**Внеклассное мероприятие**

**для среднего и старшего школьного возраста**

**познавательно-развлекательная игра «Спортивный марафон»**

**Методическая цель:** трансляция педагогического опыта, организации познавательно-развлекательной игры.

**Цель:** актуализация и формирование знаний, обучающихся о составляющих здоровья, здорового образа, различных видах спорта, развитие творческих способностей на основе использования технологии коллективного творческого дела.

**Задачи:**

Образовательная:

познакомить суворовцев с историей возникновения различных видов спорта, основными составляющими ЗОЖ.

Развивающие:

развивать познавательную активность, коммуникативные качества суворовцев, эмоциональность, творческие способности;

расширить кругозор.

Воспитательная:

воспитывать у суворовцев стремление к здоровому образу жизни, культуру поведения, целеустремленность, товарищество, находчивость, дисциплинированность, коллективизм.

**Формируемые универсальные учебные действия:**

**Личностные:**

оценка своих личностных качеств с точки зрения их реализации в составе команды в процессе проведения игры.

**Коммуникативные:**

умение работать в команде, аргументировано высказывать свое мнение.

**Регулятивные:**

планировать алгоритм выполнения задания, корректировать работу в процессе ее выполнения, давать оценку своему мнению и мнению других.

**Познавательные:**

анализировать полученные знания, самостоятельно делать выводы.

**Применяемые технологии**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Название современных образовательных технологий, применяемых в учебно-воспитательном процессе | Этапы мероприятия, на которых технология применяется |
| 1. | ИКТ-технология | Организационный, этап мотивации и целеполагания |
| 2. | Здоровье сберегающая | На всех этапах мероприятия |
| 3. | Игровая | Организационно-деятельностный этап |
| 4. | Квест, познавательно-развлекательная игры | Организационно-деятельностный этап |
| 5. | Личностно-ориентированная | На всех этапах мероприятия |

**Оборудование:** компьютер, экран, проектор**,** аудио и видео оформление, раздаточный материал для проведения игры.

**Форма проведения:** познавательно-развлекательная игра.

**Место проведения:** расположение роты.

**План проведения мероприятия:**

**Организационный этап (подготовительный):**

подбор инициативной группы суворовцев курса для работы на этапах игры, подготовка атрибутов для проведения этапов.

1. **Этап мотивации и целеполагания** формулировка целей и задач мероприятия

разъяснение педагогом-организатором целей и задач мероприятия, правил проведения игры

представление суворовцев ответственных за этапы и системы оценки

раздача маршрутных листов.

1. **Организационно-деятельностный этап:**

Педагог-организатор рассказывает о правилах проведения игры, представляет ответственных за этапы.

Суворовцы по отделениям получают маршрутные листы и выполняют задания на каждом этапе:

По окончании мероприятия участники игры собираются в комнате досуга.

Суворовцы, ответственные за этапы, в это время подводят итоги.

Педагог-организатор проводит игру, суворовцы выполняют задания.

Суворовцы, ответственные за этапы, подводят итоги под контролем педагога, объявляют результаты игры.

Заключительное слово педагога.

1. **Этап рефлексии, подведение итогов игры, награждение победителей.**

**Ход мероприятия**

*Педагог:*Товарищи суворовцы, сегодня вы будете принимать участие в коллективном творческом деле, на какую именно тему, надеюсь, вы мне ответите через несколько минут.

**Первое задание – загадка:**

Коль крепко дружишь ты со мной,

Настойчив в тренировках,

То будешь в холод, в дождь и зной

Выносливым и ловким… (Спорт)

*(Ответы суворовцев).*

*Педагог:* Какой день, событие отмечается в мире 6 апреля? *(Ответы суворовцев).*

*Педагог:* Международный день спорта на благо мира и развития отмечается ежегодно 6 апреля. К празднику имеют отношения подразделения ООН, тренеры, подопечные, сотрудники спортивных учреждений, сторонники здорового образа жизни, обозреватели, люди, которые интересуются спортом.

Торжества, различные мероприятия поддерживают благотворительные фонды, общественные организации, правительственные структуры. Организуются конференции, семинары, на которых звучат доклады о мире, единстве, прогрессе.

Проводятся состязания, марафонские забеги. Победителям соревнований вручают медали, почетные грамоты, призы, дипломы. Устраиваются показательные занятия в спортивных учреждениях. Чествуют заслуженных деятелей отрасли. В средствах массовой информации публикуют сюжеты о видах спорта. Журналисты рассказывают о мировых рекордах, выдающихся достижениях. Тренеры делятся воспоминаниями о своих успехах и подопечных.

