Классный час

Тема: Веселые старты со взрослыми

Класс: 7

Классный руководитель Дампилон Д.В.

Дата проведения: 3.03.14

**Цель:**

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. формирование положительного отношения к занятиям спортом.
3. Сплочение детей и их родителей

**Оборудование и инвентарь:** кегли, мячи, клюшки, лыжи, санки, шлепанцы большого размера, куклы, одежда для лыжника (куртка, шапка, перчатки, шарф, ботинки) корзины для «снежков» , «снежки» из бумаги для метания, «бобслейное бревно» из поролона, метки дистанции, карточки с заданиями, компьютер, проектор, презентация «Олимпийские виды спорта», медали и грамоты для награждения.  
**Место проведения:** спортивный зал АСОШ

**Ход мероприятия:**  
Команды построены вдоль сторон зала. Играет «Гимн Сочи-2014»,.

*Ведущий:* Здравствуйте, дорогие участники и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашем зале! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”!

*Ведущий:* Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Главный судья соревнования учитель физкультуры МБОУ «Аргадинская сош» Дампилон А.Л. ознакомит вас с планом проведения. (цель и план соревнования на экране.)

*Ведущий:* оценивать результаты эстафет будут*…(Ф.И.О)*

*Ведущий:* До начала соревнований вам необходимо представить свои команды: название и девиз.

(приветствие команд )

А сейчас мы послушаем торжественную клятву от имени участников соревнований.

*Ведущий* :Клятва принята! Итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутствие услышали, клятву произнесли – пора начинать соревнование!

*Ведущий* :Перед любыми соревнованиями необходимо провести разминку, т.е. подготовить свое тело к физическим нагрузкам, размять все мышцы, все как у серьезных спортсменов. Сейчас команды одновременно будут проводить разминку под руководством своих капитанов, а мы посмотрим, насколько качественно, эффективно, весело, дружно и согласованно команды подготовят себя к дальнейшему испытанию.

**Конкурс «Разминка**»: каждому участнику нужно добежать со скакалкой до сцены, нарисовать 1 звездочку к надписи зимнего олимпийского вида спорта. В этом конкурсе учитывается не только скорость, но и правильность выбора зимнего олимпийского вида спорта.

*После разминки показ слайда «олимпийские виды спорта». Жюри оценивает конкурс.*

Давайте поучаствуем в парном виде спорта – это бобслей. Здесь важно умение чувствовать своего напарника и не потерять его.

**2 конкурс «Бобслей**». Игроки становятся парами, обхватывают ногами мягкое бревно и бегут вокруг кегли, не выпуская из ног бревно. (Рулевой бобслеист становится впереди и он не меняется в течение игры, т.е. остается при передаче, а меняются члены команд).

*Ведущий* : Следующее наше состязание - санный спорт.

**Конкурс «Санный спорт».** У каждой команды – санки с пассажиром. Ваша задача – везти санки до метки и обратно, не уронив куклу, если кукла падает, нужно остановиться и посадить её обратно, только после этого продолжать движение.  
Результаты фиксируются членами жюри.  
*Ведущий:*

**Биатлон** - зимний олимпийский вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки. Стрельбу из винтовки нам заменят снежки. Перед вами лыжи и корзина со снежками. Ваша задача – надеваете лыжи, скользите до линии стрельбы, кидаете снежок в корзину и скользите обратно. На финише передаете лыжи следующему члену команды. Команда, которая придет первой, получает 3 очка, 2-й – 2 очка, 3-й – 1 очко, и по 1 очку за каждый снежок, попавший в корзинку.

Результаты фиксируются членами жюри.  
*Ведущий:* Спортсменов просим приготовиться к старту. А теперь переходим к хоккею. **«Хоккей»-** 4 соперника привязаны друг к другу и каждый должен забить мяч клюшкой в ворота соперника. Результаты фиксируются членами жюри.

*Ведущий* : Следующий вид спорта **– конькобежный** – скоростной бег на коньках. Итак, состязания конькобежцев! Льда у нас пока нет, поэтому коньки нам не пригодятся. Вместо коньков будут шлепанцы. Каждый член команды по очереди надевает свою пару и «скользит», заложив руки за спину, до метки (выбирает карточку с вопросом) и также возвращается обратно. На финише «коньки» надевает следующий член команды. Результаты фиксируются членами жюри.

*Ведущий:* Ну и последние соревнования – **комбинированная эстафета**: «К старту готов!». Ваша задача- экипировать одного члена- лыжника вашей команды для участия в Олимпиаде 2014 года. Перед вами вещи (одежда вывернута наизнанку), каждый участник берет только одну вещь, подбегает к товарищу и одевает его, потом следующий участник и т.д. Полностью экипированный лыжник надевает на себя таблицу с надписью «Я ГОТОВ к СОЧИ 2014 !» и пробегает круг почета. Жюри оценивает качество и правильность экипировки.(Обязательные: шапка, варежки, куртка, шарф, лыжи, ботинки, палки и табличка).

*Ведущий* : Итак, наши «Веселые старты» завершились. Спортсмены могут немного отдохнуть, пока судьи подводят итог и выбирают победителя. Подведение итогов и награждение под звучание «Гимна Сочи-2014».

*Ведущий* : Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!

Желаю вам цвести, расти  
Копить, крепить здоровье,  
Оно для дальнего пути –  
Главнейшее условие  
Пусть каждый день и каждый час  
Вам новое добудет,  
Пусть добрым будет ум у вас,  
А сердце умным будет  
Вам от души желаю я,  
Друзья, всего хорошего.  
А все хорошее друзья,  
Дается нам недешево.

приложение

Вопросы викторины:

1. Какие зимние Олимпийские игры пройдут в Сочи в 2014 году? (22)
2. Когда состоялись первые Олимпийские игры? (В 776 г. до н. э.)
3. Кто автор олимпийского девиза? (Пьер де Кубертен и Дидон.)
4. Процитируйте главные слова знаменитой «Оды спорту» Пьера де Кубертена. («О спорт, ты – мир!»)
5. Каких птиц традиционно выпускают на открытии Олимпийских игр? (Голубей.)
6. Что представляет собой олимпийская эмблема? (Пять переплетенных колец и девиз: «Быстрее, выше, сильнее!»)
7. В каком году прошли I зимние Олимпийские игры? (В 1924 г., Шамони, Франция.)
8. Какая попытка города Сочи стать олимпийской столицей увенчалась успехом? (третья)
9. Назовите дату прохождения эстафеты олимпийского огня в Бурятии (22.11.13)
10. Какие талисманы будут иметь игры в Сочи? ЗАЯЦ, БЕЛЫЙ МЕДВЕДЬ, ЛЕОПАРД