


**МБОУ СОШ № 1 ст. АЗОВСКОЙ МО СЕВЕРСКИЙ РАЙОН
ИМЕНИ ПАВЛА НИКОЛАЕВИЧА ЛЫСЕНКО**

**Спортивно познавательный
конкурс
«Спорт – это жизнь!»**

**Подготовил учитель
физкультуры :
Ежак С.А.**

ЦЕЛЬ: формирование у обучающихся устойчивого позитивного отношения к ведению здорового образа жизни, к принятию спорта и физической культуры как альтернативы вредным привычкам

Задачи:

- ❖ формировать у обучающихся стремление к физическому и духовному самосовершенствованию;
 - ❖ привлекать обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом
 - ❖ способствовать усвоению учащимися норм поведения, исключающих вредные привычки
- 

Участники: учащиеся 7-8-х классов МБОУ СОШ № 1 ст. Азовской МО

Оборудование: презентация

Техническое оснащение: мультимедийная аппаратура, презентационный материал, музыкально-игровой материал.



Притча о здоровье и счастье

Поспорили однажды Здоровье и Счастье о том, кто из них важнее. Счастье говорит:

— Я важнее!

— Почему?

— Без меня людям плохо. Они всегда ищут меня. Обо мне все только и говорят. Каждый хочет быть счастливым.

— Каждый также хочет быть здоровым.

— Про здоровье мало кто говорит, а вот про счастье все подряд.

— Ты считаешь, что здоровье не нужно людям?

— Счастье важнее! Без него человек не может. Смотри, вон идет мальчик. Давай у него спросим, что для него главнее — счастье или здоровье?

Они обратились к мальчику.

— Мальчик, что для тебя важнее — счастье или здоровье?

— Конечно же, счастье! – не задумываясь, ответил мальчик.

— Ты счастливый?

— О! Да, я счастливый!

— Вот видишь! — захлопало в ладоши Счастье и подпрыгнуло от радости. — Я же говорю, что счастье главнее.

— А скажи, мальчик, ты здоров? — задало следующий вопрос Здоровье.

— Да, я здоров!

— Везет тебе! — вмешалась в разговор проходившая мимо женщина. — Мне бы твоё здоровье, тогда и я была бы счастлива.

Конечно, здоровье – это главное!

КОНКУРС «ПАРАД ГРАМОТЕЕВ»

Способность овладения разнообразными двигательными действиями – это ...

Комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием целебных сил природы – солнце, воздуха и воды – это

Сохранение равновесие тела путем изменения положения его отдельных звеньев – это ...

Традиционные комплексные массовые спортивные соревнования – это...

Вид массовой физической культуры, включающий выполнения упражнений в воде с музыкальным сопровождением – это...

Состояние устойчивого положения тела в пространстве – это...

Чередование нагрузки и отдыха – это...

ОТВЕТЫ НА КОНКУРСНЫЕ ЗАДАНИЯ «ПАРАД ГРАМОТЕЕВ»

Координация – способность овладения разнообразными двигательными действиями

Закаливание – комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием целебных сил природы – солнце, воздуха и воды

Балансировка – сохранение равновесие тела путем изменения положения его отдельных звеньев

Спартакиада – традиционные комплексные массовые спортивные соревнования

Аквааэробика – вид массовой физической культуры, включающий выполнения упражнений в воде с музыкальным сопровождением

Равновесие – состояние устойчивого положения тела в пространстве

Тренировка – чередование нагрузки и отдыха

КОНКУРС «КТО БЫСТРЕЕ»

Конкурсанту необходимо на животе, перехватываясь руками добраться от одного конца лавочки до другого. Добравшись до конца лавки участник принимает положение «упор лежа» и стоит так, пока все участники не окажутся в этом же положении. Время фиксируется по последнему участнику. Остальные участники активно поддерживают команду на сцене.



