

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей
«Центр развития творчества детей и юношества»**

**Методическая разработка досуговой программы:
«Дистанция длиной в тысячелетия».**

Автор: Юшкова Анна Васильевна,
педагог-организатор

г. Сосновый Бор
2014 г.

Пояснительная записка.

Олимпийское движение – важная часть культуры человечества, и изучение его истории, несомненно, должно стать частью образования любого культурного человека. Так же формирование представлений об олимпийском движении может стать частью не только физического, но и нравственно-патриотического воспитания младших школьников.

Направленность: общеинтеллектуальная.

Тип: познавательная игровая программа.

Уровень освоения: ознакомительный.

Цель: формирование представлений у учащихся об Олимпийских играх, их символах, основных идеалах и ценностях.

Задачи:

обучающие:

- систематизировать и расширить представление детей о том, что такое олимпийское движение;
- расширить диапазон знаний обучающихся в данной области;
- научить руководствоваться в своём поведении важными ценностями олимпизма (принцип честной игры) в доступном возрасте понимания;

развивающие:

- расширять кругозор ребенка о роли физической культуры и спорта в здоровом образе жизни человека;
- способствовать закреплению основных понятий и терминов по данной теме;
- стимулировать его познавательную активность;
- развивать память, внимание, стремление узнать новое;

воспитательные:

- воспитывать интерес к Олимпийским играм;
- воспитывать чувство гордости за российских спортсменов-олимпийцев;
- воспитать интерес к физической культуре и спорту, желание активно участвовать в различных делах, связанных с физической культурой.

Возраст: 7-12 лет

Продолжительность программы: 1 час

Форма проведения: познавательная программа с элементами игровой деятельности.

Ожидаемый результат:

- получение детьми дополнительных знаний об Олимпийских играх, их символах, основных идеалах и ценностях;
- закрепление понятий и терминов по данной теме;
- воспитание интересов учащихся к физической культуре и спорту, желание активно участвовать в различных делах, связанных с физической культурой;
- стимулирование познавательной активности через активное игровое взаимодействие;
- умение руководствоваться в своём поведении важными ценностями олимпизма (принцип честной игры) в доступном возрасте понимания;
- проведение полезного досуга.

Реквизит:

- проектор, экран, компьютер;
- жетоны;
- сувенирный олимпийский факел;

- бумажные медали;
- 2 набора пазлов «олимпийский факел»
- кольцоброс с кольцами;
- 6 кеглей;
- 2 клюшки и 2 шайбы.

Ход мероприятия.

Ведущая: Олимпийские игры... Эти два слова знают сейчас во всех уголках нашей огромной планеты. Олимпийские игры – это всемирный праздник молодости, красоты, физического совершенства.

Для спортсмена любой страны нет события более важного, чем участие в Олимпийских играх. Удастаиваются такой чести только лучшие из лучших. Те, чья слава не меркнет с годами, к чьим титулам не добавляется приставка «экс». Те, чьими наградами и рекордами гордятся целые страны. И нет награды весомее, чем завоеванная в честном состязании медаль Олимпиады.

А началось всё 27 с половиной веков назад. Во все концы славной, воспетой великим Гомером Эллады летели гонцы в белых одеждах. Они несли всем грекам мир и приглашение на праздник в эллинском городе Олимпия. **(Слайд 2)**

Большая часть информации об Олимпийских играх древности передавалась устно от поколения к поколению и за это время успела обрасти множеством домислов, превратившись в красивые легенды. Нет и достоверных данных о том, как проходила первая Олимпиада. Однако известно, что проводились Игры раз в четыре года и имели определённые правила. У алтаря Зевса атлеты приносили клятву в соблюдении правил Олимпийских состязаний. **(Слайд 3)** Так, в них могли принимать участие только мужчины. Женщинам, за исключением богини Деметры, запрещалось появляться на празднике под страхом смерти, даже как болельщицы. Дата проведения Игр, начинавшихся в первое полнолуние после летнего солнцестояния, определялась особой комиссией. С этого момента начиналось экехерия – священное перемирие, длившееся два месяца, когда прекращались все военные действия, и область Элида становилась «священной зоной мира», в которую никто не имел права вступать с оружием.

