сплошные выступления [15].

При проведении спортивного праздника для детей младшего школьного возраста необходимо очень дипломатично озвучить подведение итогов. Дети в этом возрасте не могут адекватно принимать поражение, переоценивая свои способности. Поэтому необходимо:

- при формировании команд учесть количество детей равноценных по физическим способностям, гендерной принадлежности;

- поддерживать победный дух во время соревнований у проигрывающей команды, придавать им уверенности.

Чтобы уравнивать количество очков в командах-соперницах, нужно в конце спортивного праздника запланировать игру, гарантирующую победу проигрывающей команде. Большое преимущество одной команды можно сгладить такими играми, применить небольшую педагогическую хитрость. И к концу спортивного праздника обучающиеся подходят с итогом «Победила дружба!» [13].

Следующий метод уравнивания результатов – награждение команд по номинациям. Например, номинации:

- Самая быстрая команда!
- Самая дружная команда!
- Самая сильная команда! и т.д. [7].

Апогеем спортивного праздника может стать сюрпризный момент. Его содержание зависит от возраста обучающихся. В качестве сюрприза может быть появление ростовых кукол в виде сказочных персонажей и показ театрализованной сценки. Здесь можно задействовать обучающихся старших классов. Сказочные персонажи могут поиграть с детьми в различные конкурсы, пропагандировать здоровый образ жизни. Данная сценка должны быть веселой, развлекательной. Необходимо обязательное сопровождение музыкой, возможно использование озвучки. Если есть возможность, можно применить световые эффекты (лазерные эффекты, отключение света).

В завершение спортивного праздника целесообразно провести массовую подвижную игру или организовать флэш-моб со всеми участниками спортивного праздника, задействовать зрителей и болельщиков. В это время, жюри, совместно с организаторами, подсчитывают очки. Далее идет общее подведение итогов [6].

Этап награждения должен проходить в торжественной обстановке. Каждый участник получает памятный сувенир.

Полученные обучающимися награды следует разместить в предусмотренном в школе месте: витрина с грамотами, наградами, кубками, полученными обучающимися данной образовательной организации. Можно оформить спортивный уголок в классе.

Проведение спортивных праздников позволяет воспитать у детей младшего школьного возраста стойкий интерес к самостоятельным занятиям физической культурой, к собственным спортивным достижениям. Все это является условием формирования мотивации здорового образа жизни.

Спортивные праздники влияют на развитие личностных качеств обучающихся. Совместная деятельность, стремление достичь максимальных результатов, преодоление трудностей сплачивают коллектив, формируют чувство индивидуально и коллективной ответственности.

Обучающиеся младших классов учатся сопереживать победам и промахам товарищей по команде, радоваться достижениям других, поддерживать хорошие, дружеские взаимоотношения между собой. Также во время соревнований у них формируется желание добиться высоких командных побед. Одновременно с этим, у обучающихся формируется уважительное отношение к товарищам по игре, команде соперников.

Соревновательный характер проведения игр и упражнений на спортивном празднике способствует развитию у детей младшего школьного возраста:

- целеустремленности,
- храбрости,
- решительности,
- упорства,
- находчивости и др.

Во время участия в спортивных праздниках младшие школьники осознают важность регулярных занятий физической культурой с целью достижения необходимого результата.

Совместное участие педагогов в подготовке и проведении спортивного праздника имеет огромное значение в воспитании обучающихся. Повышается педагогический авторитет у обучающихся.

Таким образом, в системе физкультурно-оздоровительной работы образовательной организации имеются разнообразные формы организации активного отдыха обучающихся. Самым впечатляющим и продуктивным из них – спортивный праздник.

Глава 3. Сценарий проведения спортивного праздника в условиях общеобразовательной школы

Сценарий Второго Зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Цель: популяризация ВФСК ГТО.

Задачи:

- прием нормативов ВФСК ГТО;
- повышение уровня физической подготовленности школьников;
- пропаганда комплекса ГТО;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом.

Место проведения Второго Зимнего фестиваля ГТО: «Бисертская средняя школа №1» спортивный зал №1, №2.

Второй Зимний фестиваль ГТО проводится для обучающихся 9-11 классов.

Инвентарь: станок для отжиманий, дорожка для прыжков в длину с места, скамья для измерения уровня гибкости, турник, лазерный тир «Кадет», гимнастический коврик.

Дополнительное оборудование: музыкальная аппаратура, ноутбук для лазерного тира.

Ведущий 1 (Востров В.А.):

– Встречаем здесь улыбчивые лица,

Вокруг летает здесь спортивный дух.

У каждого частичка олимпийца:

В глазах и в сердце. Здравствуй, друг!

Встречаем в нашем зале всех участников Второго Зимнего фестиваля ВФСК ГТО!