*Педагог:* **Второе задание пословица – подсказка:**

«Смолоду закалишься - на весь век сгодишься.»

О чём идёт речь? Как вы понимаете эту поговорку *(Ответы суворовцев).*

*Педагог:* День здоровья уже более 70 лет традиционно проходят во всех регионах страны 7 апреля. На сегодняшний день в состав Всемирной организации здоровья входят 194 страны, географически расположенные в самых разных уголках нашей планеты. Всемирный день здоровья впервые провели в 1950 году, хотя сама идея такой даты была выдвинута еще в 1948 году на Всемирной ассамблее здравоохранения.

Всемирный день здоровья отмечается почти в каждой стране. По большей части мероприятия носят просветительский характер и проводятся с целью агитировать население вести правильный образ жизни, следить за своим здоровьем и вовремя посещать врачей. В обязательную программу традиционно входят:

конференции, лекции и семинары, посвященные ЗОЖ и вопросам лечения и профилактики различных заболеваний;

бесплатная диагностика состояния организма в различных медицинских центрах;

соревнования, квесты, марафоны, вело заезды и прочие спортивные мероприятия;

благотворительные акции;

открытые тренировки и флешмобы с участием известных спортсменов, тренеров и звезд кино, эстрады и телевидения;

эстафеты и конкурсы в детских садах, школах и высших учебных заведениях.

Здоровье человека в первую очередь зависит от него самого. Своевременная профилактика, здоровый образ жизни, ответственное отношение к себе и окружающим, выбор продуктов, товаров и услуг, не наносящих вреда здоровью и окружающей среде, всё это — необходимые условия сохранения здоровья и долголетия.

Именно спорту и здоровому образу жизни посвящена данная познавательно-развлекательная игра, которое называется «Спортивный марафон».

Во время мероприятия вы будете выполнять задания повзводно, по 7 человек, 4 команды. Каждый этап на новом месте, по карте – путеводителю, они пронумерованы. Если пункт с заданным этапом занят другой командой - ищите свободный. Чья команда больше наберёт баллов – становится лидером.

**1 этап – «Художники»** Необходимо нарисовать эмблему каждой команды, обосновать, представить её. Оценивание: от 3 - 5 баллов, (на выполнение задания даётся 5 минут).

1. **этап - Викторина «Самый умный»** **(Приложение 1.)**

**(Возможен вариант видео викторины, теста о ЗОЖ, спорте).**

Необходимо ответить на вопросы, результат оценивается в баллах от 3-5 баллов, (на выполнение задания даётся 5 минут).

