**Тема опыта: «Использование эстафет в учебной деятельности как средство повышения двигательной активности детей в начальной школе»**

**Автор опыта: Канева Елена Витальевна, учитель физической культуры МБОУ «СОШ № 3 г. Нарьян-Мара»**

1. **Информация об опыте**

**Условия возникновения и становления опыта**

В условиях современной природной и социально-экономической ситуации проблема здоровья детей приобретает глобальный характер. Здоровье каждого человека, в том числе и ребенка, определяется соотношением внешних и внутренних воздействий на его организм, с одной стороны, и возможностями самого организма противостоять нежелательным из них, защищаться, усиливая воздействие полезных для здоровья факторов, - с другой.

В настоящее время существенно усиливается роль школы в воспитании здоровой и физически развитой личности, а одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. «Здоровьесберегающие подходы к обучению детей на разных этапах развития в условиях современного образования» – вот тема, над которой работают учителя физической культуры. Организация образовательного процесса с учетом всех норм и правил, способствующих сохранению и укреплению здоровья младших школьников, так как в этом возрасте закладываются основы знаний, недостаток которых бывает трудно либо невозможно восполнить впоследствии.

Нормативно-правовая база рекомендаций:

-Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;

-Письмо Министерства образования РФ «Об увеличении двигательной активности обучающихся общеобразовательных учреждений» (№13-51-86-13 от 28.04.2003);

-СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрировано в Минюсте РФ 3 марта 2011г. Регистрационный номер №19993)

Необходимость введения 3-го часа урока физкультуры продиктована снижением двигательной активности учащихся. Общим требованием к организации 3-го часа физкультуры независимо от конкретного содержания является сочетание высокой плотности урока (не менее 30 минут двигательной активности учащихся) и разумного уровня физических нагрузок.

Возникновение опыта связано заботой о сохранении здоровья детей. В нашей школе обучаются дети из разных микрорайонов города, из семей разного социального и интеллектуального уровня. За время своей работы было замечено, что дети на уроках физкультуры быстро утомляются, у них маленькая двигательная активность. Плохо справляются с нормативами.

Современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше, играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм.

В 2011-2012 учебном году в первый класс пришли 53 ребенка, из них с первой группой здоровья – 14 чел., со второй группой –28 чел., с третьей – 11 чел.. По результатам медицинского обследования в 2013-2014 уч. году в 3-х классах обучалось 49 обучающихся из них с первой группой здоровья - 10 чел., со второй группой - 26 чел., с третьей – 12 чел.

Диагностика выявляет многие проявления функциональной незрелости в сенсомоторном развитии школьников, состав­ляющем основу двигательных навыков (бега, ходьбы, ползания, графических навыков). Число заболеваний у ребёнка удваивается за счёт огромного напряжения и стрессов, испытываемых ребёнком в первые годы учёбы в школе. И, конечно, к этому приводит огромный дефицит двигательной активности, до 60% снижается двигательная активность ребёнка по приходу в первый класс начальной школы.

**Динамика состояния здоровья детей**

Научно-технический прогресс облегчает жизнь человека, но в то же время создает проблемы для его здоровья. По мнению специалистов, движение является одним из основных средств сохранения и укрепления здоровья и всестороннего развития детей. Возник вопрос, как можно с помощью уроков физической культуры повысить интерес к спортивным занятиям, двигательной активности и, тем самым частично укрепить здоровье учащихся. Движений в жизни ребенка должно быть достаточно для нормального роста и развития. При нахождении ребенка в школе его двигательная активность снижается почти наполовину. 80-85% дневного времени он пребывает в сидячем положении. Добавим еще 2 часа у компьютера, 1,5 часа у телевизора. И детям обеспечены: усталость органов зрения и слуха, головные боли, плохое настроение, сонливость, повышения риска сердечно- сосудистого заболевания, расстройство опорно-двигательного аппарата, снижение способности эритроцитов переносить кислород к мышцам, тканям, головному мозгу. Добавим сюда уличный шум, громкую музыку, наушники, сотовые телефоны. В итоге появляются: школьные страхи, боязнь ответа у доски, отсутствие стойких интересов и увлечений, закрытость. Вот только некоторые симптомы, которые возникают в результате дефицита двигательной активности учащихся.

**Актуальность опыта**

В современном мире, в эпоху XXI века, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребёнку, к его здоровью и знаниям. Постоянно усиливающееся влияние на организм ребёнка разнообразных отрицательных факторов окружающей среды приводит к ухудшению состояния здоровья, к снижению умственного и физического состояния детей. Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всем мире приоритетные позиции, так как любой стране нужны творческие, гармонично развитые, активные строители общества и государства

Высокая заболеваемость детей делает актуальной проблему сохранения и увеличения двигательной активности учащихся начальной школы, как одного из факторов укрепления здоровья. Как показывает анализ литературы и практический опыт преподавания, одним из возможных способов решения задачи насыщения образовательной среды условиями, способствующими оздоровлению учащихся, является такая организация работы учителя, в основе которой лежит увлечение и заинтересованность детей в занятиях физической культурой.

Существует **противоречие** между существующей организацией обучения на уроках физкультуры и интересом детей к занятиям, что ведет к маленькой двигательной активности. Это противоречие является актуальным для учителей физической культуры.

**Диапазон опыта**

Диапазон представленного опыта – это единая система «урок и внеклассная работа».

**Теоретическая база опыта**

Теоретической основой опыта послужили научные труды и достижения современных педагогов – исследователей В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егорова, В.Ф. Феоктистова, Л.В. Плиева в области разработки способов сохранения и укрепления здоровья детей.