Под звуки спортивного марша, в зал входят строевым шагом команды-участницы Второго Зимнего фестиваля ВФСК ГТО. У каждой команды разный цвет формы (сборная 9 «А» класса – белый, сборная 9 «Б, В» класса – синий, сборная 10-ых классов – красный, сборная 11-ых классов – зеленый).

Ведущий 1:

– Наша жизнь – одно мгновение.

Все уходит, все пройдет.

Физкультурой несомненно
Занимайтесь каждый год.
Нужно прыгать, нужно бегать,
Вес огромный поднимать,
Каждый день зарядку делать,
Никогда не унывать.
Пробегая стометровку
Улыбаться во весь рот,
Ведь ты можешь это делать –
Мотивируй весь народ!
Никогда ты не стесняйся –
Физкультурой занимайся
Хоть до самых холодов.
Будь всегда здоров!

Все участники: Всегда здоров!

Ведущий 2 (Минкина С.Н.):

– Добрый день, дорогие друзья! Мы начинаем наш Второй Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Ведущий 3 (Михеев П.И.):

– Парад равняйся, смирно!!!

Почетное право поднять флаг Российской Федерации предоставляется обладателям золотых знаков отличия ГТО: III ступень – Саркеев Александр, Сарапулова Анна; IV ступень – Кочергин Тихон, Сюзев Матвей.

Раздается «Гимн Российской Федерации».

Ведущий 3:

– Второй Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), прошу считать открытым!

Ведущий 1:

– Расскажу сейчас вам то,
Для чего нужно ГТО:
Все здоровье укрепляем,
И над спортом размышляем.
Тело силой наделяем.
Стать спортсменами мечтаем!

Ведущий 2:

– Чтоб людей здоровых много
Было на земле у нас.
Чтобы жили все мы долго.
Чтобы дух в нас не погас.

Ведущий 3:

– Чтобы все здоровы были,
Жизнь свою все изменили.
Сейчас проверим – кто кого
На нашем фестивале ГТО!

Включается фоновая музыка. В это время, ведущие рассказывают о ВФСК ГТО.

Ведущий 1:

– Комплекс ГТО в СССР впервые был принят одиннадцатого марта 1931 года. Он был предназначен для того, чтобы молодое поколение было хорошо физически подготовлено. Советский народ, особенно молодежь, должны были иметь высокий уровень физического воспитания и мобильную готовность. Первоначально к прохождению испытаний не допускались мужчины моложе восемнадцати лет и женщины моложе семнадцати лет.

Самые «необычные» испытания, которые не дошли до нашего времени:

1. поднимание ящика с патронами весом в тридцать два килограмма и перенос его на расстояние пятьдесят метров без остановки;
2. езда на велосипеде;
3. езда на тракторе, автомобиле или мотоцикле;

4. гребля в лодке на расстояние один километр;
5. верховая езда на лошади и продвижение в противогазе на один километр.

Ведущий 2:

– Знаменитый конькобежец Яков Федорович Мельников, первый заслуженный мастер спорта СССР, чемпион России, неоднократный чемпион РСФСР и СССР различных годов; чемпион Европы по конькобежному спорту стал первым обладателем знака отличия комплекса ГТО. Начиная с 1934 года в стране заработал комплекс тестов по физической подготовке детей разного возраста. Данный комплекс получил название «Будь готов к труду и обороне».

Ведущий 3:

– В нашей стране 1 сентября 2014 года президент В.В. Путин подписал указ о возобновлении работы системы Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Возвращение данной системы было с целью популяризации и пропаганды здорового образа жизни, для того, чтобы укрепить здоровье подрастающего поколения.

Испытания для детей проводятся по пяти возрастным группам.
Испытания следующие:

- бег,
- прыжки,
- бег на лыжах,
- отжимания,
- подтягивание,
- упражнения на гибкость,
- метания,
- стрельба,
- плавание.

Ведущий 1:

– Спорт – это выбор по жизни,
В ногу с ним смело шагай.
Дома весь день ты не кисни,
Беги на пробежку давай!
Подтянись – не ленись,
И скорей отзовись,
Кто готов здесь начать
нормативы сдавать?
Ведущий 2:

– Покори все вершины,
Слабость не проявляй.
Собери все силы
И их испытай!
Ты все сможешь,
Все преодолеешь,
Сдашь все нормативы
И повзрослеешь!
Ведущий 1:

– Итак, мы плавно подошли к основному этапу нашего фестиваля. И программу нашего Второго Зимнего фестиваля вам представит главный судья соревнований Сюзева Миндифа Кавиевна, начальник Управления образования Бисертского городского округа.

