Приложение № 1.2.

к Положению о комплексе конкурсных мероприятий

«Науки юношей питают» среди руководителей, заместителей руководителей, методистов, педагогов, воспитателей образовательных организаций, студентов среднего профессионального образования, учащихся общеобразовательных организаций и воспитанников дошкольных образовательных организаций Республики Дагестан

**Комплекс конкурсных мероприятий среди руководителей, заместителей руководителей, методистов, педагогов, воспитателей образовательных организаций, студентов среднего профессионального образования, учащихся общеобразовательных организаций и воспитанников дошкольных образовательных организаций Республики Дагестан**

**«Науки юношей питают»**

**Конкурс методических разработок и проектов руководителей,**

**заместителей руководителей, методистов, педагогов, воспитателей образовательных организаций Республики Дагестан**

**Методическая разработка/Проект**

Классный час «Спорт. Здоровье. ГТО»

Номинация: Педагог - куратор

**Автор:**

Исмаилова Бурлият Иминовна

**Место работы:**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Меусишинская начальная школа – детский сад»

Учитель начальных классов

**Контактный телефон:**

8(928) 684 – 63 – 28

**Адрес электронной почты:**

burliyat.ismailova@bk.ru

***Цель:***

-формирование представления о спорте как одном из главных условий здорового образа жизни; формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни, привитие интереса к физической культуре, спорту, закаливанию, ГТО.

***Задачи:***

-содействовать сохранению здоровья каждого школьника;

-дать понятие детям и родителям о значимости выполнения нормативов ГТО;

-вовлекать детей в систематическое занятие спортом, физической культурой;

-привлекать детей к здоровому образу жизни;

-развитие мышления, познавательных способностей: анализировать, придумывать;

-воспитание моральных и волевых качеств; навыков правильного поведения; интереса, потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

-сплочение детского и родительского коллективов посредством совместных мероприятий:

***-расширение кругозора учащихся и пополнение словарного запаса;***

***Оборудование:*** альбомные листы с буквами, словами; шары, инвентарь для эстафетных игр-мячи, вёдра, швабры, мешки, сапоги, шляпы, палки, удочки, магнитные «рыбы», обручи, наградные материалы-«золотые» и «серебряные» медали.

***ТСО:*** мультимедийное устройство

***Оформление зала: надпись «Спорт. Здоровье. ГТО», шары.***

***Ход классного часа:***

***1. Организационный момент****.*

В жизни каждого человека есть увлечение. Люди рисуют, поют, собирают марки, часами просиживают за компьютером, разводят рыбок или слушают музыку, читают или выращивают кактусы, собирают монеты или магнитики на холодильники. У каждого есть своё хобби. Как понимаете это слово? (Ответы детей)

Слово “хобби” в переводе с английского означает “увлечение”.

Увлечение не приносит ни денег, ни славы. Зачем заниматься? (Ответы детей)

Это занятие для души. Оно помогает скрасить трудные минуты жизни, сближает человека с миром природы, науки, искусства, с миром людей, помогает найти смысл жизни.

**2. *Вступительная беседа.*** «Путешествие в мир увлечений».

- Человеку свойственно увлекаться. Ведь в жизни столько интересного!

- Кто любит рисовать?

- Лепить, вышивать, конструировать?

(Дети рассказывают о своих увлечениях.)

***3. Введение в тему.*** «Я и спорт».

-Есть ещё одно увлечение, которое равно полезно и для души, и для тела, и для самосовершенствования….

- Это…..

-Постарайтесь собрать из разбросанных букв и прочитать это слово... (СПОРТ) (буквы разбросаны по залу, учащиеся собирают, складывают из них слово и читают)

- Какое слово вы прочли? Конечно о спорте, о том, как быть ловкими, умелыми; сильными, красивыми; статными, веселыми; ловкими и бодрыми, не болеть и не чихать, и везде всё успевать, всегда идти вперед, не боясь трудностей и только к победе.

- Вы любите заниматься спортом?

-Какой вид спорта вам нравится?

***4.Презентация*** *- «Виды спорта»-*

-Игра «Угадай вид спорта (по предметам на рисунке угадывают вид спорта)

***5. Продолжение беседы по теме.***

-Давайте сегодня на нашем мероприятии мы поговорим о спорте, о здоровье.

***Спорт, ребята, очень нужен.***

***Мы со спортом крепко дружим.***

***Спорт – помощник,***

***Спорт – здоровье,***

***Спорт – игра.***

***Физкульт - ура!***

-Ребята, а человека, который занимается спортом, легко узнать среди всех остальных людей? (Ответы).