Петр Федорович Каптерев (1849 – 1922), подчеркивая важность использования игры в педагогическом процессе, писал: «Если учитель будет настолько искусен, что занятия по учению до некоторой степени свяжет с играми, если он ухитрится смягчить детям резкость перехода от свободной игры, требующей непременного участия телесной деятельности, к отвлеченному, связанному с неподвижностью, с сиденьем учению, то он получит в свои руки ключ к раскрытию способностей детей, он может руководить их развитием и оказывать существенно важные, неоценимые услуги, которые отразятся самым благотворным образом на всей их последующей жизни».

В системе физического образования П.Ф. Лесгафт (1971) рекомендует, в качестве главного средства при обучении школьников основным движением использовать игровой и соревновательный метод, в котором должны быть включены естественные физические упражнения (бег, ходьба, прыжки, метание) с постепенным и последовательным увеличением нагрузки. Игра и соревнование является также основным полем успеха для школьников. Чтобы школьники переучились, освоили новые упражнения, им нужно сотни раз выполнить это движение в процессе обучения. Однообразное повторение быстро вызывает скуку, утомление, теряется интерес к обучению.

Учителя разрабатывают все новые формы и методы обучения для развития интереса и повышения двигательной активности. Одним из методов, укрепляющих здоровье детей во время учебного процесса, является использование игры-эстафеты. Эстафеты не требуют сложного оборудования, их можно проводить как в спортивном зале, так и на открытой площадке. Особенно эффективными для формирования социального поведения детей младшего школьного возраста являются групповые действия, поскольку они обеспечивают высокую степень взаимодействия детей и занимают значительное время в их жизни. Игры-эстафеты оказывают огромное влияние на психическое и физическое развитие младших школьников. Эстафеты позволяют ставить и решать интересные двигательные задачи разной сложности, закрепляя достигнутый оздоровительный эффект, получать новые ощущения, самозабвенно вкладывать в них свои эмоции.

В своей работе я основываюсь на современные педагогические теории обучения, воспитания и развития личности, использую методы обучения и воспитания с учетом возрастных особенностей детей начальной школы. Изучив труды различных педагогов, стараюсь внедрить элементы их опыта в своей работе. Перед начальной общеобразовательной школой сегодня встала важная проблема: организация образовательного процесса с учетом всех норм и правил, способствующих сохранению и укреплению здоровья младших школьников, так как в этом возрасте закладываются основы знаний, недостаток которых бывает трудно либо невозможно восполнить впоследствии.

**Новизна** данного педагогического опыта заключается в подборе и усовершенствовании эстафет для повышения двигательной активности.

**Характеристика условий,**

**в которых возможно применение данного опыта**

Данный опыт может быть реализован в различных образовательных учреждениях с детьми младшего школьного возраста.

**Технология опыта**

**Целью** педагогической деятельности является повышение двигательной активности детей младшего школьного возраста посредством проведения эстафет на уроках физической культуры.

Применение эстафет как части педагогической деятельности для детей младшего школьного возраста заключается прежде всего в том, чтобы содействовать оптимальному физическому развитию ребёнка.

С этой целью предусматривается постановка и решение целого комплекса **задач**, включающих в себя:

– использование наряду с традиционными формами учебных занятий игр-эстафет;

– создание условий для приобретения учащимися необходимых двигательных умений и навыков;

– использование способов и приёмов, направленных на становление сознательного и активного отношения детей к ценности здоровья и здоровому образу жизни.

При проведении эстафет на уроках физической культуры активны все учащиеся. Когда каждый имеет возможность проявить себя. Наблюдения показывают: чем больше приятных ощущений учащиеся получают во время уроков, тем лучше они выполняют предлагаемые им учебные задания, тем выше привлекательность, активность и результативность проводимых уроков. Эстафеты носят состязательный характер, где формируются морально-волевые качества. Они могут применяться на этапе совершенствования учебного материала. Наш опыт убедительно доказывает, что эстафеты не только способствуют развитию физических качеств и укреплению здоровья детей, но и воспитывают в них ответственность за себя и товарища. Соревновательный момент усиливает интерес детей к занятиям, способствует концентрации их внимания, позволяет повышать двигательную активность младших школьников. Специфика эстафет заключается в том, что за короткие по времени периоды повышенной двигательной активности чередуются с интервалами отдыха, где физическая нагрузка сведена к минимуму. Но эмоциональная насыщенность этого периода остается высокой, так как внимание детей к дальнейшему выполнению заданий не ослабевает. Целенаправленное проведение эстафет на уроках физкультуры способствует развитию у детей ловкости, быстроты, выносливости, а также оказывает положительное влияние на улучшение деятельности организма ребенка и повышение его двигательной активности.

Эстафеты следует подбирать и начинать их проведение с самых простых, доступных для понимания и освоения. Эстафеты легкие, не требующие проявления усилий, так же неинтересны, как и слишком трудные. Физическую нагрузку необходимо строго регулировать. Продолжительность эстафеты зависит от количества участников в каждой команде (чем их меньше, тем короче эстафета). Рекомендуется проводить по 3-5 этапов. Когда эстафета закончилась, учитель должен объявить результаты.

Во время занятий с детьми соблюдаются следующие **принципы:**

1. **Индивидуализации** в методике и дозировке физических упражнений в зависимости от возраста и общего состояния ребёнка.

2. **Системности** воздействия с обеспечением определённого подбора упражнений **последовательности** их применения.

