**Классный час на тему**

**«Здоровый ребёнок – в здоровой семье»**

(посвящён открытию Зимней олимпиады в Сочи – 2014)

Класс – 8 «Б»

Составила: Зайцева Марина Валентиновна

**Цели:** воспитание стремления к здоровому образу жизни; знакомство школьников с историей и культурой проведения Олимпийских игр.

Дать представление о проведении зимних Олимпийских игр в Сочи; воспитание толерантного отношения к людям с ограниченными физическими возможностями.

**Задачи:**

1. Пополнить знания учащихся об Олимпийских играх.
2. Сформировать образное, яркое представление о знаменитом спортивном празднике, его культурном значении;
3. Пробудить в детях интерес к занятиям спортом и здоровому образу жизни.
4. Поощрять интерес к чтению научно-популярной литературы.
5. Расширить кругозор учащихся по теме.

**Техническое обеспечение:**

1. Мультимедийный проектор, компьютер, экран.
2. Презентация.

**Структура мероприятия:**

1. Мотивация школьников к активному освоению новой информации.
2. Актуализация имеющейся у школьников информации об истории, специфике, событиях участниках Олимпийских игр, о ценностях Олимпийского движения.
3. Олимпиада в Сочи.
4. Рефлексия – в форме игры

**Ход мероприятия**

**Учитель. (слайд 1)**Здоровые дети - это великое счастье. Здоровье и физическое состояние школьников вызывают серьезную тревогу. Около 25-30 % детей, приходящих в 1-е классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья, а среди выпускников школ уже 70-80 % нельзя назвать абсолютно здоровыми. Сейчас, когда так стремительно возрастает темп жизни, когда цивилизация на каждом шагу уготавливает для каждого из нас великое множество стрессовых ситуаций, – создание здорового образа жизни, мобилизующего природные резервы человеческого организма, становится главнейшей, насущной всеобщей нашей задачей.

Правильное физическое воспитание – верный способ повысить сопротивляемость детского организма различным заболеваниям, сделать его выносливым, крепким, сильным. Систематические занятия физкультурой и спортом способствуют всестороннему физическому совершенствованию, укрепляют здоровье, увеличивают работоспособность, вызывают бодрое настроение, при котором учеба и любая работа лучше спорится. Приучить себя к ежедневной двигательной нагрузке нелегко даже взрослому. Ребенку тем более. И вот тут-то во многом решающим является пример родителей. Родители, занимающиеся физической культурой, – объект для подражания.

Пропаганда активного здорового образа жизни играет также немаловажную роль. **Сегодня 7 февраля 2014 года.** Какое важное событие в жизни нашей страны и всего мира произойдёт сегодня в 8 часов вечера? **(слайд 2)** Правильно это открытие зимних Олимпийских игр в г. Сочи. Поговорим об этом событии поподробнее.

**(слайд 3)** История Олимпийских игр относится к далекому прошлому. Страной, где зародились первые Олимпийские игры, является Древняя Греция. Древние греки создали множество прекрасных легенд, рассказывающих о том, как появились Олимпийские игры. Олимпийские игры в древней Греции проводились в честь греческого бога Зевса. Но в 776 году до н.э. олимпийский праздник получил общегреческое признание. И этот год явился первой летописной страницей Олимпийских игр.

Первым Олимпийским чемпионом в этот год стал молодой пекарь по имени Корэб, сумевший выиграть забег на 190 метров. В то время победителей Олимпийских игр называли «Олимпионик» и награждали оливковым венком.

**(слайд 4)** Основным видом спорта на этих Олимпийских играх была лёгкая атлетика ( бег, метание копья, диска, прыжки в длину), а также была борьба и кулачные бои.Если во время Олимпийских игр шла война, то на время игр объявлялось перемирие.

