

## Конспект Олимпийского урока

1. Цель : сформировать представление о Зимних Олимпийских играх.

2. Задачи занятия:

- Формирование основ ЗОЖ, содействие в реализации личностных возможностей детей.
- Формирование коммуникативных навыков в процессе совместной деятельности.
- Коррекция высших психических функций (внимания, памяти, образного мышления), двигательных навыков на основе выполнения упражнений.
- Воспитание патриотизма.

Сегодня – Олимпийский праздник, на котором вспомним о летних и зимних Олимпийских играх. Это не совсем обычный спортивный праздник, т.к. посвящается он семье! Ведь не секрет, что все азы воспитания ребёнок получает в семье, не зря говорят, что дети похожи на своих родителей и пример они берут тоже с них и со взрослых вообще. Начало Олимпийских побед закладывается в семье.

Мы выясним почему здоровье считается главной ценностью каждого человека и страны в целом. Олимпийские игры – крупнейшие и самые престижные в мире спортивные состязания, которые с нетерпением ждут миллионы любителей спорта. Игры проходят один раз в четыре года. И их организация - высокая честь и большая ответственность для граждан страны. Сочи завоевал в 2007 году право проведения зимних Олимпийских игр и поэтому XXII зимние Олимпийские игры и XI Параолимпийские игры 2014 года в Сочи станут первыми зимними Играми в истории России.

Олимпийские Игры будут проходить с 7 по 23 февраля 2014 года. В конце декабря через наш город пройдет Олимпийский огонь, и около 100 лучших спортсменов и лучших учителей физ.культуры понесут Олимпийский огонь.

Наши соревнования пройдут под общим девизом- «Неразлучные друзья- взрослые и дети» ( Звучит музыка. Дети подпевают)

До начала соревнований вам необходимо представить свои команды. (представители команд выходят)

Какие же соревнования без жюри  
Оценивать результаты эстафет  
будут \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

А сейчас напутственные слова участникам соревнований

**1.Родитель 2-А**

Не для шума и парада –  
Ради силы молодой  
Начинаем этот праздник...  
Праздник мой и праздник твой!

**2.Ученик**

Чтоб здоровым быть сполна  
Физкультура всем нужна.  
Для начала по порядку -  
Утром сделаем зарядку!

**3.Родитель 2-Б**

И без всякого сомненья  
Есть хорошее решение -  
Бег полезен и игра,  
Занимайся детвора!

**4.Ученик**

Чтоб успешно развиваться,  
Нужно спортом заниматься.  
От занятий физкультурой  
Будет стройная фигура.

**5.Родитель 2-В**

Нам полезно без сомненья  
Все, что связано с движеньем.  
Вот, поэтому, ребятки,  
Будем делать мы зарядку.

**6.Ученик**

Будем вместе мы играть,  
Бегать, прыгать и скакать.  
Чтобы было веселее,  
Мяч возьмем мы поскорее.

### **7.Родитель 3-А**

Станем прямо, ноги шире,  
Мяч поднимем – три-четыре,  
Поднимаясь на носки.  
Все движения легки.

### **8.Ученик**

В руки мы возьмём скакалку,  
Обруч, кубик или палку.  
Все движения разучим,  
Станем крепче мы и лучше.

### **9.Родитель 3-Б**

Чтобы прыгать научиться,  
Нам скакалка пригодится.  
Будем прыгать высоко,  
Как кузнечики – легко.

### **10.Ученик**

Обруч, кубики помогут  
Гибкость нам развить немного.  
Будем чаще наклоняться,  
Приседать и нагибаться.

### **11.Родитель 3-В**

Вот отличная картинка:  
Мы как гибкая пружинка!  
Пусть не сразу все дается,  
Поработать нам придется!

### **12.Ученик**

Чтоб проворным стать атлетом,  
Проведем мы эстафету.  
Будем бегать быстро, дружно,  
Победить нам очень нужно!

*(представителям команд раздаются пазлы для 1-ого конкурса, Все команды под музыку расходятся на линию старта, болельщики в зону отведенную для них)*

### **Конкурс 1 “Талисман”.**

У всех Олимпийских игр есть свои талисманы. Мы познакомимся с талисманами Сочи-2014. Перед вами разрезанные картинки - надо собрать пазлы и отгадать талисман.

*(У детей в руках по пазлу, родители у стола на против команды держат клей и ватман, на который будут складывать и наклеивать картинку-талисман: **зайка, мишка, леопард** с текстом и подписать вид спорта)*

Победит тот, кто первый наклеит, подпишет и поднимет ватман, затем для всех читают.

### **Эстафета 2 “Челнок”**

У указателей – с одной стороны родители напротив дети и лежат два набивных мяча. По сигналу дети бегут до родителей несут один мяч, затем возвращаются и приносят второй мяч. Родители берут вместе два мяча и возвращают детям.

Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

### **Конкурс 3 “Знатоки”.**

Ведущий: А теперь викторина. Каждая команда регистрирует свой пульт. Пульт будет лежать на второй линии. Игрок должен добежать до пульта, выбрать правильный ответ, нажать соответствующую кнопку на пульте, пульт оставить на месте и вернуться к своей команде передав эстафету.

Побеждает та команда, которая быстрее и правильно ответит на все вопросы.

### **Конкурс 4 “Олимпийцы”.**

Напротив каждой команды детей у стола родители с ватманом, на котором талисман и текст. По сигналу дети по очереди бегут к родителям и передают маркер цвета кольца. Родители должны нарисовать правильно олимпийские кольца. (три кольца в верхнем ряду – голубое, черное, красное; два в нижнем ряду – желтое, зеленое).

Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

### **Конкурс 5 “ловкий”.**

Команда выстраивается друг за другом на расстоянии вытянутой руки родитель, ребёнок. Передают мяч назад: родитель между ног, ребенок над головой. Последний возвращается на начало.

Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

### **Конкурс 6 “Ловкий футболист”.**

Инвентарь: маск, один футбольный мяч.

Ребенку надевают маску, положить футбольный мяч на пол. Дети по сигналу ведут мяч под руководством родителя до фишки, обратно бегут взявшись за руки с мячом в руках.

Кто первый это сделает, тот выигрывает .

### **Конкурс 7 “Тонель”.**

От фишки до фишки растягивается вся команда и прокатывает мяч между ног, последний ловит мяч и возвращается на начало.

Кто первый это сделает, тот выигрывает .

Белая зайка Стрелка любит фигурное катание-зимний вид спорта, в котором фигуристы скользят на коньках по льду с выполнением художественных или спортивных элементов под музыку. Важно- развитие двигательных качеств и чувство ритма.

### **Танцевальная разминка на поле ( не детское время)**

Судьи подводят итоги и награждают

Учись дорожить мгновением,  
Ведь жизнь ускоряет бег.  
И доли секунд – решения...  
В этом залог побед!

Построение, подведение итогов и награждение