3. **Регулярности** воздействия, которое обеспечивает развитие и восстановление функциональных возможностей организма.

4. Постепенного **нарастания физической нагрузки**.

5. **Разнообразия и новизны** в подборе и применении физических упражнений в эстафетах.

6. **Умеренности** воздействия физических упражнений.

7. Соблюдение **цикличности** при выполнении физической нагрузки, чередование упражнений с отдыхом.

8. **Всестороннего воздействия** на организм ребёнка с целью совершенствования механизмов регуляции и адаптации к физическим нагрузкам.

**Организация учебно**–**воспитательного процесса** основана на использовании эстафет. В своей практике эстафеты провожу после каждого раздела (легкая атлетика, баскетбол, волейбол, гимнастика, лыжная подготовка) в соответствии с программой, на этапе совершенствования, когда детьми разучены двигательные действия. (Приложение 1,2) На таких уроках, с использованием соревновательных упражнений, заметно возрастает двигательная активность. Учащиеся проявляют максимальное усилие в выполнении физических упражнений. На уроках четко прослеживается сформированность навыка в технике выполнения физических упражнений.

Для повышения интереса детей к занятиям физическо культурой и двигательной активности проводятся бинарные уроки с применением эстафет: урок чтения и физкультуры, урок физкультуры и математики.(Приложение 3) На уроках дети увлеченно занимаются, хорошо осваивают новые правила, помогают своим товарищам. Ни один ребенок не отказался от предложенных упражнений. Такие уроки способствуют развитию воображения, творческого подхода.

Развитие интереса к движениям возрастает на основе жизненной потребности ребенка быть сильным, смелым, ловким при взаимодействии со сверстниками. Основное место в решении этой задачи отводиться разным формам активного отдыха – спортивным праздникам, досугам, дням и неделям здоровья. Во внеклассной работе традиционно в нашей школе проводятся эстафеты во время Дней здоровья осенью и весной (7апреля), на праздниках посвященных Дню Защитника Отечества (Приложение 4). Также в течение всего учебного года проводятся эстафеты между классами-параллелями.

В рациональном сочетании с другими видами работы по физическому воспитанию внеклассная работа помогает создать целесообразный двигательный режим, который служит повышению функциональных возможностей, улучшению работоспособности и закаленности детей, являясь эффективным средством их всестороннего развития и воспитания.

**Результативность опыта**

С помощью метода наблюдения был сделан анализ общей эффективности уроков (Приложение 5), на которых проводились эстафеты. Анализ показал, что такие уроки вызывают положительные эмоции у учащихся. Следствием этого является повышение двигательной активности детей. Уроки проходили увлеченно, большое желание преодолеть все препятствия и не отставать от своих одноклассников, вынуждало детей пройти всю дистанцию в оптимальном темпе. Такие уроки поднимают эмоциональный настрой, который держится на протяжении всего урока и упражнения, которые они изучали раньше, кажутся им наиболее интересными. В результате разнообразных упражнений, проведенных на уроках, увеличивалась двигательная активность учащихся.

Исходя из этого, можно сделать вывод о перспективности дальнейшего использования эстафет в учебно–воспитательной деятельности.

Мой опыт подтверждает, что разнообразное содержание учебного материала, используемых в эстафетах, способствует увеличению двигательной активности учащихся в начальной школе и формированию у них интереса к занятиям физической культурой. А это со временем приводит к укреплению здоровья учащихся.

Эстафеты занимают особое место в развитии детей. Их применение способствует совершенствованию двигательных умений и навыков, закреплению достигнутых результатов работы, повышению эмоционального состояния детей и получению удовольствия от процесса и результатов игры, формированию навыков честного соперничества.

**Список литературы:**

1. Гуревич И.А. Физическая культура и здоровье. 300 соревновательно-игровых заданий. Учебно-методическое пособие/ Из-во «[Высшая школа](http://my-shop.ru/shop/producer/5238/sort/a/page/1.html)», 2011.
2. Елизарова Е.М. Физическая культура.2-4 классы: уроки двигательной активности авт.-сост. Е.М. Елизарова. – Волгоград : Учитель, 2013.
3. Дешин, А.К. Образование в области здоровья и укрепление здоровья среди детей, подростков и молодёжи в России/ А.К.Дешин, И.А.Дешина. – М.,1999.
4. Козырева, О.В. Оздоровительно–развивающие игры для дошкольников: пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры дошкольных образовательных учреждений/ О.В. Козырева. – М.: Просвещение, 2007.
5. Кудрявцев, В.Т. Развивающая педагогика оздоровления/ В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – М., 2000.
6. Лях, В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. Пособие для учителя/ В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2007.
7. Муравьев, В.А. Гармония физического развития и здоровья детей и подростков: Методическое пособие/ В.А. Муравьев. – М.: Дрофа, 2009.
8. Мухина, В.С. Детская психология / В.С.Мухина. – М., 2001.
9. Пешкова, Н.В., Шкитырь, Н.А., Яковлева, Н.А. Спортивные праздники и соревнования с использованием подвижных игр/ Н.В. Пешкова, Н.А. Шкитырь, Н.А. Яковлева. – Брянск: Курсив, 2003.
10. Погадаев, Г.И. Народные игры на уроках физической культуры и во внеурочное время. 1-11 классы/ Г.И. Погадаев. – М.: Дрофа, 2010.
11. Страковская, В.Л. 300 оздоровительных игр для детей от 0 до 14 лет/ В.Л. Страковская. – М., 1999.
12. Феоктистова В.Ф. К здоровью через движение: рекомендации, развивающие игры, комплексы упражнений авт.-сост. В.Ф. Феоктистова, Л.В. Плиева.-Волгоград: Учитель, 2011.
13. Физкультура для всей семьи/ Сост. Козлова Т.В., Рябухина Т.А. – М.: Физкультура и спорт, 2001.
14. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время/ авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. – Волгоград: Учитель, 2008.