-Я вам приготовила список слов. Выберите, пожалуйста, только те слова, которые, как вы считаете, должны соответствовать спортивному человеку.

Ваша задача: выбрать слово и встать с этим словом у стены

**красивый стройный неуклюжий**

**сутулый румяный подтянутый**

**ловкий рассеянный неопрятный**

**бледный крепкий шустрый**

(учащиеся 1 класса ещё не в полной мере овладели навыками беглого чтения и могут выбрать не то слово)

А какими вы не хотите быть? (чтение оставшихся слов)

-Спортивный человек (какой?) (по очереди поднимают и проговаривают поднятое слово)

-На спортивного, подтянутого человека всегда приятно смотреть. Стройными людьми восхищаемся. Но не только в красоте дело. У стройного человека правильно формируется скелет, хорошо развиты мышцы. При стройной осанке легче работать сердцу и другим важным органам. И у такого человека лицо и походка кажутся легче и красивей.

– Больше двигайся! Малоподвижный образ жизни вредит здоровью, поэтому старайся больше двигаться. Утром делай зарядку. Почаще играй в подвижные игры, особенно на свежем воздухе. Занимайся физическим трудом, физкультурой.

***6.Загадки: «Здоровье».***

1. Утром раньше поднимайся,

Прыгай, бегай, отжимайся.

Для здоровья, для порядка

Людям всем нужна … (зарядка)

3. Хочешь ты побить рекорд?

Так тебе поможет… (спорт).

6. Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ –

Это мой… (велосипед).

7. Есть, ребята, у меня

Два серебряных коня.

Езжу сразу на обоих –

Что за кони у меня? (Коньки).

8. Чтоб большим спортсменом стать,

Нужно очень много знать.

И поможет здесь сноровка

И, конечно,… (тренировка)

– Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Ведь никто не позаботится о тебе лучше, чем ты сам. Я желаю вам здоровья!

***7.Физминутка***

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься,

Заниматься нужно нам!!!!

(выполнение движений)

***8.Беседа о здоровье.***

-Что губит здоровье людей?

(Курение, мало бывают на свежем воздухе, переедание, мало двигаются, не соблюдают режим дня и гигиену, не закаляются, неправильно питаются…)

**Слайд1** -Почему говорят: «Солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья!»? (ответы учащихся)

Верно, ребята, это всё помогает нам закаливать и оздоравливать организм.

Ежедневные прогулки на свежем воздухе, открытая форточка для доступа свежего воздуха, утренние обтирания мокрым полотенцем или обливания водой комнатной температуры, солнечные ванны укрепляют наш организм.

Мы с вами живём в очень бурное, стремительное время. Очень много надо успеть сделать. Всё время куда-то спешим, торопимся, чтобы всё успеть.

-Как вы думаете, в это стремительное время, что для человека важнее всего?

Дети: ………….., здоровье!

-Здоровье не купишь ни за какие деньги. Когда человек болен, ему очень трудно воплотить в жизнь свои планы, реализовать себя в современном мире. А чтобы не болеть, быть бодрым, здоровым, сильным, достигать намеченных вершин, с чем нужно дружить?......Верно, с физкультурой и спортом, начинать день с утренней зарядки и закаливания!

Какое новое слово, сочетание букв вы увидели в теме нашего классного часа? (ГТО)

Давайте спросим у родителей, что такое ГТО? (Сообщения родителей)

Верно, ГТО –это программа физкультурной подготовки с определёнными возрастными нормативами, оценка уровня физической подготовки вносится в школьный аттестат и учитывается при поступлении в вузы.

**Слайд2**- Значков ГТО три-бронза, серебро, золото, а не сдавший норматив получает отличительный знак «Участник»

Расшифровывается ГТО так- «Готов к труду и обороне», а ещё –«Горжусь тобой, Отечество!»

**9.Презентация** - «ГТО»

Путь в мир здоровья, спорта, ГТО начинается с первых дней школьной жизни и вашими помощниками на этом пути будут Воля, Стремление, Упорство и конечно же, учителя и родители!

**Слайд 3**-«Нормативы ГТО»

(зачитывание видов спорта и нормативов)

Эти нормативы совместными усилиями мы должны одолеть к концу 1 класса.

**10.**Закрепим тему классного часа эстафетными играми, в которых вместе с вами будут участвовать наши родители. (класс на 2 команды разделён заранее по жеребьёвке, разучены речёвки и придуманы названия команд)

Наблюдать за ходом игр и выставлять баллы будет строгое жюри. (представление членов жюри)

Представление и приветствие команд:

**Команда «Непоседы»**

Мы- сильнее, мы- мощнее,

Все преграды одолеем!