Римляне, ставшие к 390 г. н.э. христианами, посчитали эти спортивные состязания языческим фестивалем. (Из-за легенд, с ними связанных). И в 394 г. н.э. император Римской империи Феодосий I запретил проведение Олимпийских игр. И почти на 1500 лет Олимпийские игры канули в глубь веков.

**(слайд 5)** Традиция, существовавшая в Древней Греции, была возрождена в конце XIX века французским общественным деятелем Пьером де Кубертеном. Он считал, что идея олимпийского движения это вдохнут в человечество **«дух свободы, мирного соревнования и физического** **совершенствования»** чтобудет способствовать культурному сотрудничеству народов. 23 июня 1894 г. на Учредительном конгрессе в Сорбоне единогласно было принято решение о возрождении Олимпийских игр.

Пьер де Кубертен так же стал первым председателем Международного Олимпийского комитета. Им были разработаны основные правила проведения Олимпийских игр.

В 1896 году состоялись первые Олимпийские игры современности, местом проведения **I** Олимпийских игр были выбраны Афины. И с тех пор каждые четыре года по планете пробегает огонь, зажженный на алтаре Олимпии.**(слайд 6, 7)**

Олимпийские игры, известные также как Летние Олимпийские игры, проводились каждые четыре года, начиная с 1896, за исключением лет, пришедшихся на мировые войны.

В 1924 году были учреждены Зимние Олимпийские игры, которые первоначально проводились в тот же год, что и летние. Однако начиная с 1994 года, время проведения зимних Олимпийских игр сдвинуто на два года относительно времени проведения летних игр.

Олимпийские игры «…объединяют спортсменов всех стран в честных и равноправных соревнованиях»

**(слайд 8)** Олимпиада – как международное масштабное спортивное мероприятие имеет свою символику и атрибутику

Символом Олимпийских игр — являются пять цветных скреплённых между собой колец, символизирующих объединение пяти частей света в олимпийском движении.

**(слайд 9)**

Цвет колец символизирует — голубой для Европы, чёрный для Африки, красный для Америки, жёлтый для Азии, зелёный для Австралии.

**(слайд 10)**

Флаг— белое полотнище с олимпийскими кольцами, поднимается на всех Играх, начиная с VII Олимпийских игр 1920 года в Антверпене (Бельгия), где также впервые стала даваться олимпийская клятва.

**(слайд 11)**

Олимпийских клятв – две. Первая от имени участников. Текстпредложил Пьер де Кубертен. В наши дни она звучит так: **«*От имени всех спортсменов я обещаю, что мы будем участвовать в* *Играх, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся, в истинно спортивном духу, во славу спорта и во имя чести своих* *команд»***Впервые прозвучала в 1920 году. Торжественные и очень убедительные слова.

Вторая – клятва спортивных арбитров. Она появилась на Играх 1968 г. в Мехико. И предложил ее наш Олимпийский комитет. Текст клятвы таков: «***От имени всех судей и официальных лиц я обещаю, что мы будем выполнять наши обязанности во время олимпийских игр со всей беспристрастностью, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся в подлинно спортивном духе».***

**(слайд 12)** Девиз— Citius, Altius, Fortius (лат. «быстрее, выше, сильнее»).– олимпийский девиз очень точно выражает устремление современного олимпизма. Многие думают, что девиз придумал Пьер де Кубертен, Однако это не так. Слова эти, как ни странно, принадлежат французскому священнику Анри Дидону, директору одного из религиозных колледжей. Этот мудрый человек сумел оценить благородное влияние спорта на сознание людей, а особенно молодых. Во время открытия каких-то соревнований в колледже, этот человек попробовал выразить в коротком и звучном изречении смысл, существо спортивной борьбы. Вот тогда-то и прозвучали латинские слова, которые очень понравилась Кубертену.