Приложение 1

План – конспект урока по физической культуре.

(эстафета на материале баскетбола)

**Задачи:**

1. Совершенствование техники ведения и бросков мяча в кольцо.
2. Развитие двигательных навыков и физических качеств.
3. Воспитание у детей положительных эмоций и любви к занятиям физической культуры.

**Оборудование:** 3 баскетбольных мяча, 3 обруча, 3 стойки.

**Класс:** 3-4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание урока | Дозировка  (мин) | Организационно-методические указания |
| **Вводная часть урока.**   1. Построение. 2. Приветствие. 3. Сообщение задач урока.   Ходьба, бег  Перестроение.  Общеразвивающие упражнения:   1. Рывки руками.   1-2 перед грудью,  3-4 руки в стороны.   1. Круговые движения руками. 2. Наклоны в стороны.   1-2 вправо,  3-4 влево.   1. Повороты в стороны.   1-2 вправо,  3-4 влево.   1. Наклоны вперед.   1-2-3 наклон вперед;  4- и.п.   1. Приседания. 2. Прыжки.   **Основная часть урока.**  Перестроение.  Инструктаж.  ЭСТАФЕТА:   1. « Бег с мячом в руках».   По сигналу учителя первые номера бегут, огибают стойку и возвращаются к команде. Передают мяч следующим номерам, а сами становятся в конец колонны.   1. «Ведение мяча».   По сигналу учителя первые номера до стойки ведут мяч правой рукой, а обратно левой. Возвратившись, передают мяч следующим номерам, а сами становятся в конец колонны, следующие делают тоже.   1. «Ведение мяча спиной вперед».   По сигналу учителя первые номера ведут мяч спиной вперед до стойки, а обратно обычное ведение. Возвратившись команде передают мяч следующим номерам, а сами становятся в конец колонны.   1. «Броски мяча в кольцо».   По сигналу учителя первые номера ведут мяч до баскетбольного кольца, делают бросок любым способом. Возвращаются и передают мяч следующим номерам, а сами становятся в конец колонны.   1. «Мяч в обруче».   По сигналу учителя первые номера бегут и встают в обруч, берут мяч и подкидывают его, затем кладут обратно. Обегают стойку , возвращаются до обруча и делают тоже. Возвратившись к команде, передают эстафету хлопком по руке следующим номерам.  **Заключительная часть.**  Дыхательная гимнастика.  Подведение итогов эстафеты.  Перестроение.  Теория по правилам игры баскетбол.  Домашнее задание. | **10**  1  0,5  0,5  2  6  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  15 раз  20 раз  **22**  1  1  4  4  4  4  4  **8**  2  1  1  3  1 | В одну шеренгу.  В шеренгу по три.  И.п.: Ноги на ширине плеч, руки перед грудью  Большой амплитудой.  И.п.: Руки на поясе, ноги на ширине плеч.  И.п.: ноги на ширине плеч,  руки за головой.  И.п.: Ноги шире уровня плеч, руки на поясе.  Ноги прямые.  Руки перед собой.  Руки на поясе.  В колонну по три.  У первых номеров в руках мяч.  Команда, пришедшая первой, побеждает.  У первых номеров в руках мяч.  Высокое ведение.  Следить за техникой ведения мяча.  У первых номеров в руках мяч.  Смотреть вперед через левое плечо.  Ведение мяча любой рукой.  У первых номеров в руках мяч.  Ведение мяча любой рукой.  Бросок мяча одной рукой от плеча или двумя руками от груди.  За каждое точное попадание добавляется один балл.  Перед каждой командой в центре зала на полу лежат обручи, в которых находятся баскетбольные мячи.  В шеренгу по одному  Общеразвивающие упражнения. |

Приложение 2

**Урок по лыжной подготовке (эстафета на лыжах)**

**Задачи:**

1. Обобщить знания и умения техники попеременного двушажного хода.
2. Формировать выдержку и способность к эмоциональному и физическому напряжению в соревновательной деятельности.
3. Воспитывать уверенность в своих спортивных способностях.