1. К ударным видам единоборств относятся… (бокс, кикбоксинг, каратэ, тхэквондо, тайский бокс)
2. Скелетон является разновидностью…. *Ответ: (санного спорта)*.
3. Мини-футбол. Какое решение примет судья, если обороняющийся игрок, стремясь преградить мячу путь в ворота, играет рукой, но мяч от руки все же попадает в ворота? *Ответ: (засчитывает гол).*
4. Что нельзя купить? *Ответ: (здоровье).*
5. Как известно, женщинам запрещалось участвовать в Олимпийских играх. Для них проводились отдельные Олимпийские игры, на которые мужчины не допускались. Эти Игры посвящались супруге Зевса – Гере и проходили на том же стадионе, где соревновались мужчины, за месяц до или после их соревнований. В каких дисциплинах соревновались женщины? *Ответ: (В беге, борьбе, и гонках на колесницах).*
6. Как называется распределение времени на сон, еду и активность? —*Ответ:(режим дня).*
7. 23 февраля на Олимпиаде в Сочи полный комплект медалей завоевали российские спортсмены Максим Вылегжанин, Александр Легков и Илья Черноусов. Впервые в истории этой спортивной дисциплины весь мужской пьедестал заняли спортсмены из одной страны. О какой именно спортивной дисциплине идёт речь? *Ответ: (Лыжный марафон).*
8. Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке…*Ответ: (сверху - синее, черное, красное, внизу - желтое, зеленое).*
9. Какую награду получал победитель олимпийских соревнований в Древней Греции? *Ответ:(венок из ветвей оливкового дерева).*
10. Каким видам спорта запрещено участвовать в Олимпийских играх? *Ответ:* (*Техническим, например, автогонкам и мотогонкам).*
11. Страна, подарившая миру дзюдо. *Ответ:(Япония).*
12. Древние Олимпийские игры были религиозным и спортивным праздником. Они отдавали хвалу богам и прекращали войны хотя бы на время их проведения. Победителей Игр почитали как героев. Как благодарили победителей? *Ответ: (Осыпали золотом и приравнивали к богам).*
13. «Рюхи» - старинная славянская игра. Упоминание об этой игре можно найти и в сказках, и в старинных легендах, и в документах, относящихся к истории Древней Руси. В неё с увлечением играли Добрыня Никитич, Никита Кожемяка, Пётр 1. Суть игры в том, чтобы бросками бит выбить из площадки поочередно определенное количество различных фигур, составленных из 5 элементов. О какой игре идёт речь? *Ответ:* (*Городки).*
14. Этому спортсмену сделали операцию по удалению межпозвоночного диска и вставили на его место полимер, а через год он стал олимпийским чемпионом Сочи в командных соревнованиях фигуристов. О каком спортсмене идёт речь? *Ответ: (Евгений Плющенко).*
15. В каком виде спорта важен попутный ветер? *Ответ:* (*В парусном.)*
16. Первая гонка, которую организовали пограничники на шведско-норвежской границе, отдалённо напоминала этот вид спорта, прошла ещё в 1767 году. Как вид спорта он появился в XIX веке в Норвегии в качестве упражнения для солдат. Соревнования военных патрулей были представлены на Олимпийских играх в 1924, 1928, 1936 и 1948 годах. О каком виде спорта идёт речь? Ответ:(Биатлон).
17. В каких видах спорта нужна мишень? *Ответ: (Биатлон, стрельба из лука, винтовки и пистолета).*
18. Назовите средства закаливания? *Ответ:(Солнце, воздух и вода.)*
19. Елена Исинбаева, самая знаменитая прыгунья с шестом, выбирала для прыжков шесты с разными обмотками: для начальной высоты — розовый цвет, для победной — голубой и для рекордной — золотистый. Чему равен мировой рекорд, установленный Еленой на открытом стадионе? *Ответ: (5,06 метра)*
20. Перечислите 10 известных спортсменов, олимпийцев России, вид спорта, в котором они достигли определённых успехов и побед.

**3 этап «Поэтический»**

«Сочините стихотворение о здоровом образе жизни или о спорте»

(8 строк).

Результат оценивается в баллах от 3-5 (на выполнение задания даётся 5 минут).

**4 этап «Полезные советы!»**

Командам выдаются: листы и ручки. Необходимо написать и зачитать полезные советы, которые помогают укреплять и сохранять здоровье. Время выполнения 3 минуты. Каждый пункт – 1 балл.

**5 этап «Театральный бум»** - **задание для капитанов команд.**

Изобразите вид спорта, 8 заданий, на выбор участника, команда отгадывает.

Результат оценивается в баллах от 3-5 за каждый, **(на выполнение заданий даётся 3 минуты).**

**6 этап «Договорите пословицу» - 3 балла за правильный ответ,**

**2 балла – за интересную версию, (на выполнение всего задания даётся**

**5 минут)**

1. Быстрого и ловкого… (болезнь не догонит!)

2. В здоровом теле… (здоровый дух).

3. В спорте мания величия помогает плохо.

Но хорошо помогает… (мания преследования).

4. Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

5. Главное соревнование — (борьба с самим собой).

6. Где здоровье — (там и красота).

7. Гимнастика удлиняет… (молодость человека).

8. Кто крепок телом тот богат и …(здоровьем и делом).

9. Если хочешь быть здоров —…(закаляйся).

10. Если не бегаешь, пока здоров, придется …(побегать, когда заболеешь).

11. Видна силушка в… (жилушках).

12. Здоровому все …(здорово).

13. И смекалка нужна, и …(закалка важна).

14. Играй, не отыгрывайся; лечись, … (не залечивайся).

15. Кто спортом занимается, тот…(силы набирается).

16.Пешком ходить — …(долго жить).

17. Начинай новую жизнь не с понедельника, …(а с утренней зарядки).

18. Каждый кузнец своего … (здоровья).

**7 этап «Сочинители»** Напишите и запишите 2 спортивные кричалки, 2 лозунга (девиза). Оценивание: 3 балла за интересный, оригинальный вариант, 2 балла – за удовлетворительное выполнение задания, 1 балл – низкий уровень, за участие, **(на выполнение задания даётся 5 минут).**

**8 этап «Спортивный».** Отжимание от пола или подтягивание на перекладине - количество отжиманий (подтягиваний) суммируются в общий результат.