Слова главного судьи:

– Приветствую всех участников зимнего фестиваля ГТО. В программу соревнований входит сдача норм ГТО. Победители определяются в каждом виде испытаний (личный зачет), а также команда, набравшая в ходе фестиваля больше всех баллов будет считаться победительницей.

Ведущий 3:

– Представляю вам судей по видам испытаний:

1. Подтягивание из виса на высокой перекладине – Зудов Б.С.

2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа – Селезенькова Р.И.
3. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на тумбе – Губин П.В., Царев В.И.
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Суровцев С.А.
5. Поднимание туловища из исходного положения лежа на спине – Максимов А.С.
6. Стрельба из электронного оружия, система «Кадет» – Ильин А.В., Александрова О.В.

Ведущий 1:

– Самая мирная

Битва спортивная!

Все громче аккорды

Максимальных рекордов.

Важно и молодо

Спортивное золото.

Звучат над планетой

Фанфары победы.

Ведущий 2:

– А для того, чтобы начать наш фестиваль. На разминку становись!

Флешмоб с участниками соревнований.

Ведущий 3:

– Парад, равняйся! Смирно! Участникам приступить к сдаче нормативов ГТО!

Каждой команде выдаются маршрутные листы. Далее команды расходятся по разным станциям и начинают сдавать тесты.

Проводятся соревнования во всех видах испытаний ВФСК ГТО.

Ведущий 1:

– Пока подводятся итоги, мы с вами узнаем, кто у нас самый быстрый.

Проводятся соревнования по челночному бегу 3x10 м.

Ведущий 2:

– Для подведения итогов соревнования и награждения победителей и участников слово предоставляется главному судье соревнований – начальнику Управления образования Бисертского городского округа Сюзовой М.К.

Вручаются грамоты и памятные сувениры всем судьям соревнований, победители получают грамоты и медали.

Ведущий 3:

– Парад, смирно! Почетное право спустить флаг Российской Федерации предоставляется победителям Второго Зимнего фестиваля ГТО.

Победители опускают флаг.

Ведущий 3:

– Второй Зимний фестиваль ВФСК ГТО, прошу считать закрытым!

Мы закрываем фестиваль,

И всем немного жаль.

Но встретимся с тобой мы вновь

И силы ты свои готовь!

Ведущий 1:

– Мы вам говорим: «До свиданья!»

И всем вам хотим пожелать

Трудиться всегда с желаньем

Стараться не унывать!

Ведущий 2:

– Спасибо вам хотим сказать

За смелость, за участие.

И в будущем вам пожелать

К спорту иметь причастие!

Включается фоновая музыка и все покидают спортивный зал.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Проанализировав научно-методическую литературу, можно сделать вывод, что физкультурно-массовые и спортивные мероприятия в школе проводятся с целью полноценного решения задач физического воспитания. Основная цель внеклассных форм занятий состоит в том, чтобы

на основе интересов обучающихся, расширить их знания, увеличить и укрепить двигательные умения и навыки в различных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить их к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

В системе физического воспитания физкультурно-массовые и спортивные мероприятия представлены в разных формах организации активного отдыха обучающихся. Это могут быть спортивно-театрализованные представления, физкультурно-оздоровительные мероприятия или спортивные соревнования.

2. Организационно-методическое обеспечение физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями возлагается в первую очередь на коллектив учителей физической культуры. Вместе с заместителем директора по учебно-воспитательной работе и педагогами-организаторами они составляют план мероприятий на учебный год, разрабатывают положения, занимаются подготовкой и непосредственным проведением мероприятий.

В отдельных случаях к организации мероприятий подключается совет старшеклассников, привлекаются обучающиеся старших классов и родители обучающихся. Все они несут ответственность за проведение физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в школе.

Можно выделить спортивные праздники: по доминирующей задаче, по двигательному содержанию, по методам проведения, по месту проведения, по возрастному составу детей, по характеру используемого оборудования, в зависимости от времени года.

3. Разработан и апробирован сценарий школьного спортивного праздника под названием «Второй Зимний фестиваль ВФСК ГТО», с целью популяризации комплекса ГТО.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белоножкина, О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе / О.В. Белоножкина. – М.: Учитель, 2007. – 173 с. – Текст: непосредственный.

