**«Олимпийцы среди нас»**

**Цель:** формирование культуры здорового образа жизни и духовно-нравственных ценностей обучающихся, связанных со спортом, олимпийским движением.

**Задачи:**

**-** формирования у школьников активной жизненной позиции, связанных со спортом, олимпийским движением;

- формирование интереса и потребности в занятиях идеалов и принципов чести и благородства в спорте и в жизни;

- предоставление возможности школьникам развития, совершенствования и реализации своих физических навыков;

- привитие навыков самостоятельности, ответственности;

- создание радостного и хорошего настроения, благода­ря различным, постоянно меняющимся ситуациям.

**Оборудование**: музыкальный центр, компьютер, диски с записями, маты гимнастические, шары, призы, пьедестал, медали.

Плакаты, пропагандирующие здоровый образ жизни, мудрые утверждения, высказывания о спорте выдающихся людей, спортсменов.

**Вхождение в тему**

**Открытие Олимпиады:**

- построение;

- рапорт главному судье соревнований о готовности класса к участию в Олимпиаде;

- вынос олимпийского флага (чемпионом класса, лучшим спортсменом, можно девочка и мальчик);

- гимн спорту;

- поздравление учителя с открытием Малой олимпиады;

- вступительное слово учителя:

Мы игры олимпийцев открываем   
На этот праздник приглашаем всех!   
Здоровья, счастья, радости желаем,   
Пусть олимпийский к вам придет успех!

Учитель: дорогие ребята, все вы знаете, что 2012 год знаменателен XXX Олимпийскими, где сборная России заняла 4 место и XIV паралимпийскими играми – 2 место, которые проходили в Лондоне.

На экране показ презентации и комментарии об олимпийских играх, олимпийских чемпионах.

И сегодня у нас с вами будет необычный урок, мы побываем с вами на одном дне Олимпиады. Пусть вами управляет воля и стремление к победе, но только бороться честно, справедливо.

Спортивная арена – это наш спортивный зал, хочу напомнить вам технику безопасности:

- выполнить упражнения в порядке заявки себя;

- не мешать на видах спорта выполняющим товарищам;

- в случае плохого самочувствия прервать состязание и сказать об этом учителю;

- соблюдать технику выполнения данного вида спорта.

Выявление проблемы.

А вы знаете, что спортсмены проходят перед соревнованиями допингконтроль? Проверяют на наличие в крови спортсмена недопустимых веществ. И вы, наверное, знаете, что не маловажным для спортсменов является такое чувство как «Олимпийское спокойствие». Что же это такое? Наверное, когда спортсмен старается побороть в себе страх перед выступлением, настроить себя на победу. Мы сегодня тоже до открытия Олимпиады провели контроль вашей ЧСС. Узнаем, а обладаете ли вы этим качеством и сможете его сохранить на протяжении всей олимпиады? Пульс в вашем возрасте должен быть до 80 ударов в минуту. По завершению олимпиады мы с вами ещё раз измеряем и узнаем, кто же сможет сохранить «Олимпийское спокойствие».

С помощью прибора.

**Организация и самоорганизация учащихся.**

**Определение гипотезы**: а как вы думаете, ребята, легко ли стать олимпийским чемпионом?

Ответы детей и пояснение учителя. Конечно, нелегко. Каждодневные тренировки, большие нагрузки, не каждый сможет это выдержать. Только люди с сильной силой воли, большим упорством, уметь преодолевать в себе и страх, и боязнь. Режим дня строго по часам, отказываться от чего то, что может навредить, ну и многое другое. Вы бы смогли? Быть без мамы, папы, ведь некоторые обучаются вдалеке от родителей. Но есть же такие люди и нам с вами надо гордиться нашими Российскими чемпионами. И знать их.

На протяжении всей олимпиады будет показ презентации об Олимпийских и паралимпийских чемпионах России и Ростовской области. И я надеюсь, что некоторых вы запомните, а захотите больше о них узнать, можно и интернете, на сайтах.

**Учитель**.

Что такое Олимпиада?

Это честный спортивный бой!

В ней участвовать - это награда!

Победить же может любой!!!

Сегодня мы с вами побываем на Олимпиаде самого красивого вида спорта - гимнастике. А почему она является красивым видом спорта, как вы думаете? Дети отвечают.