**9 этап** **«В мире шуточных скороговорок и двустиший».** Повторить скороговорки и поэтические двустишия. Оценивание: от 3 - 5 баллов, (на выполнение задания даётся 3 минуты).

1. **«**Наш шахматист вашего шахматиста перешахматит, перевышахматит». (Повторить 3 раза).

2. «Качались качки в качалке, да не накачивались» (Повторить 3 раза).

3. «Попашем в фитнес-клубе, покажем - на YouTube!»

Поработаем, попашем, многим технику покажем!» (Повторить 3 раза).

4. «Спорт-спортушка прибавляй здоровушка!»

Здоровушко прибывай, ты со спортом не скучай!» (Повторить 3 раза).

1. «Любишь торт - люби и спорт! Любишь варенье – двигайся энергичнее и бодрее!» (Повторить 3 раза).
2. «Эй, Андрей, не робей! Гол скорее ты забей! Спортом занимайся, беги не спотыкайся!» (Повторить 3 раза).
3. «Фитнес тайно любит Таня, Таня силу, спорт и волю». (Повторить 3 раза).

**10 этап «Спортивный калейдоскоп»** **(Приложение 2.)**

Подпишите под каждым символом зимнего и летнего вида спорта название.

Правильный ответ – 1 балл. (на выполнение задания даётся 5 минут).

**Разгадайте ребусы. (Приложение 3.)**

*Ответы: (разминка, футбол, баскетбол, бокс, подтягивание).*

**Подведение итогов игры, награждение победителей.**

Источник:

1. <https://childage.ru/obuchenie-i-obrazovanie/nachalnaya-shkola/viktorina-na-temu-zdorovyj-obraz-zhizni-s-otvetami.html>
2. <https://2021god.com/den-zdorovya-v-2021-godu/>
3. <https://urok.1sept.ru/articles/614545>
4. <https://pandia.ru/text/80/012/56768.php>
5. https://www.art-talant.org/publikacii/8717-ktd-v-zdorovom-tele-zdorovyy-duh
6. https://videouroki.net/razrabotki/sportivnaya-viktorina-znatoki-sporta.html

**Приложение 1.**

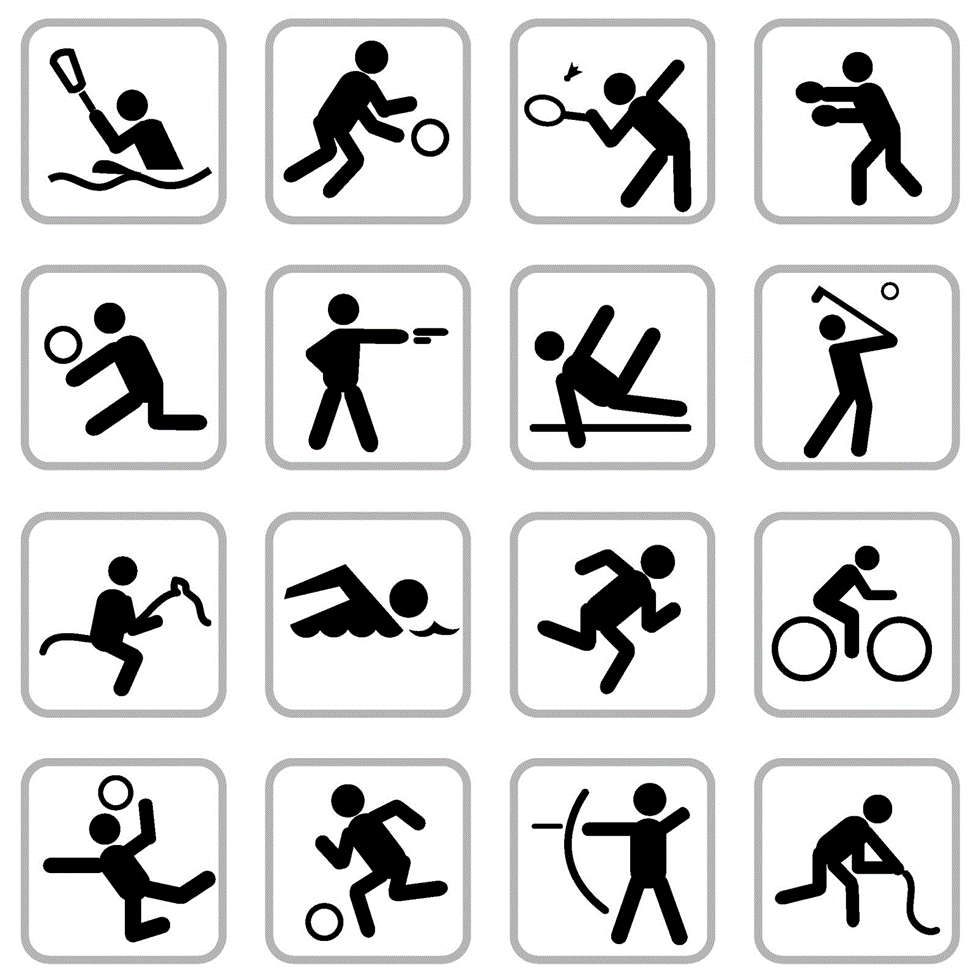
Необходимо ответить на вопросы, результат оценивается в баллах от 3-5 баллов, (на выполнение задания даётся 5 минут).