Первые тринадцать Игр состояли только из одного вида состязаний – бега на один стадий, что равнялось 192 метрам 27 сантиметрам. **(Слайд 4)** Позже в программу Игр добавился двойной бег – диаул – на дистанцию 384,54 метра. Затем длинный бег – долихотром, борьба, пятиборье, состоящее из простого бега, прыжков в длину, метания диска, копья и борьбы. Ещё позже программа обогатилась кулачным боем, состязанием колесниц, панкратионом, соединяющим в себе приёмы кулачного боя и борьбы, бегом в вооружение, бегом трубачей и герольдов. Также появились соревнования для детей по борьбе, скачкам, пятиборью и даже появился панкратион для детей. В награду победители получали лавровые венки.

В древности было проведено всего 293 Олимпиады. После завоевания Греции Римом Олимпийские игры стали приходить в упадок. А в 394 году римский император Феодосий I своим указом запретил проводить Олимпийские игры. **(Слайд 5)** Он усмотрел в празднике языческий обряд. С этого момента на целых пятнадцать веков прервалась славная история Олимпийских игр.

Первые попытки возродить Игры предпринимались ещё в XVIII веке. Однако удалось это сделать только в конце XIX века по инициативе французского педагога и общественного деятеля Пьера де Кубертена. **(Слайд 6)** Ему удалось организовать всемирную встречу сторонников олимпизма. На учредительном конгрессе 23 июня 1894 года было принято решение о возрождении Олимпийских игр.

Чтобы протянуть нить, связывающую две цивилизации – эллинскую и нашу, - местом проведения первых Олимпийских игр современности были выбраны Афины. **(Слайд 7)** Годом I Олимпиады стал 1896-й. В ней приняли участие спортсмены из 13 стран.

Многим традициям, соблюдающимся на современных Играх, мы тоже обязаны де Кубертену. **(Слайд 8)** Среди них – красивый обычай в олимпийский год зажигать в Олимпии у храма Зевса от солнечных лучей олимпийский огонь и доставлять его к месту проведения очередных Игр. Впервые огонь был зажжен только в 1928 году.

В 1913 году де Кубертен написал текст олимпийской клятвы, которая должна произноситься спортсменом страны, где проводятся игры очередной Олимпиады. Впервые эта клятва прозвучала на открытии игр VII Олимпиады в Антверпене в 1920 году.

Олимпийский символ – пять переплетённых колец – также предложил в 1913 году барон де Кубертен. **(Слайд 9)** Переплетённые кольца символизируют объединение в олимпийском движении пяти континентов. По словам П. де Кубертена, это «действительно международная эмблема».

Олимпийский девиз – «Быстрее, выше, сильнее» **(слайд 10)** был предложен другом и соратником де Кубертена П. Дидоном и утверждён в том же 1913 году, а с 1920 года является составной частью олимпийской эмблемы.

Олимпийский флаг – белое полотнище с олимпийским символом в центре. **(Слайд 11)** С 1920 года этот флаг вывешивают на всех олимпийских соревнованиях.

Так началась новая, современная история Олимпийских игр. Случались в ней, увы, перерывы, вызванные двумя мировыми войнами (1916 – Берлин, 1940 – Хельсинки, 1944 – Лондон).

Впервые спортсмены России выступили в IV Олимпийских играх 1908 года в Лондоне. **(Слайд 12)** Российская команда оказалась одной из самых малочисленных: 6 спортсменов. Но дебют русских олимпийцев прошёл довольно успешно. Они завоевали 3 медали – золотую и 2 серебряные.

После Октябрьской революции положение в корне изменилось, наших спортсменов долгое время не приглашали для участия в играх, но развития спорта в нашей стране продолжалось. **(Слайд 13)** И лишь в 1952 году на Играх XV Олимпиады состоялся дебют советских спортсменов. **(Слайд 14)** В них приняли участие 295 спортсменов СССР из 10 союзных республик и добились огромного успеха: 71 медаль (22 золотых, 30 серебряных, 19 бронзовых).

Свидетельством признания мировой общественностью высокого авторитета нашей страны, стал тот факт, что организация XXII Олимпийских игр 1980 года была поручена именно Москве. **(Слайд 15)** Народ нашей страны сделал всё для того, чтобы Олимпиада превратилась в незабываемый праздник спорта, взаимопонимания и дружбы между народами.

С 1924 года ведёт начало летопись отдельных зимних Олимпийских игр. Первые состоялись во французском городе Шамони. В них приняли участие 293 спортсмена из 16 стран, соревновавшиеся по 5 зимним видам спорта.

