Учреждение:

ГБОУ СОШ №2

п.г.т. Безенчук

Название номинации:

«Ключ к здоровью»

Название игровой программы: «Олимпийские игры»

Возрастной адресат:

13 лет

Автор:

Лаврентьева Ирина Николаевна

Должность:

учитель физической культуры

Квалификационная категория:

высшая

**Олимпийские игры.**

**Спортивная конкурсная программа.**

**Место проведения –** спортивный зал

**Оформление зала –** украшено флагами, воздушными шарами, лозунгами и плакатами: «Быстрее! Выше! Сильнее!», «Кто спортом увлекается, нигде не растеряется!», «Слава смелым и умелым!», «О спорт – ты мир!». Прочерчены линии старта и финиша.

**Ход мероприятия**

***Ведущий:*** Добрый день ребята, меня зовут Ирина Николаевна и сегодня у нас спортивный праздник «Олимпийские игры». Что же такое спорт? Почему он завоевал сердца всех жителей планеты? Что заставляет нас совершенствовать свое тело, закалять дух, преодолевать на тренировках усталость и боль? Хорошо знакомое всем детям и взрослым слово «спорт» родилось давным-давно во Франции. Правда, произносилось оно немного по-другому: «деспорт», что означает «развлечение, забота»

Затем слово перекочевало в Англию. Правда, англичане произносили его на свой манер: «диспорт». Затем и вовсе отпали первые две буквы, осталось знакомое многим людям на планете слово «спорт».

Проникло оно и в Россию. Случилось это более 100 лет назад и означало не иначе как игру в домино, наклеивание марок, разведение домашних животных и рукоделие. Одним словом, сплошное развлечение!

Только позже спортом стали называть те физические упражнения, которые укрепляли здоровье, помогали человеку накачать силушку, приобрести пластику и гибкость, закалить волю и стать смелым. Однако и это не спорт. Это физическая культура. Делая утреннюю зарядку совершая пробежки или лыжные прогулки, мы занимаемся физкультурой; развиваем и совершенствуем свой организм физически. Для того чтобы спорт стал спортом, необходимо присутствие настоящего спора, интриги , выяснение отношений за пальму первенства, Там, где есть борьба, есть и победители, призеры и проигравшие. Спорт дает каждому шанс стать

победителем, рекордсменом, известным всей школе, области, стране, а может быть, и миру. Спорт воспитывает многие украшающие человека качества, например, мужество. А еще спорт учит собранности, организованности, учит преодолевать трудности. Кем бы ни стал человек в будущем, спорт будет его верным спутником в труде, в творческих дерзаниях.

Я прошу выйти ребят, и построится в свои команды. Первая команда **«Олимп»**, вторая команда **«Россия»**

**Звучит музыка. Участники выстраиваются в круг.**

По сложившейся Олимпийской традиции, спортсмены перед началом соревнований дают торжественную Клятву, в которой обязуются соблюдать правила игры и честно бороться за первенство. Предлагаю не отходить от Олимпийцев. Возьмите сейчас друг друга за руки, и мы произнесем Клятву спортсменов.

**Пусть помогает в час опасный**

**Вам друга верного рука,**

**Пусть никогда для Вас не гаснет**

**Свет Олимпийского огня.**

Вы все знаете, что Олимпиада имеет свои символы – это белый флаг с Олимпийскими кольцами, Олимпийский огонь. Свои соревнования мы начнем с зажжения Олимпийского огня.

**В процессе игры звучит музыка**

**1.Эстафета «Факел»** Команды стоят в колоны по одному, капитаны держат в руках Факелы. По сигналу первый участник бежит до фишки, стоящей на противоположной стороне зала, оббегает её, возвращается к своей команде, передает факел следующему участнику. Побеждает команда, которая закончит эстафету раньше всех.

**2.Эстафета « Олимпийская эмблема»** Пять человек из команды выстраивают из обручей туннель. По сигналу первый игрок бежит сквозь обручи, добегает до фишки, обозначающей место поворота, возвращается в свою команду. Затем эстафету продолжает второй участник команды и т.д. После того как пробегут все участники, ребята, держащие обручи, выкладывают из них Олимпийскую эмблему. Чья команда быстрее выполнит задание, та и побеждает.

**Ведущий:** В программу Античных Олимпийских Игр входил бег на 1 стадий. Отсюда и произошло слово «стадион» - длина беговой дорожки равнялась 600 ступням. По преданию, её отмерил сам Геракл, по нашим меркам эта длина составляла 192 м. Приглашаем участников на старт легкоатлетической эстафеты.

**3.Эстафета с передачей эстафетной палочки.**

Команды стоят в колонну по одному. По сигналу первый игрок бежит определенное расстояние, в руках держит эстафетную палочку, передает её второму. Эстафета заканчивается, когда все участники вернуться на свои места.

**Ведущий:** Существовали и такие соревнования атлетов, как прыжки в длину с весом. На Эллинских стадионах атлеты прыгали с места, а не с разбега. В руках держали каменные гантели, вес которых колебался от 1,5 до 5 кг. Побеждал тот, кто дальше прыгнет.

**4. Эстафета « Прыжки с гантелями»** Участники каждой команды встают в колонну по одному, у капитанов в руках гантели. По сигналу первый прыгает в длину с места, кладет гантели на пол около ног и уходит в конец своей команды. Второй участник прыгает с гантелями в руках с того места, куда приземлился первый, и т.д. Побеждает команда, чьи прыжки в сумме окажутся самыми длинными.

**Ведущий:** очень популярным на Древних Олимпийских Играх были конные соревнования. И это были состязания колесниц. Участники мчались к поворотному столбу, разворачивались как можно ближе к нему, чтобы не потерять ни метра, и устремлялись к финишу.

**5. Эстафета « Колесница»** Участники каждой команды встают по двое: один «Наездник», второй «Лошадь». «Наездник» набрасывает на «Лошадь» скакалку и держится за ручки. По сигналу дети бегут до «столба» (фишки), поворачиваются и возвращаются к своей команде. Передают скакалку следующей паре. Побеждает колесница, первой закончившая эстафету.

**Ведущий:** Соревнования пятиборцев Древние Греки называли – пентатлон. Пент - пять, атлон - борьба, соревнование. Давайте и мы проведем соревнования пятиборцев.

**6. Эстафета с пятью препятствиями. Задания:**

1.Проползти на животе, подтягиваясь на руках по гимнастической скамейке;

2.Перепрыгнуть через два обруча, лежащие на полу;

3.Обежать три фишки, расставленные в одном метре друг от друга;

4.Пролезть в тоннель из трех обручей;

5.Выполнить кувырок на мате.

Побеждает команда первая закончившая эстафету.

Проводится подведение итогов. Награждение победителей лавровым венком.

**Ведущий:** вот и подошли к концу наши соревнования. Мы говорим всем спасибо за участие в наших Олимпийских Играх.