**МБОУ «Андреевская средняя общеобразовательная школа»**

**Судогодского района Владимирской области.**

**Спортивно-массовое мероприятие, посвященное Олимпийским играм в Сочи-2014**

Кувшинова Ольга Васильевна

учитель физической культуры

**Цели и задачи:**

- пропаганда здорового образа жизни

-популяризация олимпийского движения

-знакомство с историей олимпийских игр

-популяризация массового спорта

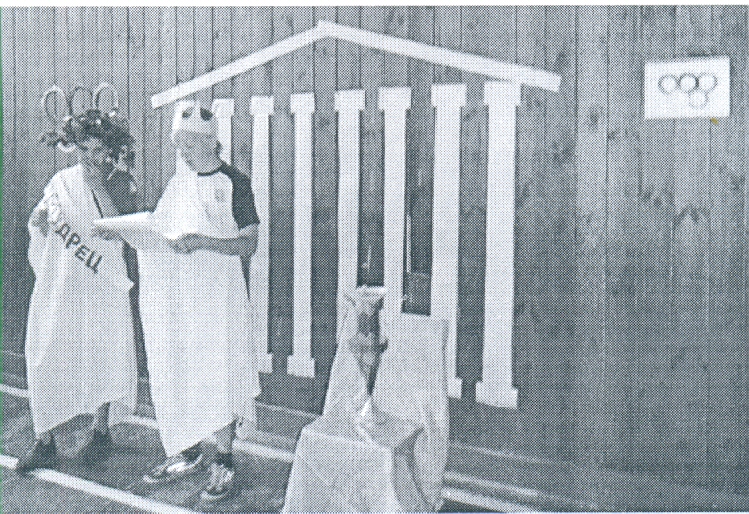
-укрепление здоровья, развитие физических качеств

**« Открытие малой Олимпиады»**



Ведущий: к нам с Олимпа спустился сам Зевс, чтобы открыть нашу

«малую олимпиаду»



Юные спортсмены дали клятву состязаться честно и торжественно зажгли огонь.

**Ура Олимпиаде!**

Мы хотим всем рекордам наши звонкие дать имена!

Звучит фонограмма «Гимн Сочи-2014г.»

**Зевс:** Здравствуйте, дорогие друзья! Наша страна принимает Олимпиаду в городе Сочи. Спортсмены из разных стран будут бороться за звание сильнейших спортсменов, пожелаем им удачи! А мы сегодня проведем свою «Малую олимпиаду» и получим огромную пользу для своего здоровья! А кто еще не полюбил физкультуру, то после наших игр обязательно будут активны и полюбят физическую культуру.

Дети делятся на команды.



Звучит «Спортивный марш»

Команды встают вместе и выполняют спартанскую зарядку из О.Р.У. под музыку.

1. Ходьба с высоким подниманием бедра
2. «Паровозик» ( ноги на ширине плеч, руки сцепить за головой в замок, локти разведены в стороны. Делаем вдох и поднимаем левое колено на высоту пояса, тело поворачиваем . вернуться в и.п.)
3. Упражнение «Мельница»
4. Прыжки на месте

**Зевс:** Какие вы все молодцы!!! Если вы будете и дальше продолжать делать зарядку по утрам, то станете, сильными, бодрыми и здоровыми. А скажите ребята: что является символом любой Олимпиады? Верно: Олимпийские кольца.А знаете ли вы, сколько колецв олимпийской символике и какого они цвета?

Колец -пять, потому что у нас пять частей света. А цвета: красный, желтый, черный, синий, зеленый.

Звучит веселая музыка и команды идут к каждому континенту .

**Первая остановка на родине олимпийских игр – Греции** (**Европа)**Ребятам рассказывают краткую историю Олимпийских игр. В программу олимпийских состязаний входили скачки на колесницах, скачки на лошадях, пятиборье. Пятиборьем называлось соревнование из пяти видов спорта: бега, прыжков, метания копья и диска, борьбы.

5 участников команды выполняют прыжки в длину с места. Складывается длина прыжка пятерых участников и побеждает та команда, у которой больше метраж в сумме.

**Зевс: Молоды ребята!!!**

**Вторая остановка -Африка.**

Африканские спортсмены очень хорошие бегуны.

Они преодолевают большие расстояния за короткий срок, они очень выносливые. Древние считали: если хочешь быть сильным - бегай, если хочешь быть красивым -бегай, если хочешь быть умным- бегай!

1. Челночный бег 3х10

2.Эстафеты с мячом

3. Бег «Паровозиком» (в колонне по одному, руки на плечах впереди стоящего).

**Третья остановка -Азия.**

В азиатских странах хорошо развита гимнастика. Какую гимнастику вы знаете? Какие предметы у художественной гимнастики (мяч, лента, булавы, скакалка). Какие снаряды в спортивной гимнастике (женской- бревно, разновысокие брусья, гимнастический конь; мужской –кольца, гимнастический конь, конь махи, перекладина, параллельные брусья).

