

Внеклассное мероприятие по физической культуре «Малые Олимпийские игры» начальная школа

Цель: Расширить знания детей об олимпийских играх и их значимости в жизни людей.

Ход мероприятия

I. Введение в тему

Слово «олимпийский» происходит от названия горы Олимп и местности Олимпия в Греции.

Приблизительно три тысячи лет назад, в начале VIII века (776г.) до н.э. в этой местности греки начали проводить большие спортивные состязания. Они назывались олимпийскими играми или олимпиадами. Древние греки создали множество прекрасных легенд о появлении первых Олимпийских игр.

Во время Олимпийских игр на всей территории Греции объявлялось священное перемирие. Бывшие враги могли состязаться за право быть самыми сильными, быстрыми, ловкими.

В античных Олимпийских играх соревновались и были зрителями только мужчины (в состязаниях могли участвовать все свободные греки: бедные и богатые, знатные и незнатные).

Праздник в Олимпии занимал до пяти дней. Перед началом спортивных состязаний атлеты приносили жертвы богам, давали клятву бороться честно.

Победителей называли «олимпионики». Имя каждого победителя – олимпионика объявлялось на стадионе. Атлета венчали оливковой ветвью или лавровым венком.

И сегодня эти соревнования являются самыми крупными и захватывающими состязаниями. Хотя с момента проведения первых древнегреческих Олимпийских игр миновало очень много лет, большинство традиций Олимпиад прошлого живы и сегодня.

- Так же, как и в древности, празднично проходят открытия и закрытия Олимпиад.
- Факел, который и ныне зажигают в Греции, в Олимпии, несут, передавая из рук в руки, в Афины. Затем огонь дружбы и мира, пройдя через многие страны, достигает города – устроителя очередной Олимпиады и зажигается в чаше главного стадиона.
- Сегодня, как и в древности, спортсмены клянутся вести честную борьбу.

Мы с вами, ребята, не в силах организовать у себя в школе такие грандиозные состязания. Поэтому мы решили предложить вам поучаствовать в дистанционной игре

Можете провести одно из испытаний дома, снять ролик или сделать фото и прислать на почту mirok-lyudmila@yandex.ru

Бег со снаряжением

На первых тринадцати играх атлеты состязались только в беге на 192,27 м. Эта дистанция называлась «стадий». Трудность бега заключалась в том, что приходилось бежать по глубокому песку. Позднее появился бег с поворотом. Спортсмены, добежав до столба, делают поворот и возвращаются обратно. На нашем соревновании участники бегут на месте 2-3 минуты

Забег колесниц

Одним из самых любимых и красивых состязаний в древне Греции были забеги колесниц. Те, кто правил лошадьми, были одеты в разноцветные туники. Мы сегодня проведем шуточные забеги. Колесницу с ездоком будет изображать четвёрка ребят. Один из них – «ездовой», а остальные трое – «кони». Упряжка состоит из гимнастической палки и двух вожжей – веревок, прикрепленных к ее концам. За палку будут держаться «кони». Это скоординирует их бег, не даст каждому вырваться вперед, потому что прийти к финишу они должны все вместе. Концы веревок в руках держит «возница». «Колесницы» должны добежать до флажка, вернуться к команде, передать эстафету. Побеждает та команда, все колесницы которой первыми удачно закончат забеги.

Прыжки в длину

Это состязание так же является одним из древнейших видов спорта. Атлеты прыгали без разбега, с места с гантелями в руках.

Наша эстафета будет проходить так: первый участник встает на линию старта и совершает прыжок с места в длину. После приземления он не должен сдвигаться с места, пока не проведут черту, которая зафиксирует «место посадки». Проводить черту надо по носкам обуви прыгающего..

Пентатлон

Самой почетной победой на Олимпиадах древности считалась победа в пентатлоне, т. е. в многоборье. Участники этих соревнований должны были быстро бегать, далеко прыгать, метать копье и диск, умело бороться.

В наших веселых состязаниях мы так же проведем видоизмененный пентатлон. Участники эстафеты получают следующее задание. Первый участник получает от судьи мешочек с песком. Он должен забросить его в круг, который находится на середине дистанции. После чего участник должен допрыгать до флажка, обогнуть его. Если спортсмен не закинул мешочек с песком в круг, он должен попрыгать на одной ноге вокруг флажка три штрафных круга, после чего бежать обратно, забрать мешочек и передать его следующему игроку. Побеждает та команда, которая первой завершит эстафету.

Творчество

Греки видели в Олимпийских играх не только чисто спортивные состязания. Поэты здесь читали стихи, ораторы состязались в искусстве красноречия, а музыканты исполняли свои лучшие произведения.

До нас дошли сведения, что древнегреческий историк Геродот за свой труд, прославляющий мужество и смелость греческих спортсменов, был удостоен олимпийской награды, венка из лавровых листьев.

Мы предлагаем показать свои художественные номера (прочитать стихотворение на спортивную тему, спеть песню, исполнить танец или что –то из вашего творчества).

Итоги подведем после просмотра ваших работ

Источники:

http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B Олимпийские игр
Википедия

http://www.krugosvet.ru/enc/sport/OLIMPISKIE_IGRI_DREVNE_GRETSIL.html энциклопедия
кругосвет

http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%8B%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80 Википедия