**Место проведения:** учебная лыжня.

**Оборудование:**  лыжный инвентарь, 4флажка.

**Класс:** 2-4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание | Дозировка  (мин) | Организационно-методические указания |
| **Вводная часть урока.**   1. Построение. 2. Приветствие. 3. Объяснение задач урока.   Продвижение к учебной лыжне.  Разминка:   1. Рывки руками 2. Круговые движения руками. 3. Круговые движения туловищем. 4. Наклоны вперед. 5. Махи ногами. 6. Приседания. 7. Прыжки.   **Основная часть урока.**  Прохождение тренировочного круга.  Построение в три колонны.  ЭСТАФЕТА   1. «Кто быстрей».   По сигналу учителя первые номера попеременно двушажным ходом бегут до поворотного флажка. Огибают флажок и возвращаются к своей команде. Передают эстафету касанием руки следующего участника, а сами становятся в конец колоны. Следующие номера делают тоже.   1. «Воротца».   По сигналу учителя первые номера бегут двушажным ходом, проезжают под воротами, не уронив их. Добегают до флажка и возвращаются обратно и передают эстафету следующим игрокам.   1. «Гармошка».   По сигналу учителя первые номера передвигаются переступанием до флажка, а возвращаются попеременно двушажным ходом. Передают эстафету касанием руки следующего номера, а сами становятся в конец колонны.  **Заключительная часть урока.**   1. Построение. 2. Подведение итогов эстафеты. 3. Домашнее задание. 4. Передвижение к школе. | 13  1  1  1  5  5  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  10 раз  20 раз  19  5  2  4  4  4  8  1  1  1  5 | В одну шеренгу, лыжи к ногам.  В одну колонну.  В одну шеренгу, лыжи на снегу.  С большой амплитудой.  Ноги не сгибаются.  Попеременно двушажным ходом.  Длина дистанции 30м.  Следить за правильностью выполнения.  Побеждает команда первой закончившая эстафету.  Перед каждой командой на середине дистанции сделаны воротца из палок.  Без палок.  Участники выстраиваются боком к лыжне.  Побеждает команда первой закончившая эстафету.  В одну шеренгу.  (Д.З.)Повторить попеременный двушажный ход. |

Приложение 3

**Урок физической культуры и чтения**

**«Шла вчера я по Садовой»**

(по произведениям Агнии Львовны Барто)

**Цели и задачи:**

1. Совершенствование основных двигательных качеств;

2. Формировать таких свойств ловкости, как точность, быстрота, координация;

3. Воспитание смелости, решительности, организованности, дисциплинированности;

4. Способствовать привитию интереса к чтению и физической культуре.

**Оборудование:** 3скакалки, 3 портфеля, 3 набора букв, чтобы составить фамилию Барто, 3 обруча, 12 кеглей, 3 гимнастических мата, 3 стойки.