Сначала зимние Олимпийские игры проходили с тем же четырёхлетним интервалом и в тот же год, что и летние Олимпиады. Но в 1994 году зимняя Олимпиада состоялась на два года раньше, и с тех пор летние и зимние Олимпийские игры чередуются: за летними Играми спустя два года следуют зимние.

Столицей очередных XXII Олимпийских зимних игр выбран наш черноморский город-курорт Сочи. **(Слайд 16)** Вся наша страна готовится к этому событию. В Сочи возводятся современные спортивные сооружения. **(Слайд 17)** Создаётся первый в России центр зимних видов спорта. В нём будут тренироваться не только профессиональные спортсмены, но и спортсмены-любители всего мира.

Готовятся к этой Олимпиаде и наши спортсмены. **(Слайд 18)** Хоть в народе и говорят, что «дома и стены помогают», но и самим им необходимо очень много трудиться. Можно быть уверенными – список чемпионов Олимпиады в Сочи и их наставников будет пополнен именами наших соотечественников. **(Слайд 19)** И давайте верить, что дистанция длиной в тысячелетия, на этом не закончится, а будет и далее продолжать свой земной путь.

Ребята, а вы любите спорт? Вы занимаетесь каким – либо видом спорта? **(Ответы детей)** Очень хорошо, что вы занимаетесь спортом, понимаете его роль в жизни человека.

Итак, настало время начать наши состязания и для начала мы разделимся на две команды.

Ребята, скажите, какой главный символ олимпийских игр (*огонь*). Правильно, огонь! Каждый год, за несколько дней до начала очередных Олимпийских игр, в Греческом городе Олимпии стартует Факельная эстафета. Факел преодолевает большое расстояние к Олимпийскому стадиону. Давайте и мы проведем аналогичную эстафету. У наших состязаний тоже будет свой огонь — огонь Олимпионика! И зажжет его та команда, которая быстрее справится с заданием. (*По три человека от команды складывают изображение олимпийского огня из пазлов*)



И так факел зажегся! Состязания начинаются!



Первое состязание называется **«Разминка для ума»**. Правильный ответ приносит очко команде.

1. Назовите девиз Олимпийских игр. (*Быстрее. Выше. Сильнее.*)
2. Назовите родину хоккея и футбола. (*Хоккей — Канада, футбол — Англия.*)
3. Специальное сооружение для спортивных соревнований. (*Стадион.*)
4. Вид соревнований в беге. (*Эстафета.*)
5. Наклонная плоскость для прыжков на лыжах. (*Трамплин.*)
6. Как называется человек крепкого телосложения и большой силы? (*Атлет.*)
7. Современное зимнее двоеборье в переводе с греческого «двойное состязание» (*Биатлон*)
8. Спортивный переходящий приз. (*Кубок*).
9. Молодой спортсмен. (*Юниор*)

10. Ледовая площадка. (Каток).
11. Что стремится установить спортсмен? (Рекорд).
12. Гонки на лыжах со стрельбой из винтовки. (Биатлон).
13. Кто по снегу быстро мчится, провалиться не боится? (Лыжник)



Молодцы! Хорошо справились с первым состязанием. Первый из зимних видов спорта, попавший в олимпийскую программу в 1908 году - фигурное катание. На Олимпийских играх в Сочи впервые в истории этого вида спорта будет разыграно не четыре, а пять комплектов наград: в мужском и женском одиночном катании, среди спортивных пар, в танцах на льду плюс командное первенство. **Игра «Фигурное катание»** (Игроки разбиваются на пары. Каждая пара берется за руки: в правой руке партнера - правая рука партнерши, а в левой - левая (руки перекрещиваются). Фигуристы встают на линию старта, и оба поднимают левую ногу. По сигналу они начинают движение вперед, то есть скачут, держась за руки, до финиша. Затем следующая пара).



Биатлон – третий по количеству медалей вид спорта в программе сочинских Игр. В биатлонном турнире будет разыграно 11 комплектов наград. И в этом виде спорта важно не только хорошо уметь бегать на лыжах, но и уметь метко стрелять по мишени сейчас и вы продемонстрируете свою ловкость. **Игра «Биатлон»** (Игроки закидывают кольца на кольцеброс)



Путь большинства известных хоккеистов начинался с дворовых площадок, замерзших прудов и катков в соседнем парке. Я предлагаю вам начать тренироваться сейчас к будущим Олимпийским играм. **Игра «Хоккей»** (Игроки по очереди проводят шайбу клюшкой вокруг кеглей)



И последнее наше состязание. Определите, о каком виде спорта идёт речь?