**(слайд 13)**

Традиция зажигать олимпийский огонь на стадионе взяла начало в 1928 году, на Играх в Амстердаме. А на зимних Играх это произошло в 1952 году в Осло. Эстафета же олимпийских факелов, первый из которых вспыхивает в Олимпии, впервые состоялась в 1936 году. Зажженный огонь день и ночь несут факелоносцы. Эта честь обычно предоставляется одному из наиболее известных спортсменов страны, где проводятся Олимпийские игры.

**(слайд 14)**

Понятие **“олимпийский талисман”** официально было утверждено летом 1972 г. Им мог стать человек, животное или сказочное существо (может быть, и несколько). Талисман отражает особенности культуры народа — хозяина Олимпиады и, как правило, символизирует идеи олимпийского движения. Олимпийские талисманы впервые появились на летних и зимних Олимпийских Играх 1968 года неофициально.

 Миссия олимпийского талисмана отразить дух страны-хозяйки игр, принести удачу спортсменам и накалить праздничную атмосферу.

**(слайд 15)** На любой Олимпиаде обязательно вручаются награды. **Олимпийские медали**: золотую, серебряную, бронзовую вручают в каждом номере программы. Медалистам вручают и **нагрудные значки**. Соответственно – золотой, серебряный, бронзовый. **Памятные медали** и **дипломы** вручаются Всем участникам. **Дипломы** МОК поучают спортсмены, занявшие с 1 по 8 место в личных и командных соревнованиях.

***СОЧИ -2014***

**(слайд 16)**

4 июля 2007 года, в городе Гватемала, столице Гватемалы, председатель МОК Жак Рогге объявил город, победивший в борьбе за право проведения XXII зимних Олимпийских Игр 2014 г. Россия – это страна, где зимние виды спорта являются национальными.

[XXII Зимние Олимпийские игры](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B) 2014 — международное спортивное мероприятие, которое пройдёт с [7](http://ru.wikipedia.org/wiki/7_%D1%84%D0%B5%D0%B2%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8F) оп [23 февраля](http://ru.wikipedia.org/wiki/23_%D1%84%D0%B5%D0%B2%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8F) [2014 года](http://ru.wikipedia.org/wiki/2014_%D0%B3%D0%BE%D0%B4).

**(слайд 17)**

В России Олимпийские Игры пройдут во второй раз (до этого в Москве проходили XXII [Летние Олимпийские игры 1980](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B_1980)), и впервые — зимние игры

**(слад 18)**

Эмблема Зимних Олимпийских игр 2014 года.

1 декабря 2009 года в Москве была представлена эмблема первых в истории России

**(слайд 19)**

У каждой олимпиады, как правило, есть свой гимн.

Гимн Сочинской олимпиады исполнили:  
София Ротару, Филипп Киркоров, Валерия, Макс Покровский, Юлия Савичева, Дима Билан, Владимир Пресняков, группа «Банда»: Доминик Джокер, Тимати и Радмир Шишков

Слова к гимну были написаны поэтом Кареном Кавалеряном.

**(слайд 20)**

**Факел эстафеты Олимпийского огня.**

Алюминиевое «Перо Жар-Птицы»

«Перо Жар-Птицы» — это так уже окрестили факел, выполнен из алюминиевого сплава, почти вся его поверхность отливает шлифованным металлом, поверх которого нанесено специальное покрытие для защиты от жестких климатических условий — ведь олимпийский огонь пронесли через всю Россию!

**(слайд 21)**

Эстафета Олимпийского огня «Сочи 2014»  стала самой продолжительной и масштабной в истории зимних Олимпийских игр. Эстафета началась 7 октября 2013 года и завершится в день открытия Олимпиады 7 февраля 2014 года.

**(слайд 22)** В течение 123 дней факел Игр в руках спортсменов, на автомобилях, поездах, самолётах, а также на русской тройке и оленьих упряжках преодолел более 65 тысяч километров на глазах 130 миллионов жителей 2900 населённых пунктов страны, побывал в столицах всех 83 субъектов РФ.

Кроме того, Олимпийский огонь побывал на Северном полюсе, на дне озера Байкал и на вершине Эльбруса. Факел даже полетел в космос.

