Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

гимназия №44

**Конспект спортивного часа.**

**Тема: «Весёлая Спортландия»**

**1-3 класс**

Составила:

воспитатель ГПД

Птицина М.А.

Пенза 2019г.

**Тема: «Веселая Спортландия»**

**Цель:** Приобщение учащихся к регулярным занятиям физическими упражнениями в целях здорового образа жизни.

**Задачи:**

**1.Образовательные:**

Познакомить детей с новыми подвижными играми, дать первичные представления о различных видах спорта и его значимости в укреплении здоровья;

**2.Развивающие:**

Развивать и совершенствовать основные физические качества – быстроту, ловкость, силу и выносливость; развивать аналитическое мышление, внимание, память, расширять кругозор.

**3.Воспитательные:**

Воспитывать взаимопомощь, дружеские взаимоотношения во время игры, чувство гордости за спортивные достижения команды.

**Инвентарь:** эмблемы с факелами двух цветов для формирования команд, цветные мелки, шарики двух цветов по числу участников, скакалки (2 шт) , игрушечные фигурки зверей (по числу участников), «кочки» из картона для эстафеты «Спасатели», кубики пластмассовые (2 шт), «язычки пламени» из картона для награждения команд, рисунок чаши для Олимпийского огня, медали с изображениями различных видов спорта для каждого участника.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Цели: | Cодержание: |
|  | **Подготовительная часть. Разминка.**  Подготовить детей к занятию, создать эмоциональный фон.  Подготовить организм занимающихся к предстоящей нагрузке.  Предоставить детям возможность выбора при делении на команды.  Создать позитивную соревновательную мотивацию.  Познакомить с правилами безопасного поведения во время спортивных мероприятий. | Построение в одну шеренгу, приветствие, сообщение задач.  - Сегодня мы отправляемся в страну Спортландию. Что же это за страна? Хотите узнать?  Привет, страна Спортландия,  Мир спорта, игр, детей.  К тебе, страна Спортландия,  Ведем своих друзей.  Дороги здесь - канаты, а мостики - батут,  Бассейном океаны в Спортландии зовут.  Кто ловок, крепок, строен,  В Спортландию спешат.  Всегда в ней ждут спортивных,  находчивых ребят.  -Путешествие в Спортландию будет полезным и увлекательным, если каждый из вас постарается сегодня проявить себя с лучшей стороны. Встаньте в круг, назовите свои хорошие качества, которые помогут нам в этой стране.  Сегодня вы не просто ребята, а спортсмены я буду вашим тренером. Тренер – это учитель спорта и физкультуры.  Разминка:  -ходьба на носках  -ходьба на пятках  -ходьба на внешней стороне стопы  -в полуприседе  -в глубоком приседе  -легкий бег  -беговые упражнения:  с высоким подниманием бедра;  ускорение.  Предлагаю вам разделиться на две команды. Для этого мы зажжем свой маленький символический Олимпийский огонь. Мальчики и девочки подходят к своим обручам, выбирают факел и объединяются в команды.  Факелы – эмблемы прикрепляются каждому ребенку. Дети строятся по командам, придумывают названия, выбирают капитанов.  Сегодня мы должны выполнять задания и за каждую призовую эстафету команда получит язычки пламени из бумаги (по количеству очков). В результате мы посмотрим, у какой команды Олимпийский огонь получится ярче и красивее.  Во время соревнований помните о взаимовыручке, соблюдайте правила игры, будьте внимательными и осторожными во время эстафет, старайтесь всегда быть дружной командой. |
| 1. |