**Место проведения:** Спортзал школы №3.

**Ведущие:** учитель физкультуры Канева Е.В., библиотекарь Кожевина А.В

**Класс:** 2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание | Дозировка  (мин) | Организационно-методические указания |
| **Вводная часть урока.**   1. Построение учащихся. 2. Сообщение задач урока.   Перестроение из одной шеренги в колонну по три.  Краткий инструктаж.  Выбор судий.  **Основная часть урока.**  **Ведущий.**  Здравствуйте, мои друзья!  Здравствуйте, учителя!  Не одна я к вам пришла,  Друзей с собой привела.  И представляю двух подружек.  **1девочка.**  Весна! Весна на улице.  Весенние деньки.  Как птицы заливаются  Трамвайные звонки.  Галдят грачи на дереве,  Гремят грузовики.  Весна, весна на улице,  Весенние деньки.  **2 девочка.**  Тут прохожим не пройти:  Тут веревка на пути.  Хором девочки считают  Десять раз по десяти.  Это с нашего двора  Чемпионы, мастера носят  Прыгалки в кармане,  Скачут с самого утра.  Во дворе и на бульваре,  В переулке и в саду,  И на каждом тротуаре  У прохожих на виду.  И с разбега, и на месте,  И двумя ногами вместе.  **1 девочка.**  Весна, весна на улице,  Весенние деньки!  С книжками, с тетрадками  Идут ученики.  Полны веселья шумного  Бульвары и сады,  И сколько хочешь радуйся.  Скачи на все лады.  **Ведущая.**  Спасибо, подружки! Девочки рассказали о своей любимой скакалке, и первая эстафета так и называется «Тут скакалка на пути».  **1 эстафета:**  **«Тут скакалка на пути».**  По сигналу учителя первые номера прыгают через скакалку до поворотной стойки и обратно. Передают скакалку следующим номерам, а сами становятся в конец колонны.  **Ведущая.**  Молодцы, ребята! А я приглашаю еще одного из своих друзей.  **Мальчик.**  Как большой, сидит Андрюшка  На ковре перед крыльцом.  У него в руках игрушка –  Погремушка с бубенцом.  Мальчик смотрит, что за чудо?  Мальчик очень удивлен,  Не поймет он: ну откуда  Раздается этот звон?  **Ведущая.**  Спасибо! Не просто так мы вспомнили о малышах. Ведь следующая эстафета называется «Все мы были малышами».  **2 эстафета**  **«Все мы были малышами»**  По команде учителя первые номера бегут до матов, встают на четвереньки и ползут до конца мата. Затем добегают до поворотной стойки и возвращаются до матов и повторяют упражнение.  Добегают до команды передают эстафету следующим номерам хлопком по руке, а сами становятся в конец колонны.  **Викторина**   1. В каком классе училась Маша, которая носила форменное платьице? (Первоклассница.) 2. От кого спас Никита Танюшу? (От щенка.) 3. Какое слово грустно шелестели листья? (Шурочка.)   **Ведущая.**  Поздравляю победителей, а тем, кто пока отстает, желаю собраться силами и перехватить удачу. Все ребята показывают свою ловкость, быстроту, сноровку. Но в спортивной борьбе нужна еще и … А, вот об этом узнаем от девочек.  **1девочка.**  Целый день трезвонит Таня.  **2девочка.**  Мы заведуем бинтами!  **1девочка.**  Мы с Тамарой ходим парой,  Санитары мы с Тамарой!  **2девочка.**  Если что-нибудь случиться.  Приходите к нам лечиться.  Мы умеем класть компресс:  Мы с Тамарой - Красный Крест.  **1девочка.**  Можем сделать вам припарки.  Дать целебную траву!  **Вместе.**  Мы с Тамарой – санитарки.  Я недаром вас зову.  Мы с Тамарой ходим парой.  Санитары мы с Тамарой.  **Ведущая.**  Спасибо! Догадались, что еще нужно в спортивной борьбе? Да, дружба и взаимопонимание. И следующая эстафета так и называется: «Мы с Тамарой ходим парой…»  **3 эстафета.**  **«Мы с Тамарой ходим парой…»**  По команде учителя первые пары, приставными шагами, добегают до поворотной стойки. Возвращаются обратно и передают эстафету следующей паре.  **Викторина.**   1. Кто от волнения в рассказе про белочку поселился в клетке? (Булочка) 2. Какие деревья окапывали дети в стихотворении «Я лишний». (Вишни) 3. Кем на самом деле был самосвал из стихотворения «Жил на свете самосвал». ( Мальчиком Алешей)   **Ведущая.**  Я вновь приглашаю своих друзей. Встречайте…  **Чтец.**  На косогоре, на траве устроясь.  Девочки ждут-вот появится поезд.  Дальний гудит  И проносится мимо,  Мчится, окутанный  Клубами дыма.  Слушают сестры  Гудков перекличку:  Папа сейчас поведет электричку!  Девочки знают:  В четырнадцать тридцать  Папин состав  Мимо станции мчится.  **Ведущая.**  Спасибо! Эта загадка просто решается – наши спортсмены в путь отправляются! Эстафета «Поезд».  **4 эстафета**  **«Поезд».**  По сигналу учителя вся команда продвигается до поворотной стойки и обратно.  Побеждает команда первой пересекшей финишную линию.  **Ведущий.**  Слово предоставляется нашему славному жюри.  Пришла очередь выступить последнему из приглашенных мною друзей. Встречайте…  **Чтец.**  Почему сегодня Петя просыпался десять раз?  Потому что он сегодня поступает в первый класс!  Он проснулся ночью темной,  Было только три часа,  Он ужасно испугался.  Что урок уже начался.  Он оделся в две минуты.  Со стола схватил пенал.  Папа бросился вдогонку, у дверей его догнал.  Разбудил он всю квартиру.  До утра заснуть не мог.  Даже бабушке приснилось,  Что она твердит урок.  Почему сегодня Петя  Просыпался десять раз?  Потому что он сегодня поступает в первый класс.  **Ведущая.**  Да, Петя оказался очень добросовестным учеником. А мы сейчас проверим, кто из вас быстрее всех в школу собирается. Начинается эстафета «Дети, в школу собирайтесь».  **5 эстафета**  **«Дети, в школу собирайтесь».**  По сигналу учителя первые номера добегают до обруча складывают кегли в портфель, бегут и огибают стойку. Снова добегают до обруча и вынимают из портфеля кегли, складывают их в обруч. И с пустым портфелем возвращаются к команде, передают его следующим номерам, а сами становятся в конец колонны. Следующие номера делают тоже .  **Викторина.**   1. Что красили дед с внуком в стихотворении «Маляр». (Сарай). 2. Черные –Володины,   Красные – Марусины.  Что за ягоды? (Смородина)   1. Какая птица без крыла жила у детей летом? (Сорока)   **Заключительная часть урока.**  **Ведущая.**  Вот подходит к концу наш урок. Осталось еще раз вспомнить, чьи стихи нам сегодня помогали, как фамилия писательницы. Финальный конкурс «Эрудиты».  **Конкурс «Эрудиты».**  По сигналу учителя дети собираю из букв слово. Побеждает команда первой собравшая слово.  **Ведущая.**  Молодцы! Сегодня на нашем уроке звучали стихи Агнии Львовны …  Приглашаются наше дорогое жюри для подведения итогов эстафет.  Ну, что ж, друзья, проститься нужно Мы от души поздравим тех.  Кто ловко, весело и дружно,  Опередил сегодня всех.  А их соперникам желаем не огорчаться, а понять,  Что в жизни каждый побеждает  Когда стремиться побеждать.  Растите сильными, здоровыми.  Не забывайте почитать!  Из книг узнать старайтесь новое!  Стремитесь все на свете знать!  Спасибо! До новых встреч! | **5**  1  1  1  1,5  0,5  **30**  2  3  1  3  2  2  3  2  2  3  2  3  2  5  5мин | Построение в одну шеренгу.  Класс делится на 3 команды, и строятся в колонну по одному.  В судьи выбираются дети, освобожденные от уроков физкультуры.  Учитель: Канева Е.В.  Ведущая: Кожевина А.В.  Выходят две девочки и читают отрывки из стихотворения А.Л.Барто «Веревочка».  Стихи детям были розданы заранее.  Так же на дом были заданы произведения А.Л. Барто.  Девочки уходят к своим командам.  Учитель объясняет правила.  Первый участник каждой команды получает скакалку.  Побеждает команда первой закончившая эстафету.  Выходит мальчик и читает стихотворение А.Л. Барто «Погремушка».  Учитель объясняет правила.  Перед каждой командой на середине зала лежат гимнастические маты.  Побеждает команда первой закончившая эстафету.  За каждый правильный ответ команда получает 1 балл.  Называет имена двух девочек.  Дети читают отрывки из стихотворения А.Л. Барто «Мы с Тамарой ходим парой…»  Ответы детей.  Учитель объясняет правила.  Участники команды разбиваются на пары, становятся спиной друг к другу и перекрещивают руки на уровне локтя.  За каждый правильный ответ команда получает один балл.  Называется имя чтеца.  Звучит стихотворение А.Л. Барто «На косогоре».  Учитель объясняет правила.  Все участники команд держатся за пояс впереди стоящих игроков.  Нельзя расцеплять руки во время движения.  Жюри подводят предварительные итоги.  Называется имя чтеца.  Звучат отрывки из стихотворения А.Л. Барто «В школу».  Учитель объясняет правила.  Перед каждой командой на середине пола лежат обручи, в которых находятся по четыре кегли.  В руках у первых номеров портфели.  Побеждает команда первой пришедшая на финиш.  За каждый правильный ответ команда получает один балл.  Каждой команде выдаются карточки с буквами, Б,А,Р,Т,О.  Дети отвечают хором. ((Барто)  Ставятся оценки детям, которые рассказывали стихи.  Жюри объявляет итоги. Награждает участников.  Каждая команда по очереди в колонне по одному покидает зал. |