Не просто мы пришли играть,

А побеждать, так побеждать1

**Команда «Паруса»**

Мы не верим в чудеса,

Мы команда-«Паруса»!

И с достойными сразимся,

Победить не поленимся!

**Вместе:**

И соревнуясь вместе с вами,

Мы останемся друзьями.

Пусть борьба кипит сильней,

И наша дружба вместе с ней!

**Эстафетные игры:**

Оборудование: кубики, определяющие начало и конец площадки.

**«Довези мяч в лодочке»**

(эстафета в парах-руки в «лодочке» вытянуты в стороны, ладони рук обоих участников соединены, мяч зажат между животами. Задача-«довезти» мяч «в лодке» до ориентира, обойти его, вернуться бегом и передать мяч следующей паре.

**«Лягушка –путешественница»**

(два родителя держат на плечах палку «хворостинку», «лягушка» цепляется за палку руками и ногами, не касаясь спиной пола. Задача-донести «лягушку» до ориентира, обогнуть её и бегом вернуться к команде.

**«Носорог»**

Мяч зажат между лбами двух участников. Задача-не уронив, донести мяч до ориентира.

**«Рыбалка»**

По одному участнику команд по команде наряжаются в рыбака (-шляпа, сапоги большого размера), берут «удочку»-палку с магнитом на конце. Задача-быстро одеться, не растеряв ничего, добежать до ориентира, поймать «рыбу» (бумажную с магнитом) и вернуться к команде.

**«Репка»**

Капитан команды с «репкой» (мячом) в руках добегает до ориентира, оставляет там «репку», бежит за «бабкой», также оставляет её у ориентира, бежит за следующим…Задача-быстрее переправить всех членов команды к ориентиру.

**«Снайпер»**

Каждый игрок команды с определённого расстояния забрасывает мяч в корзину. Задача-попасть мячом в корзину. За каждый мяч-по одному баллу.

**«Картошка»**

По команде игрок команды влезает в мешок, допрыгивает в нём до ориентира, огибает его, выходит из мешка и бежит к команде с мешком в руках, передаёт эстафету.

**«Баба-яга»**

По команде игрок одной ногой становится в «ступу» (ведро), берет в руку «помело» (швабру), добегает до ориентира, огибает его, бежит к команде и передаёт «инвентарь» следующему игроку.

**«Болото»**

Пара игроков становятся в круг обруча(кочку), кидают вперёд другой обруч, перепрыгивают в него и так, меняя обручи» кочки», доходят до финиша. Обратно-бегом.

И заключительная игра**-«Кто больше…»**

Каждый игрок команды надувает по одному шару.

**11.Рефлексия**-пока жюри подсчитывает баллы и определяет победителя, мы с вами подведём итог, для чего нам нужен спорт и крепкое здоровье:

Здоровье – это клад,

Здоровье – это сила.

Спортом занимайся

И будешь ты красивым!

2. Курению – нет!

Наркотикам – нет!

Здоровью и спорту

Огромный привет!

3. Побольше спортом занимайся

И водичкой обливайся!

И забудем мы тогда,

Кто такие доктора!

4.Пусть стать чемпионом,

Борьбой закаленным,

Задача совсем не проста!

Но стать просто ловким,

Набраться сноровки,

И просто здоровым стать –

Красота!

*9.Итог урока.*

-Здоровье – бесценный дар природы. Оно обеспечивает нам возможность вести полноценную жизнь во всех её проявлениях. Разрушить своё здоровье легко, купить невозможно ни за какие деньги. Будучи больными, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, идеи, планы. Поэтому мы говорили сегодня о том, как сохранить и сберечь своё здоровье, и укрепить его.

Учёба в школе, выполнение домашних заданий – серьёзный труд. Чтобы облегчить себе этот труд, чередуйте труд с отдыхом, не увлекайтесь чрезмерно компьютерными играми, телефоном.

Включайте в свой распорядок дня прогулки, игры на свежем воздухе, чтение книг.

Надеюсь, в ходе игры всем стало ясно, насколько важны сила, ловкость, быстрота, стремление к победе.

Итак, жюри подвело итоги наших игр и определил команду-победителя.

Это команда……!

Награждение. Проигравшей команде-утешительный приз. Раздача родителям памяток «Нормативы ГТО».

**Использованная литература:**

1.Назарова Е. Н. Здоровый образ жизни и его составляющие. /Москва. Академия.

2.КуинджиН.Н.Валеология.Пути формирования здоровья школьников. /Москва. Аспект-Пресс.

3.Фришман И. И. Нормативно-правовой статус сферы детского отдыха и оздоровления в Российской Федерации. /Народное образование-2019.

4.Интернет-ресурсы.