| 2. | **Основная часть.**  Познакомить детей с новыми играми и эстафетами;  формировать умения действовать по правилам игры, слаженно, дружно,  тренировать и развивать силу, ловкость, находчивость, быстроту и точность движений, правильную осанку, внимание. | **Эстафета №1. «Выбери свой цвет»** Эта эстафета покажет, какие внимательные игроки в каждой команде.  На финише в обруче лежат шарики. Каждой команде нужно добежать до финиша и взять шарик цвета факела своей команды. Победит та команда, которая выполнит это задание первой.  Эта эстафета покажет, как вы умеете договариваться, выполнять действия слаженно и дружно.  **Эстафета №2. "Прыжки на скакалке".**  Команда делится на тройки.  Два человека от каждой команды берут в руки по одному концу скакалки, а третий будет через неё прыгать. Дойдя до определённой черты, ребята берутся за руки, втроём возвращаются в команду и передают скакалку следующей тройке.  Жители страны Спортландия знают, что залог здоровья - прямая осанка. Вы сейчас в этом убедитесь.  **Эстафета №3. «Гимнасты»**  Необходимо пройти до финиша с кубиком на голове. Нужно обойти ориентир, дойти до старта и передать кубик следующему игроку.  Конкурс капитанов.  **Эстафета №4. «Укажи путь»** Капитаны цветными мелками проводят линию между стартом (нарисован велосипед) и финишем (нарисован флажок) по дорожкам (волнистая и зигзагообразная линии), нарисованным на асфальте, стараясь вести линию по центру «дорожки», не выходя за ее края.  **Эстафета №5. «Спасатели»**  В Спортландии объявили чрезвычайное положение. Вы - спасатели. Вам нужно спасти зверюшек, попавших в беду. Пройти нужно по болоту. Безопасный путь вам укажут следы. Идти нужно только по ним: справа - камнепад, слева - глубокая быстрая река, впереди – болото.  На старте стоят у каждой команды по 8 зверюшек — игрушек, до финиша на расстоянии 75—80 см расположены следы босых ног - гигантские. Необходимо, взяв в руки одну зверюшку и прыгая по следам, донести ее до финиша. Выигрывает та команда, которая быстрее перенесет всех зверюшек.  Вы благополучно спасли всех зверюшек, теперь нужно переправиться самим.  **Эстафета №.6 «Переправа»**  Команды выстраиваются в затылок друг за другом. Первый участник бежит до определённого места , касается рукой, возвращается, берёт следующего участника команды за руку и вместе бегут до места. Там первый участник остаётся, а второй бежит за третьим, берёт его за руку и отправляется к первому. Второй участник остаётся с первым, а третий бежит за четвёртым и т.д. |
| 3. | **Заключительная часть.**  Воспитывать стремление к здоровому образу жизни, чувство сопереживания, радости за победу товарища.  Восстановить силы, затраченные во время соревнований.  Провести рефлексию, наградить участников. | Я приглашаю команды принять участие в интеллектуальном конкурсе **«Знатоки спорта»**. 1.Какие игры, известные с давних времен, объединяют спортсменов всех стран? (Олимпийские.) 2.Назовите зимние виды спорта. (Биатлон, бобслей, скелетон, конькобежный спорт, фигурное катание, кёрлинг, беговые лыжи, прыжки на лыжах с трамплина, санный спорт, сноубординг, фристайл, хоккей с шайбой). 3.Это один из самых древних видов спорта: тяжеловесы долго кружили по площадке, а потом кидались в атаку (Борьба.) 4. В этом виде спорта спортсмены стремятся, чтобы шаг их был как можно длиннее и чаще. (Бег.) 5. Сколько минут длится хоккейный период? (20.) **Подведение итогов. Игра «Олимпийский огонь»** - Вы замечательно справились со всеми эстафетами и теперь давайте посмотрим, какие факелы у вас получились. (Команды берут свои бумажные «язычки пламени», поднимают руки вверх, изображая факел.) - А теперь давайте объединим наши маленькие «язычки пламени» в один большой Олимпийский огонь. (Ребята приклеивают бумажные «язычки» на лист с заранее нарисованной чашей для Олимпийского огня. ) - Посмотрите, какой замечательный олимпийский огонь мы зажгли в Спортландии. Давайте встанем в круг, покажем, как ярко он горит, поднимем ручки вверх, изобразим движение огня. Найдите свой «язычок» в общей чаше Олимпийского огня, полюбуйтесь им, расскажите, чему он вас научил, что интересного вы запомнили , путешествуя по Спортландии.  **Награждение.**  - Наше увлекательное путешествие в Спортландию подошло к концу, каждый из вас показал в этой игре хорошие спортивные результаты, проявил находчивость, ловкость, умение достойно соревноваться в команде. (Ребятам предлагается выбрать себе приз – медаль с изображением любимого вида спорта.) |