Для 3 – 4 классов:

1. Состязание проводится на короткой, но очень извилистой трассе, размеченной десятками, так называемыми ворот – попарно расставленных красных, синих или желтых флажков. Спортсмен обязан пройти все ворота. Иначе он выбывает из соревнований. (Слалом)
2. В своём спортивном снаряжении игроки напоминают средневековых рыцарей, закованных в стальные латы. Они надевают наплечники, налокотники, щитки-наколенники, кожаные перчатки, шлем. Иначе нельзя – неизбежны столкновения на большой скорости, падения и удары о борт. (Хоккей)
3. Это командная спортивная игра на ледяной площадке. В процессе состязаний участники двух команд поочередно пускают по льду специальные тяжелые гранитные снаряды («камни») в сторону размеченного на льду специального поля. (Керлинг)
4. В этом виде спорта, предполагается перемещение спортсменов по льду на коньках с выполнением дополнительных элементов, обычно под музыку. (Фигурное катание)

5. Название этого спорта с английского «короткая дорожка». Он является относительно молодым, но самым экстремальным и опасным видом. Спортсмены достигают скорости 50 км / ч, а экипировка включает в себя защитный шлем, наколенники, налокотники, а иногда и защитные приспособления для шеи и подбородка. *(Шорт-трек)*

6. Это практически единственная дисциплина лыжного спорта, в соревнованиях по которой женщины ни разу не принимали участия до сочинских игр. Во время разгона скорость спортсменов может достигать 100 км / ч, а дальность прыжка составляет в среднем от 80 до 140 м. *(Прыжки на лыжах с трамплина)*

Для 1 – 2 классов:

Вопрос нелегкий у меня,
Как это называют,
Когда спортсмены на санях
По желобу съезжают? *(Бобслей)*

Посмотрите - вот герой,
Он летит вниз головой,
Животом на санках лежа.
Страшно так, мороз по коже. *(Сkeleton)*

Очень трудно быть, не спорьте,
Самым метким в этом спорте.
Просто мчаться по лыжне,
То под силу даже мне. *(Биатлон)*

Про этот спорт
Ты много слышал:
Воздушный акробат
На лыжах. *(Фристайл)*

Камень по льду я в “дом” запущу,
И щёткой дорожку ему размету. *(Кёрлинг)*

Спорт на свете есть такой,
Популярен он зимой.
На полозьях ты бежишь,
За соперником спешишь. *(Лыжные гонки.)*

Трудно, что ни говори,
Мчать на скорости с горы!
И препятствия стоят -
Там флажков есть целый ряд.
Лыжнику пройти их надо.
За победу ждёт награда. *(Слалом)*



Вот и подошли к концу наши состязания, и настало время подвести итоги. *(Подсчёт жетонов, набранных у команд за время игры, и награждение победителей)*

Пусть еще до олимпийцев
Вам дорога далека,
Пусть бумажные медали
Получили вы пока.
Но надеяться мы будем,
Что пройдет немного лет-
Настоящие медали
Вам оденет президент!

Методические рекомендации:

Для лучшего усвоения программы детям в заключении рекомендуем показать мультимедийный фильм, например «Кто получит приз?»

Список литературы:

1. А. И. Иссурин, М. И. Эстерлис На олимпийских аренах; Ленинград «Лениздат», 1989г.;
2. Б. Н. Хавин Всё об Олимпийских играх; Москва «Физкультура и спорт», 1970г.;
3. В. В. Столбов, С.А. Иванов, В. С. Радиченко Твой олимпийский учебник; Москва «Физкультура и спорт», 2007г.;
4. В. И. Малов 100 великих олимпийских чемпионов; Москва «Вече», 2009г.;
5. В. Л. Штейнбах От Олимпии до Москвы; Москва «Детская литература», 1978г.;
6. И. К. Мячин, А. Э. Стародуб, Б. М. Смирнов Москва – 80. Олимпийский путеводитель; Москва «Московский рабочий», 1980г.;
7. Журнал «Дошкольное воспитание» №10 2013г. «Пять колец»
8. Энциклопедический словарь юного спортсмена; Москва «Педагогика», 1979г.;
9. http://ru.wikipedia.org/wiki/%CB%E5%F2%ED%E8%E5_%CE%EB%E8%EC%EF%E8%E9%F1%EA%E8%E5_%E8%E3%F0%FB_1980



