

Частное общеобразовательное учреждение  
«Классическая гимназия святой равноапостольной княгини Ольги  
города Костромы»

**Дидактическая игра по физической культуре:**  
**Игра – бродилка**  
**«Мы за здоровый образ жизни! Мы за Олимпиаду!»**  
**(для учащихся 1- 4 классов)**

Разработала:  
Сироткина Алёна Алексеевна,  
учитель физической культуры

город Кострома, 2024 год

## **Методические рекомендации к настольной игре - бродилке**

### **«Мы за здоровый образ жизни! Мы за Олимпиаду!»**

Даже самые простые настольные игры оказывают полезное влияние на ребенка, развивая зрительную память, внимание, сообразительность, логику, воображение и образное мышление. У настольной игры есть очередность хода и четкие заранее оговоренные правила, обязательные для всех игроков. Играя в настольную игру, ребенок учится соблюдать эти правила, контролировать свои желания, эмоции, темперамент. В процессе игры у детей развиваются мелкая моторика, совершенствуется речевой аппарат, дети учатся ориентироваться в пространстве, а так же развивается внимание, коммуникативные и социальные навыки. Бросая кубик и отсчитывая ходы, ребенок знакомится с понятием количества, осваивает навыки порядкового и количественного счета, учится соотносить количество (в данном случае, точек на кубике) со знаком (цифрами). Азарт и желание победить стимулируют смекалку и интеллект.

Играя в игры - бродилки, ребёнок начинает понимать, что кроме него есть другие «я», и его действия не должны нарушать их прав в установленных правилами пределах – нельзя перебросить кубик, если не понравилось выпавшее значение, нельзя сделать ход вне очереди, и как ни обзывай того, кто первым дошел до финиша, всё равно останешься проигравшим. И, что самое главное, всё это нельзя потому, что так все вместе заранее договорились.

Настольная игра это всегда испытание и тренировка личных качеств – умения сосредоточиться, думать, быть вежливым, доброжелательным, терпеливым, великодушно выигрывать и достойно проигрывать. При проигрыше ребенок может злиться, плакать, кричать, словом, выражать свои чувства, и это чрезвычайно важно.

Если ребенок будет не в состоянии эмоционально освободиться, эмоционально отразить свое состояние, это будет его зажимать и будут копиться напряжение, тревога.

Настольная игра «**Мы за здоровый образ жизни! Мы за Олимпиаду!**» - развивающая игра. Игра предназначена для детей начальной школы в процессе изучения и закрепления знаний по истории возникновения Олимпийских игр. Эта игра-бродилка может быть использована в работе учителями начальной школы и учителями физической культуры, а также родителями учащихся для совместной игры.

В процессе игры у детей формируются следующие представления:

- о том, что такое Олимпиада и когда были проведены первые Олимпийские игры и для чего;
- о том, какие виды спорта являются Олимпийскими.
- о том, что такое здоровый образ жизни и как его нужно поддерживать

Осуществляется развитие связной речи, **памяти**, внимания, воображения, логического мышления, мелкой моторики.

**Цель:** расширить знания детей о здоровом активном образе жизни, а также актуализировать и пополнить знания детей об истории возникновения Олимпийских игр.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

- Обобщать и систематизировать имеющиеся у детей представления о сохранении здоровья и умение реализовывать свои знания о здоровье в повседневной жизни;
- Познакомить с историей возникновения Олимпийских игр и их значением;
- Обогащать словарный запас детей по спортивной тематике и ЗОЖ;
- Воспитывать уважение к себе, умение проявлять заботу о своем здоровье;
- Создавать положительный эмоциональный настрой;
- Формировать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой и желание заниматься спортом.

##### **Развивающие:**

- Способствовать развитию связной речи, внимания, воображения.

- Развивать творческие способности детей.
- Развивать смекалку, находчивость, терпение, выдержку.

#### **Воспитательные:**

- Прививать любовь к спорту.
- Воспитывать сплоченный коллектив, взаимовыручку.

Рекомендация от автора: Несмотря на то, открыты ли все карточки «Интересные факты» или нет, рекомендуется по окончании игры познакомить с оставшимися, которые не были использованы. По окончании игры можно пройти небольшой тест, чтобы закрепить имеющиеся знания.