**(слайд 23)**

**Олимпийские медали**

Всего на Олимпиаде разыгрывается 98 комплектов медалей, что на 12 больше, чем было в Ванкувере 2010.

Диаметр каждой медали равняется 10 см (100 мм), а толщина — 1 см (10 мм). Всего будет произведено 1300 комплектов медалей.

На лицевой стороне медалей изображены пять олимпийских колец , а на обратной стороне— логотипы Олимпийских и Паралимпийских игр и указание соответствующего вида спорта на английском языке.

Олимпийская и Паралимпийская медали имеют отличия как во внешнем виде, так и по весу. Золотая Олимпийская медаль весит 460 граммов, а Паралимпийская гораздо тяжелее — 686 граммов. Это связано с тем, что вставки из прозрачного пластика на паралимпийских медалях меньше по площади и соответственно металла на них ушло больше.

Также на каждой Паралимпийской медали информация продублирована надписью, выполненной с помощью шрифта Брайля — это азбука для слепых и слабовидящих людей.

**(слайд 24)**

**Талисман XXII Зимних Олимпийских игр в Сочи.**

Ровно за три года до открытия зимней Олимпиады в Сочи, 7 февраля 2011 года, в эфире Первого канала прошла телевизионная презентация талисманов грядущих Игр.

Вместо одного талисмана у сочинской Олимпиады будут сразу три, — такое решение принял оргкомитет Сочи-2014. Леопард,  Зайка и Белый мишка стали победителями всенародного голосования по определению талисмана.

**(слайд 25)**

**Соревнования Олимпийских Игр в Сочи пройдут по 7 зимним видам спорта:**

* **Биатлон**
* **Бобслей: бобслей и скелетон**
* **Керлинг**
* **Хоккей на льду**
* **Санный спорт**
* **Конькобежный спорт: фигурное катание, шорт-трек и скоростной бег на коньках**
* **Лыжный спорт: горные лыжи, лыжные гонки, лыжное двоеборье, прыжки на лыжах с трамплина, фристайл и сноуборд**

Соревнования Паралимпийских зимних игр в Сочи пройдут по пяти зимним видам спорта:

* **Горные лыжи**
* **Биатлон**
* **Лыжные гонки**
* **Следж-хоккей на льду**
* **Керлинг на колясках**

**(слайд 27 - 32 )**

С 1932 года страна-организатор Олимпийских игр строит «спортивные объекты» и «олимпийскую деревню» — комплекс жилых помещений для участников игр.

Олимпийские игры в Сочи будут проходить на двух площадках:

* Прибрежный кластер, или Олимпийский парк
* Горный кластер, или Красная Поляна
* (примет спортивные состязания под открытым небом).

**(слайд 33)**

* А сейчас предлагаю вам поиграть в интеллектуально – развлекательную викторину ***Спортивная мозаика:***
* 1.Начало пути к финишу. (Старт)
* 2. Чего не надо, если есть сила? (Ума)
* 3. Инструмент спортивного судьи. (Свисток)
* 4. Боксерский корт. (Ринг)
* 5. Боксёрская трехминутка. (Раунд)
* 6. Спортивный снаряд для перетягивания. (Канат)
* 7. "Бородатый" спортивный снаряд. (Козёл)
* 8. Мяч вне игры. (Аут)
* 9. Передача мяча в игре. (Пас)
* 10. Игра с мячом-дыней (Регби)
* 11. Русский народный бейсбол. (Лапта)
* 12. Бейсбольная ударница. (Бита)
* 13. Танцор на льду.(Фигурист)
* 14. Спортсмен, который ходит сидя. (Шахматист)
* 15. Это имя объединило и известного шахматиста и юного мага. (Гарри)
* 16. Молодой спортсмен. (Юниор)

**(слайд 34)**

**аудио Гимн Сочинской Олимпиады**