1. Прыжки через скакалку.

2. Вращение обруча.

3.Выполнить утреннюю зарядку.

4. В колонне передача мяча над головой.



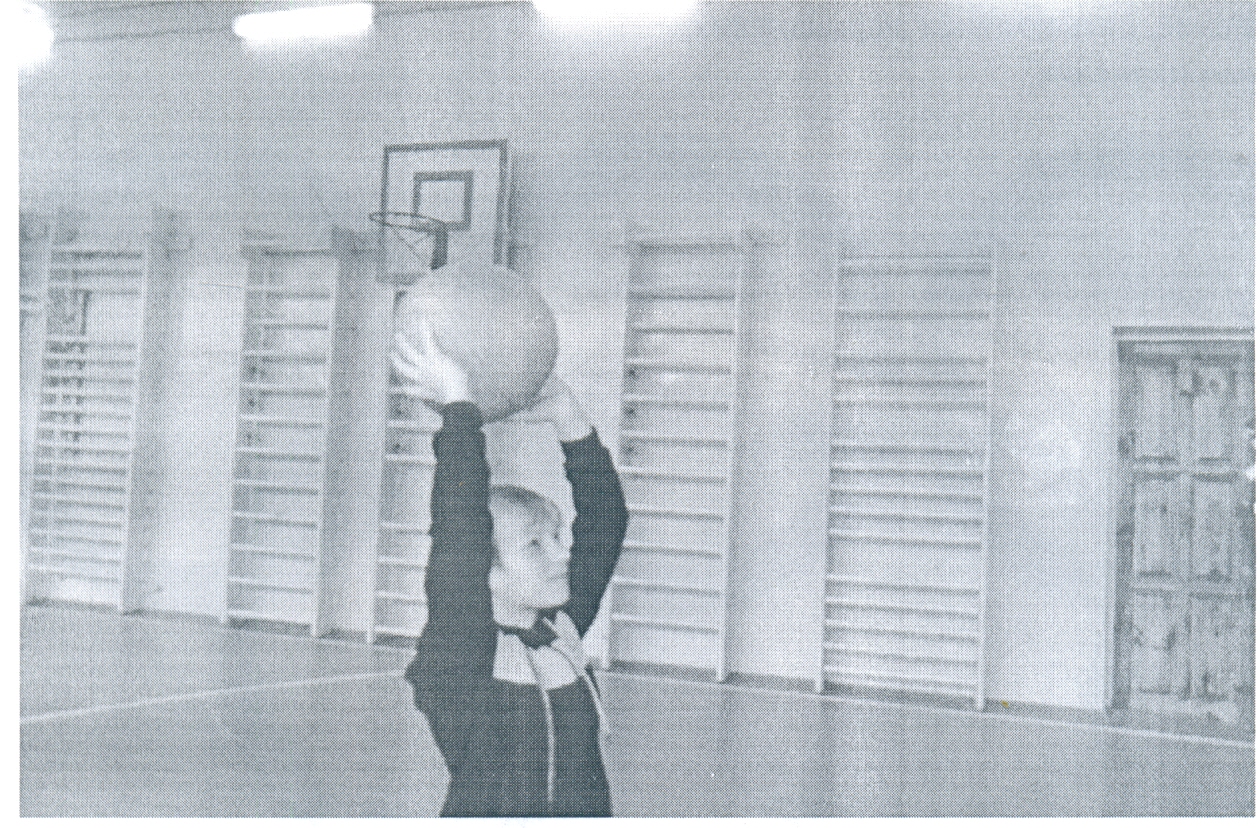
**Четвертая остановка- Америка**

Зевс:

В Америке спорт играет важную роль. Наиболее популярные виды спорта это- волейбол, регби, футбол. Очень популярен баскетбол. А кто из вас знаком с историей названия баскетбола? Когда-то мяч бросали в обыкновенную корзину из-под персиков. После удачного броска к стене приставляли лестницу, и сторож вынимал мячи. И только спустя некоторое время, догадались, что проще вынуть дно. Фред Меган, зритель, ради шутки соединил два слова: «болл» (мяч) и «баскет» (корзина) и получилось: баскетбол.

1. «Баскетбол» добежать до корзины и попасть мячами в нее.

2. «Крокодильчики»



**ЗЕВС: Молодцы!**

**Пятая остановка– Австралия**

Национальным видом в Австралии принято считать футбол. В эту игру играют от мала до велика.

1. Пробивание мячей в ворота

2. Эстафета «Кенгуру»

3. Жонглирование мяча одной ногой.

Зевс: вот и заканчивается наше путешествие. Понравилось путешествие?

Я надеюсь, что вы получили знания на нашей «малой олимпиаде», и показали свою физическую подготовку. Вы сегодня были дружными, веселыми, показали свою силу, ловкость, выносливость. А значит заслужили награды! Будьте здоровы!!!