Игровые атрибуты: игровое поле, фишки, кубик, карточки к игре с заданиями ( 10 шт.), карточки к игре 10 штук (Интересные факты)

### **Правила настольной игры-бродилки**

#### **«Мы за здоровый образ жизни! Мы за Олимпиаду!»**

**Правила игры:** В игре могут принимать участие от 2 до 4 игроков. Игроки выбирают себе фишки и ставят их на старт. Чтобы определить очередность хода каждого игрока, все участники бросают кубик. Первым ходит тот, у кого выпало наибольшее количество очков. Игроки по очереди бросают кубики и передвигают свою фишку на выпавшее на нем количество ходов.

Игра рассчитана на детей 6+, предусмотрено участие взрослого в качестве водящего.

Если игрок останавливается на зеленом поле, он может бросить кубик еще раз. Если на красном, то он пропускает ход. Если игрок попадает на желтое поле, то ему дается задание из карточки. Карточку ребенок может выбрать сам. Если ребенок отвечает правильно, он может перейти на 2 клетки вперед, если неправильно, то на 2 клетки назад.

Синим цветом выделены карточки «Интересные факты», касающиеся Олимпиады, благодаря которым ребенок может получить один

дополнительный ход, если после прочтения этой карточки сможет передать ее содержимое.

В ходе игры ребенок может попасть на гири-ловушки, которые посвящены основам здорового образа жизни, где указаны правильная и неправильная модель поведения или питания. Выбирая один из вариантов, игрок может перейти вперед или же опять вернуться назад при неправильном ответе.

**Важно! Все ответы должны быть аргументированы!** Нужно обязательно спросить, почему игрок ответил именно так.

Побеждает тот, чья фишка первая дойдет до финиша. При подведении итогов проговариваются все правила, которые были озвучены по ходу проведения игры.

**Список использованных источников:**

1. <https://infourok.ru/kostromskie-olimpiyskie-chempionifotoopisanie-dostizheniy-1332376.html?ysclid=lr7we0zlu9774356914>
2. <https://ped-kopilka.ru/vneklasnaja-rabota/viktoriny/viktoriny-dlja-4-klasa-s-otvetami/viktorina-dlja-4-klasa-s-otvetami-olimpiiskie-igry.html?ysclid=lr7w35tvbu818928021>
3. <https://umagazine.ru/lifestyle/kratkaya-istoriya-olimpiyskikh-igr-v-tsifrakh-i-faktakh/?ysclid=lr7vlnkfou190831376>
4. <https://infourok.ru/test-na-temu-o-sport-ti-mir-klass-556352.html?ysclid=lr7v4xi61i329094593>



Привет! Сегодня мы хотим рассказать тебе про самые знаменитые игры, которые проходят в мире. Давай мы расскажем тебе про Олимпиаду!

1. Олимпийские игры были впервые проведены в Древней Греции в 776 году до нашей эры, и проходят уже более 2,700 лет.

2. Олимпийские игры являются самым крупным спортивным событием в мире, собирая около 200 наций и более 10,000 спортсменов на одном мероприятии.

3. Первые современные Олимпийские игры прошли в Афинах в 1896 году и были организованы французом Пьером де Кубертенем.

4. Современные Олимпийские игры проходят каждые четыре года и чередуются между летними и зимними видами спорта.

5. Олимпийская символика — атрибуты олимпийских игр, используемые международным олимпийским комитетом для продвижения идеи олимпийского движения во всём мире. К олимпийским символам относят: флаг (кольца), гимн, клятва, лозунг, медали, огонь, лавровую ветвь, салют, талисманы, эмблему<sup>1</sup>

6. Каждые Олимпийские игры имеют свой собственный лозунг и символ, отражающий культуру и идеалы хозяйствующей страны.

7. Участвовать в Олимпийских играх Древности могли **только свободные мужчины-греки**. Женщин не допускали не только к участию в играх, но и к их просмотру тоже. Также свой город на играх не могли представлять рабы, иностранцы и люди, опорочившие свою честь нарушением клятвы или иным преступлением.

8. На время Игр в Древней Греции прекращали все войны и заключали перемирие, а представители враждующих полисов проводили в Олимпии мирные переговоры, чтобы уладить конфликты.