Приложение 4

Внеклассное мероприятие

**Спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества**

**«Мы с папой настоящие мужчины»**

**Пояснительная записка**

Кто из родителей не мечтает видеть своего ребенка здоровым и крепким? Но забота о детях у всех проявляется по-разному: одни надеются на прививки и таблетки, а другие предпочитают зарядку, закаливание и прогулки вместо уколов и процедур. Активные родители не пожалеют времени покататься с ребятами на лыжах, сходить на каток или в бассейн, поучаствовать в различных спортивных мероприятиях. Польза от этого огромная и взрослым, и детям. А впечатления и радость от таких мероприятий останутся в памяти ребенка на всю жизнь. Чтобы привить любовь ребенка к активному и полезному отдыху взрослые должны приложить много сил. При сотрудничестве семьи и школы эта цель достигается быстрее и легче.

**Цель праздника**: формирование стремления учащихся к активному образу жизни, посредством сотрудничества семьи и школы.

**Задачи:**

1. Укрепление здоровья детей.
2. Совершенствование двигательных умений и навыков.
3. Воспитание интереса к занятиям физической культуры.
4. Воспитание чувства патриотизма и гордости за свою страну.
5. Укрепление отношений родителей и детей.

**Инвентарь и оборудование**: 2 ложки, 2 теннисных шарика, 2 сачка, 2 теннисных мяча, 2 военные формы, канат.

**Музыкальное сопровождение**: «Гусарская эпоха», «Марш кадетов» и др.

**Место проведения**: спортивный зал МБОУ СОШ №3.

**Участники учащиеся:** 2-4 классов, папы учеников.

**Ведущие:** Канева Е. В., Кечко М.Ю.

**Ход мероприятия:**

*Звучит «Марш кадетов», дети входят в зал*

**1 ведущий**. Наш праздник посвящен Защитникам Отечества, тем, кто когда-то в бою отстаивал свободу своей Родины и погибал за нее, тем, кто сейчас охраняет наши рубежи, и, тем, кому еще предстоит стать защитником Отечества.

Дети:

1.Профессию военную

Мы знаем не одну.

Всегда нужны военные,

Чтоб защищать страну.

2.И не представить даже,

Как служба их важна.

Пока они на страже,

Спокойно спит страна.

**2 ведущий**. 23 февраля в России традиционно отмечается День защитника Отечества, который многие привыкли называть Днем Советской Армии.

Слово «армия» происходит от латинского слова «армо» - «вооружаю». Не только оружием сильна армия, но и стойкостью и храбростью солдат. В годы войны наши солдаты ценой своих жизней разгромили врага и освободили Европу от фашистских захватчиков. А в мирное время наша армия охраняет десятки тысяч километров сухопутных, воздушных и водных границ России.

**1 ведущий**. Защитник Отечества! Как гордо звучат эти слова! Защита Отечества – долг каждого гражданина, почетная обязанность каждого мужчины.

Сердечно поздравляем всех тех, кто уже прошел военную службу, и тех, кому предстоит ее нести. С праздником Днем защитника Отечества!

**2 ведущий**. Наш праздник называется « Мы с папой настоящие мужчины!», на котором вам предоставляется возможность показать свою силу, ловкость и смекалку.

Дети:

1.По плечу победа смелым.

Ждет того большой успех,

Кто, не дрогнув, если нужно,

Вступит в бой один за всех.

2.Пусть жюри весь ход сражения

Без промашки проследит,

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит.

**1 ведущий**. Внимание, на старт приглашаются мальчики и папы. (построение команд)

Дети:

1.В школу папы прибежали,

Ух, народу сколько тут.

Где же будут состязанья?

Где награды раздают?

2.Папа наш – великий мастер,

Может полку смастерить.

Только к нам соревноваться

Он не думает спешить.

3.А наш папа – молодец,

На работе – лучший спец.

Мы на старт его поставим

И выигрывать заставим.

**Эстафеты**

**1 ведущий:**.Будущие воины должны уметь хорошо стрелять. Проверим и мы ваш глазомер.

«Меткий стрелок» *(звучит «фон на авто»)*

Команды построены в две колонны. Перед командами на расстоянии 10 метров стоит один взрослый, у которого в руках сачок. Остальные игроки кидают по очереди теннисные мячи, папы стараются их поймать. Побеждает команда, больше забросившая мячей.

**2 ведущий.** Пройдет несколько лет, и вырастут наши мальчики. Служба – дело ответственное. И уже сейчас, учась в школе надо готовиться к ней. Поэтому не теряйте времени, начинайте уже сейчас.