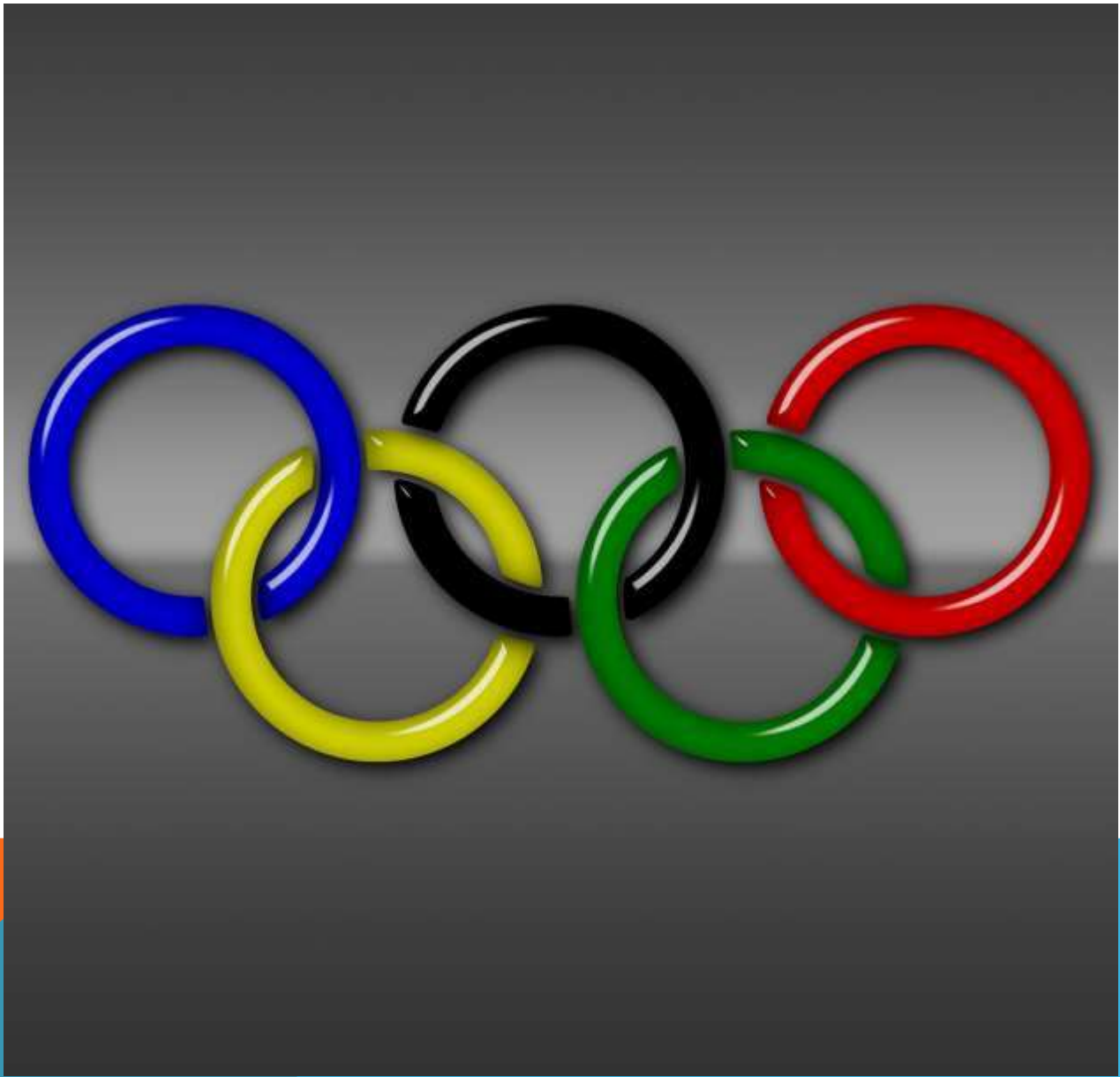
КОНКУРС «МЕТКИЙ СТРЕЛОК»

У каждого участника по 3 мешочка с песком, необходимо попасть ими в ведро, один мешочек – один балл. Максимальное количество баллов – 15. Но это еще не все. Как только все попытки завершены, вы подбегаете к ведру, поднимаете его и находите конверт с заданием, молча его читаете и тут же быстро (в течение 20 секунд) выполняете, закрываете и относите моим помощникам. Правильность выполнения этого задания дает вам дополнительный балл.



ОТГАДАЙ ВИДЫ СПОРТА





Дружите со спортом!
Уважайте спорт! Занимайтесь им!
Ведь кто крепок телом – богат и делом!