## Олимпийская символика

ОЛИМПИЙСКИЕ КОЛЬЦА

### СОВРЕМЕННАЯ ОЛИМПИЙСКАЯ СИМВОЛИКА

**Медали**



**Эмблема**



**Огонь**



**Флаг**



**Талисманы**



**Девиз:**  
**Быстрее, выше, сильнее!**





**Олимпийский символ-пять переплетенных колец**



Они олицетворяют единство спортсменов пяти континентов  
земного шара, их встречу на Олимпийских играх.  
Эмблема придумана Пьером де Кубертенем в 1913 году.





## Задание 1

**С какой процедуры следует начинать закаливание организма?**

- а) обливание;
- б) обтирание;
- в) прохладный душ;
- г) грызть сосульки.



## Задание 2

**Разминка на уроке физкультуры нужна -...**

- а) для удовольствия;
- б) для подготовки мышц к основной нагрузке;
- в) для красоты тела;
- г) расширения кругозора.



## Задание 3

**В какой игре необходимо выбить битой как можно большее количество фигур?**

- а) Домино.
- б) Городки.
- в) Вышибалы.



## Задание 4

**Родина олимпийских игр**

- 1. Америка
- 2. Греция
- 3. Италия
- 4. Эстония



## Задание 5

**Девиз Олимпийских игр:**

1. «Спорт, спорт, спорт!»
2. «О спорт! Ты - мир!»
3. «Быстрее! Выше! Сильнее!»
4. Быстрее! Выше! Дальше!»



## Задание 6

**Что вредит здоровью человека?**

1. физкультура
2. закаливание
3. табакокурение
4. плавание



## Задание 7

**Какой термин относится к футболу?**

1. фол
2. метание
3. пенальти
4. фальстарт



## Задание 8

**Как называется игра с мячом на воде?**

- А) баскетбол;
- Б) водное поло;
- В) гандбол;



### Задание 9

Как часто проводятся Олимпийские игры?

- А) через 4 года;
- Б) Через 2 года;
- В) через 5 лет



### Задание 10

Чем награждаются победители соревнований?

- А) медалью и дипломом;
- Б) открыткой;
- В) мороженым;



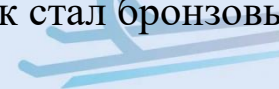
### Интересные факты про Олимпиаду

На первой современной Олимпиаде в Афинах золотым и серебряным призерам давали не только медали, **но и символическую оливковую ветвь.**



### Интересные факты про Олимпиаду

Самым молодым олимпийцем был греческий гимнаст Димитриус Лонрдас. Ему было всего десять лет, когда он выступил на Олимпиаде-1896. Мальчик стал бронзовым призером





### **Интересные факты про Олимпиаду**

Первые в мире спортивные состязания, сведения о которых сохранились до наших дней, проводились в античной Олимпии до 776 года до н. э., и потому современные Олимпиады получили название в честь древнего города. Игры проводились раз в четыре года и продолжались несколько дней — на большом стадионе, расположенном у холма Кроноса, где атлеты соревновались в честь главного из богов-олимпийцев — Зевса.



### **Интересные факты про Олимпиаду**

Изначально греческие атлеты состязались только в одной дисциплине — беге на один стадий (около 192 метров). Позже список расширился: в него включили бег на два и 24 стадия, бег вооруженных атлетов, прыжки, метание копья и диска, борьбу, гонки на колесницах.



### **Интересные факты про Олимпиаду**

Еще одна традиция античных Олимпийских игр — зажжение огня в честь богов, покровителей состязаний. Зажечь огонь мог только атлет, выигравший в соревнованиях по бегу. Также особую роль играл ритуал зажжения и доставки олимпийского огня на стадион — традиции, которые сохранились до наших дней.



### **Интересные факты про Олимпиаду**

Возрождением Олимпийских игр мир обязан французскому барону Пьеру Де Кубертену, общественному деятелю, увлекавшемуся античностью и спортом. После археологических раскопок в Олимпии, начавшихся в 1870-х, Де Кубертен всерьез заинтересовался историей Олимпийских игр и решил их воссоздать, на что деятельному аристократу понадобилось около пяти лет.





### **Интересные факты про Олимпиаду**

Россия не участвовала в первых Олимпийских играх: спортсмены не смогли попасть на соревнования из-за нехватки финансирования.