2. Белякова, Н.Т. Стань сильным, ловким и выносливым / Н.Т. Белякова, С.Ю. Юровский. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 126 с. – Текст: непосредственный.
3. Блинков, С.Н. Организация и содержание физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе / С.Н. Блинков. – Текст: непосредственный // Ученые записки. – 2010. – № 10 (68). – С. 13-37.
4. Болонов, Г.П. Сценарий спортивно–театрализованных праздников: учеб. пос. Кн.1 / Г.П. Болонов, Н.В. Болонова. – М.: Школьная Пресса, 2005. – 80 с. – Текст: непосредственный.
5. Видякин, М.В. Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе / М.В. Видякин. – М.: Учитель, 2006. – 153 с. – Текст: непосредственный.
6. Видякин, М.В. Спортивные праздники и мероприятия в школе / М.В. Видякин. – М.: Учитель, 2011. – 127 с. – Текст: непосредственный.
7. Готовцева, А.Г. Организация спортивных праздников в процессе физического воспитания младших школьников / А.Г. Готовцева. – Текст: непосредственный // Меридиан. – 2017. – № 4 (7). – С. 75-77.
8. Коваленко, В.И. Здоровьесберегающие технологии / В.И. Коваленко. – М.: ВАКО, 2010. – 267 с. – Текст: непосредственный.
9. Кочкаров, А.Э. Спортивный праздник в общеобразовательной школе / А.Э. Кочкаров. – Текст: непосредственный // Молодежь. Наука. Образование. – 2019. – С. 201-205.
10. Малиновская, Н.В. Место спортивно-массовых мероприятий в системе гуманитарных педагогических технологий в области физкультурного образования / Н. В. Малиновская. – Текст: непосредственный // Современные технологии физического воспитания. – 2016. – № 27. – С. 11-14.
11. Минниханова, Д.И. Пути повышения интереса детей младшего школьного возраста к уроку физической культуры / Д. И. Минниханова, Г.А. Чикалова. – Текст непосредственный // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2011. – № 2. – С. 91-93.

12. Мишенькина, В.Ф. Основы организации спортивно-физкультурных праздников по месту жительства / В.Ф. Мишенькина, Д.А. Бобровский. – Текст: непосредственный // Физкультурное образование Сибири. – 2016. – № 2 (36). – С. 22-24.
13. Петров, Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления: Основы режиссуры, технологии, орг. и методики: учеб. пособие для студентов высш. и сред. проф. учеб. заведений физ. культуры / Б.Н. Петров. – М.: СпортАкадемПресс, 2006. – 352 с. – Текст: непосредственный.
14. Пешкова, Н.В. Спортивные праздники и соревнования с использованием подвижных игр. 1-9 класс / Н.В. Пешкова, Н.А. Шкитырь, Н.А. Яковлева. – Брянск: Курсив, 2012. – 84 с. – Текст: непосредственный.
15. Погадаев, Г.И. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе. 1-11 классы / Г.И. Погадаев, Б.И. Мишин. – М.: Дрофа, 2010. – 111 с. – Текст: непосредственный.
16. Предигер, А.В. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий / А.В. Предигер. – Текст: непосредственный // Начальная школа. – 2009. – № 5. – С. 75-76.
17. Смолев, П.П. Рекреационная физическая культура в форме спортивных праздников / П.П. Смолев. – Текст: непосредственный // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов. – Казань, 2015. – С. 470.
18. Спортивные праздники и развлечения / В.Я. Лысова, Т.С. Яковлева, М.Б. Зацепина, О.И. Воробьева. – М.: АРКТИ, 2010. – С. 3-4. – Текст: непосредственный.
19. Спортивные праздники круглый год / М.Н. Прибыщенко, В.И. Колесник, А.Г. Трушкин, Е.С. Громак. – М.: ИКЦ МарТ, 2004. – 288 с. – Текст: непосредственный.

20. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2006. – 364 с. – Текст: непосредственный.
21. Тимофеева, В.В. Спортивные праздники как одна из форм работы по физическому воспитанию в школе / В.В. Тимофеева, О.В. Шиленко. – Текст: непосредственный // Актуальные проблемы физического воспитания студентов. – 2020. – С. 85-89.
22. Ткач, Н.В. Особенности проведения спортивных праздников в общеобразовательной школе / Н.В. Ткач. – Текст: непосредственный // Международный студенческий научный вестник. – 2019. – №1. – С. 90.
23. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование» / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2016. – 478 с. – Текст: непосредственный.
24. Чикалова, Г.А. В помощь практиканту: сценарии спортивно-массовых мероприятий: учеб.-метод. пособие / Г.А. Чикалова, Е.А. Репникова, Д.И. Минниханова. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2012. – 111 с. – Текст: непосредственный.
25. Чикалова, Г.А. Методика разработки сценариев спортивно-художественных представлений: учеб. пособие / Г.А. Чикалова. – Волгоград: ФГОУ ВПО «ВГАФК», 2010. – 123 с. – Текст: непосредственный.
26. Ярошевич, И.Н. Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО / И.Н. Ярошевич. – Текст: непосредственный // Современные технологии и научно-технический прогресс. – 2018. – Т. 1. – С. 234-235.