**1 ведущий**. Стрельба боевыми патронами- это для солдата все равно, что экзамен. Много знаний и умений нужно приобрести, чтобы служить достойно.

**2 ведущий.** Только что вы расстреляли все патроны, а бой продолжается. Ваша задача доставить патроны на передовую.

«Патроны на передовую»

Каждой команде дается ложка и теннисный шарик. По команде учителя игроки должны добежать до конуса и обратно, не уронив шарик, лежащий в ложке. Побеждает команда, которая первая выполнит задание.

**1 ведущий**. Настоящий воин умеет не только сражаться и побеждать, но и шутить и веселиться. Думаю вам по душе веселье. Вот девочки и решили поздравить своих одноклассников шутливыми четверостишьями.

Пропоем мы вам частушки

Просто без стеснения,

А кого мы тут заденем –

Просим извинения.

Хоть варены да хоть печены,

А без соли пресно.

Без мальчишек в нашем классе

Жить не интересно!

Видик ночью посмотрел

Второклассник Коля,

А на утро захрапел

На уроке в школе.

Сколько будет дважды два

Сидит Леша, мается,

Видно счетная машинка

В голове ломается.

В школу, словно в тыл врага

Саша пробирался.

Ничего, что опоздал,

Главное добрался.

Дня такого не бывало,

Чтоб мальчишки не дрались.

Неужели все мальчишки

Петухами родились.

Я смотрю, как ты сидишь

За соседней партой.

В феврале тебя поздравлю,

А ты меня в марте.

Мы частушки вам пропели,

Все, что пели – в самом деле,

Сами знаете, о том,

Мы неправды не поем.

**2 ведущий**. На войне как на войне! Случается, что в бою получают ранения. И тут без санитаров не обойтись. Наш следующий конкурс так и называется – «Санитары».

«Санитары» (*русская народная)*

Двое пап изображают санитаров. Сцепляют руки, имитируя стул. По сигналу учителя первый ребенок садится, папы бегут до стойки и обратно. Затем берут следующего ребенка и т.д. Побеждает команда, первая закончившая испытание.

**1 ведущий**. Ах, как много должен знать военнослужащий. Например, в технике разбираться. А вы , ребята, хорошо с техникой знакомы? Сейчас проверим.

«Конкурс загадок»

Задается по очереди каждой команде. Отгаданная загадка – 1 балл.

Чудо-птица, алый хвост-

Прилетела в стаю звезд. (Ракета)

На горе-горушке сидят

Черны старушки,

Если охнут –

Люди глохнут. (Пушки)

Летит птица-небылица,

А внутри народ сидит,

Меж собою говорит. (Самолет)

Без разгона ввысь взлетает,

Стрекозу напоминает,

Отправляется в полет

Наш российский … (вертолет)

Морской дорогой взад-вперед

С дымком над синей бездной

Спешит внушительный народ,

Железный, но любезный. (Корабль)

Ползет черепаха,

Стальная рубаха.

Враг – овраг, и она там, где враг. (танк)

Под водой железный кит,

Днем и ночью кит не спит.

Не до снов тому киту –

Он днем и ночью на посту. (подводная лодка)

Он гудит и чертит мелом,

Он рисует белым-белым.

Сам рисует, сам поет.

Что же это? (самолет)

**2ведущий**. С техникой вы знакомы. Это хорошо. А знаете ли вы, сколько времени солдат тратит на одевание? Пусть покажут те, кто в армии уже побывал.

«Конкурс для пап» *(звучит «Песня солдата»)*

На стульях стопкой сложена военная форма. По сигналу учителя папы начинают одеваться. Побеждает та команда, где родители быстрее и аккуратнее одели форму.

**1ведущий**. В последний бой силой богатырской выйдут померяться наши команды.

Конкурс «Охрана границы»(*«Спортивный марш»)*

Перетягивание каната.

Команды строятся в колонну по одному, друг напротив друга, на расстоянии трех метров. Берут канат в руки и по сигналу учителя стараются перетянуть команду соперников на свою сторону через центральную линию. Нельзя касаться руками пола, перехлестывать канат через руки.

**2 ведущий.** Наш праздник подошел к концу.

Пройдут годы и наши мальчики станут мужчинами. Многие будут служить. А это ответственное дело. Чтобы достойно выполнять свой долг не теряйте времени, хорошо учитесь и занимайтесь спортом. Берите пример с ваших пап.

Дети:

1.Мы пожелаем вам навек:

Чтоб в жизни не робелось,

Пусть будет с вами навсегда

Мальчишеская смелость!

2.Учиться только лишь на «пять»,

Мы вам будем помогать,

Только, чур, не задаваться,

И, конечно же, не драться.

3.Богатырского здоровья

Вам хотим мы пожелать.

Лучше всех на лыжах бегать

И в футбол всех обыграть

Подведение итогов, вручение подарков, награждение команд.

Приложение 5.

**Параметры оценки урока**

А – четкость реализации задач урока.

Б – развитие знаний, умений и навыков.

В – стимулирование.

Г – связь с раннее пройденным материалом, закрепление.

Д – коллективная работа.

Е – осуществление индивидуальных заданий.

Ж – использование материальной базы.

З – эмоциональный настрой на уроке.

И – организованность, и поведение учащихся.

К – отношение детей к уроку.

Л – двигательная активность детей на уроке.

**Циклограмма урока.**

Уровни

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| О |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Д |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| К |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Н |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | А | Б | В | Г | Д | Е | Ж | З | И | К | Л |

О – оптимальный К – критический

Д - достаточный Н – недостаточный