В то время профессионального спорта в Российской империи не существовало, спортсмены тренировались в статусе любителей. Они не нашли спонсоров, чтобы оплатить поездку в Грецию.



### **Интересные факты про Олимпиаду**

Впервые Россия выступила на Олимпийских играх в 1900 году в Париже. Российская делегация состояла из пяти спортсменов — двоих конников и троих фехтовальщиков. Ни один из участников от России не занял призовое место.



### **Интересные факты про Олимпиаду**

Игры дважды не состоялись из-за войн — Первой и Второй мировой, а летние Игры 2020 года были перенесены на 2021-й из-за пандемии COVID-19.



### **Интересные факты про Олимпиаду**

На современных летних Олимпиадах спортсмены соревнуются в 28 видах спорта, на зимних — в семи. Всего в программу входит 57 дисциплин, и список регулярно пополняется. Также существуют дисциплины, которые со временем были исключены: водно-моторный спорт, крикет, бейсбол.





### Проверь себя:

1. Какая страна считается родиной Олимпийских игр?
  - а) Италия
  - б) Испания
  - в) Греция
  - г) Германия
2. Что служило наградой за победу в античных Олимпийских играх?
  - а) венок из ветвей дикой оливы
  - б) венок из пальмовых листьев
  - в) венок из ивовых ветвей
  - г) венок из белых камелий
3. Кем в конце XIX века была возрождена традиция проведения Олимпийских игр?
  - а) Пабло Пикассо
  - б) Пьером Кюри
  - в) Эрнестом Резерфордом
  - г) Пьером де Кубертенем
4. В каком городе прошли первые Олимпийские игры современности?
  - а) в Афинах
  - б) в Париже
  - в) в Барселоне
  - г) в Токио
5. Что является символом Олимпийских игр?
  - а) три пятиконечных звезды
  - б) шесть разноцветных квадратов
  - в) пять скрепленных колец



# Костромичи- победители Олимпийских игр

**Александр Вячеславович  
Голубев**



- ▣ Родился 19 мая 1972 года в п. Караваево Костромского района Костромской области
- ▣ Российский конькобежец
- ▣ Участник 3-х Олимпиад
- ▣ Олимпийский чемпион XVII Зимних Олимпийских игр в Лиллехаммере Норвегия в 1994 году на дистанции 500 м
- ▣ Заслуженный мастер спорта России



**Надежда Викторовна  
Торлопова**

- ▣ Родилась 23 ноября 1978 года
- ▣ Начала заниматься боксом в 26 лет
- ▣ Заслуженный мастер спорта России по боксу
- ▣ Чемпионка мира
- ▣ Чемпионка Европы
- ▣ Серебряный медалист XXX Летних Олимпийских игр в 2012 году в Лондоне Великобритания



**Анатолий Иванович  
Шелюхин**

- ▣ Родился 6 апреля 1930 года в Костроме
- ▣ Советский лыжник
- ▣ Серебряный и бронзовый призер чемпионата мира 1958 года
- ▣ Бронзовый призер VIII Зимних Олимпийских игр в 1960 году в Скво-Велли США Калифорния в эстафете
- ▣ Заслуженный мастер спорта





### **Елизавета Григорьевна Дементьева**



- ▶ Родилась 5 марта 1928 года в Костроме
- ▶ Советская спортсменка, занималась греблей на байдарках
- ▶ Олимпийская чемпионка XVI Летних Олимпийских игр в 1956 году в Мельбурне Австралия, заезд на 500 метров на байдарке-одиночке.
- ▶ Чемпионка мира 1958 года,
- ▶ Чемпионка Европы 1957, 1959,
- ▶ Заслуженный мастер спорта СССР



### **Алевтина Сергеевна Олюнина**

- ▶ Родилась 15 августа 1942 года в д. Пчёлкино Судиславского района Костромской области
- ▶ Советская лыжница
- ▶ Олимпийская чемпионка 1972 в эстафете 3x5 км XI зимние Олимпийские игры в Саппоро Япония
- ▶ Серебряный призёр олимпийских игр 1972 (10 км)
- ▶ 2-кратная чемпионка мира
- ▶ 9-кратная чемпионка СССР
- ▶ Заслуженный мастер спорта СССР