Да действительно, красивое тело гимнастов, сложные элементы упражнений на снарядах: кольцах, перекладине, брусьях, у женщин на бревне, художественная гимнастика, показывают красоту движений рук, ног и всего тела. Всегда улыбка на лице, уверенность, стремление к победе. Вот и мне хочется, чтобы вы тоже показали эти качества. Как вы думаете, а какая перед вами проблема стоит? Правильно, побороть в себе страх и выступить достойно на нашей Олимпиаде. А как мы её с вами будем решать. Хорошим настроем себя на урок и олимпийским спокойствием.

Давайте сначала проведём небольшую общую тренировку на матах, подготовимся для предстоящих соревнований: комплекс ОРУ. Можно под музыку.

**Практика**

Теперь мы с вами разделимся самостоятельно на 4 команды, и вы будете составлять из ранее изученных элементов акробатическую комбинацию. Вы, наверное, знаете, что есть обязательная программа, поэтому вы должны включить в комбинацию те элементы, которые уже ранее изучали это: кувырок вперёд, назад, стойка на лопатках, мост из положения - лёжа. Затем можете добавлять произвольные это: ласточка, «колесо» - переворот в сторону, и др. Хотите я как тренер вам могу предложить, комбинацию, но вам не обязательно её выполнять, вы можете взять из неё некоторые элементы и составить свою, а если понравиться, взять всю. Понятно, что надо делать? Да, конечно сначала тренироваться, подготовиться к выступлениям. Ведь мы будем выступать как на Олимпиаде, бороться за звание Олимпийского чемпиона. Команда в праве, предложить нескольких кандидатов. Ну как вы готовы? А судьями у нас будут сегодня и вы, и наши гости. Судить они будут по таким критериям: я могу -3 бала, я буду стараться-2 бала, мне ещё расти-1 бал. У каждой команды и у судей есть карточки с критериями.

**Проверка полученных результатов**

Сейчас мы с вами разделимся на 4 команды, по вашему желанию, мальчики и девочки отдельно.

Ну а теперь можете приступать к тренировкам. Подойдите к своим матам и можете выполнять. После 5-7 минутной подготовки учитель спрашивает: готовы ли участники выступать? Ребята, по желанию заявляя себя, показывают под музыкальное сопровождение свои подготовленные комбинации. После того как все закончат свои выступления и желающих больше не будет, построить детей в одну шеренгу.

Учитель: я очень рада, что за такой маленький промежуток времени вы смогли подготовиться и достойно выступить.

**Подведение итогов**

Судьи в протоколах подсчитывают баллы.

Что ж выступления закончились. Я очень прошу не расстраиваться тем, кто сегодня не победил, я надеюсь, что в следующей Олимпиаде вам повезёт, ведь кто-то силён в лёгкой атлетике, кто-то в волейболе, баскетболе, футболе, а кто- то в гимнастике. Мне кажется, каждый из вас талантлив по своему, и все вы любите спорт и физкультуру.

И наконец, торжественная часть нашего урока: награждение. Звучит музыка (мы хотим всем рекордам, наши звонкие дать имена)

Учитель вызывает на пьедестал почёта, ребята хлопают, приветствуя победителей.

У мальчиков: третье место занимает: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, на втором месте:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, и абсолютным Олимпийским чемпионом становится \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

У девочек третье место занимает: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, на втором месте:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, и абсолютным Олимпийским чемпионом становится \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Учитель: на этом наша олимпиада закончена. Право опустить Олимпийский флаг предоставляется абсолютным чемпионам. Выходят мальчик и девочка, опускают флаг, звучит гимн.

Затем ребята отпускают вверх шары с надписью «До свиданье, до новых встреч».

В конце учитель:

Пусть ещё до олимпийцев

Вам дорога далека,

Пусть бумажные медали

Получили вы пока,

Но надеяться я буду,

Всё конечно впереди,

Настоящие медали

Я увижу на груди.

Молодцы, ребята!

Время мчится, будто птица,

И настанет этот час -

В яркой форме олимпийца

Выйдет кто-нибудь из нас!

Так же мне хочется всех поблагодарить за урок, ведь мы все сегодня побывали на Олимпиаде, и я хочу, чтобы вы все себя почувствовали хоть немножечко Олимпийскими чемпионами вручить каждому медаль за урок (каждому вручается шоколадная медаль за участие)