1. К ударным видам единоборств относятся… *Ответ:*
2. Скелетон является разновидностью…. *Ответ:*
3. Мини-футбол. Какое решение примет судья, если обороняющийся игрок, стремясь преградить мячу путь в ворота, играет рукой, но мяч от руки все же попадает в ворота? *Ответ:*
4. Что нельзя купить? *Ответ:*
5. Как известно, женщинам запрещалось участвовать в Олимпийских играх. Для них проводились отдельные Олимпийские игры, на которые мужчины не допускались. Эти Игры посвящались супруге Зевса – Гере и проходили на том же стадионе, где соревновались мужчины, за месяц до или после их соревнований. В каких дисциплинах соревновались женщины? *Ответ:*
6. Как называется распределение времени на сон, еду и активность? —*Ответ:*
7. 23 февраля на Олимпиаде в Сочи полный комплект медалей завоевали российские спортсмены Максим Вылегжанин, Александр Легков и Илья Черноусов. Впервые в истории этой спортивной дисциплины весь мужской пьедестал заняли спортсмены из одной страны. О какой именно спортивной дисциплине идёт речь? *Ответ:*
8. Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке…*Ответ:*
9. Какую награду получал победитель олимпийских соревнований в Древней Греции? *Ответ:*
10. Каким видам спорта запрещено участвовать в Олимпийских играх? *Ответ:*
11. Страна, подарившая миру дзюдо. *Ответ:*
12. Древние Олимпийские игры были религиозным и спортивным праздником. Они отдавали хвалу богам и прекращали войны хотя бы на время их проведения. Победителей Игр почитали как героев. Как благодарили победителей? *Ответ:*
13. «Рюхи» - старинная славянская игра. Упоминание об этой игре можно найти и в сказках, и в старинных легендах, и в документах, относящихся к истории Древней Руси. В неё с увлечением играли Добрыня Никитич, Никита Кожемяка, Пётр 1. Суть игры в том, чтобы бросками бит выбить из площадки поочередно определенное количество различных фигур, составленных из 5 элементов. О какой игре идёт речь? *Ответ:*
14. Этому спортсмену сделали операцию по удалению межпозвоночного диска и вставили на его место полимер, а через год он стал олимпийским чемпионом Сочи в командных соревнованиях фигуристов. О каком спортсмене идёт речь? *Ответ:*
15. В каком виде спорта важен попутный ветер? *Ответ:*
16. Первая гонка, которую организовали пограничники на шведско-норвежской границе, отдалённо напоминала этот вид спорта, прошла ещё в 1767 году. Как вид спорта он появился в XIX веке в Норвегии в качестве упражнения для солдат. Соревнования военных патрулей были представлены на Олимпийских играх в 1924, 1928, 1936 и 1948 годах. О каком виде спорта идёт речь? *Ответ:*
17. В каких видах спорта нужна мишень? *Ответ:*
18. Назовите средства закаливания? *Ответ:*
19. Елена Исинбаева, самая знаменитая прыгунья с шестом, выбирала для прыжков шесты с разными обмотками: для начальной высоты — розовый цвет, для победной — голубой и для рекордной — золотистый. Чему равен мировой рекорд, установленный Еленой на открытом стадионе? *Ответ:*
20. Перечислите 10 известных спортсменов, олимпийцев России, вид спорта, в котором они достигли определённых успехов и побед. *Ответ:*

**Приложение 2**. Подпишите название (вид спорта) за 3 минуты.

Правильный ответ – 1 балл.

**Летние виды спорта**



**Зимние виды спорта**



**Приложение 3.**

**Ребусы о спорте**



