

О.В. Шевченко

ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНО-МИСТЕЦЬКИХ ЗАХОДІВ

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Abstract geometric lines in the bottom left corner, consisting of several parallel lines of varying lengths and angles, creating a sense of movement and depth.

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЦЕНРАЛЬНОУКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ВИННИЧЕНКА**

**КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ТА МЕДИКО-БІОЛОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН**

О.В. Шевченко

ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНО-МИСТЕЦЬКИХ ЗАХОДІВ

Методичні рекомендації

Кропивницький – 2026

УДК: 378.015.31:796 (075)

М

Шевченко О. В.

Організація і проведення спортивно-мистецьких заходів:
методичні рекомендації. Кропивницький: ЦДУ
ім. В. Винниченка, 2026. 131 с.

Рекомендовано до друку методичною радою
Центральноукраїнського державного університету
імені Володимира Винниченка
(протокол № 4 від 26 лютого 2026 року)

Рецензенти:

Лещенко Г.А. – доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри спортивних ігор та масових видів спорту
Центральноукраїнського державного університету імені
Володимира Винниченка

Маркова О. В. – кандидат педагогічних наук, доцент,
декан факультету спорту та фізичної культури
Центральноукраїнського державного університету імені
Володимира Винниченка

У методичних рекомендаціях розглянуті особливості організації і проведення спортивно-мистецьких заходів в закладах загальної середньої освіти. Представлений матеріал сприяє професійній підготовці студентів за спеціальністю А4 Середня освіта, предметної спеціальності А4.11 Середня освіта (Фізична культура), галузі знань А Освіта.

ЗМІСТ

1. Вступ.....	4
2. Визначення спортивно-масових заходів	5
3. Зміст спортивно-масових заходів і їх типи	10
4. Вікові особливості учнів при проведення заходів спортивної направленості	14
5. Організація спортивних заходів в закладах загальної середньої освіти	16
6. Хореографічне мистецтво як складова спортивно- мистецьких заходів	27
7. Методичні особливості проведення спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів	40
8. Методичні особливості проведення диспуту, ток-шоу виставки, конкурсу	50
9. Сценарії спортивно-мистецьких заходів.....	62

ВСТУП

Методичні рекомендації «Організація і проведення спортивно-мистецьких заходів» розкриває основні етапи підготовки і проведення спортивно-мистецьких заходів в закладах загальної середньої освіти.

Спортивно-мистецькі заходи в сучасній школі виховують у школярів такі цінні риси характеру, як витримка, наполегливість у подоланні перешкод і вміння опанувати себе в будь-якій ситуації, здатність гідно прийняти поразку, почуття відповідальності за спортивну честь свого колективу.

Інформація наведена в методичних рекомендаціях дає можливість майбутнім учителям фізичної культури підвищити рівень знань з особливостей проведення позакласних заходів, які стають незамінним помічником педагогу у формуванні здорового способу життя та соціальної активності школярів.

В закладах загальної середньої освіти можна організовувати різні спортивні змагання: класні, між окремими класами, загальношкільні, товариські зустрічі між школами з різних видів спорту, спортивні КВК, спортивні вечори, ігри-вікторини, диспути, ток-шоу, тематичні виставки тощо. Успіх проведення спортивно-мистецького заходу значною мірою залежить від підготовки та майстерності вчителя фізичної культури, який повинен володіти знаннями, уміннями і навичками в даній галузі, бути творчим, відданим своїй справі та праці, а також кваліфікованим фахівцем.

Видання складається теоретичних й практичних рекомендацій щодо організації спортивно-мистецьких заходів у закладі загальної середньої освіти, сценаріїв заходів для учнів різної вікової категорії, що сприятиме підвищенню рівня професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури.

ВИЗНАЧЕННЯ СПОРТИВНО-МАСОВИХ ЗАХОДІВ

Спортивно-мистецькі заходи – це події, які поєднують фізичну активність зі спортом та мистецтвом, створюючи унікальне поєднання руху, видовищності та естетичного втілення. Такі заходи можуть включати змагання з видів спорту, а також постановки, де спортсмени демонструють свої навички в артистичній формі.

Мета спортивно-мистецьких заходів:

1. Розвиток фізичних якостей (гнучкість, координація рухів, сила, витривалість, швидкість)

2. Виховання естетичного смаку (залучення до прекрасного, розвиток відчуття краси та гармонії).

Розвиток відчуття краси та гармонії полягає у формуванні здатності бачити та цінувати узгодженість, пропорційність та естетичну досконалість у природі, мистецтві та людському житті. Це досягається через занурення в естетичний досвід, вивчення мистецтва, спостереження за природою, розвиток емпатії та критичного мислення, а також формування власних етичних принципів.

Як розвинути відчуття краси та гармонії:

1) Занурення у мистецтво:

Відвідування музею, виставок, концертів: Спостерігайте за різними формами мистецтва, щоб зрозуміти, як митці використовують колір, форму, ритм та композицію для створення гармонійних образів.

Вивчення історії мистецтва: розуміння як естетичні стандарти змінювалися з часом і під впливом різних культур, що допоможе розширити ваше сприйняття краси.

2) Дослідження природи:

Спостереження за природними формами: звертаємо увагу на симетрію, пропорції, кольори та текстури у природі, що є джерелом естетичного задоволення.

Проводити час на природі: Прогулянки в парку чи лісі допомагають відчути зв'язок з природною гармонією та знизити рівень стресу.

3) Розвиток критичного мислення та емпатії (це здатність розуміти та відчувати емоційний стан іншої людини, ставити себе на її місце, що включає як емоційний відгук, так і когнітивне усвідомлення її переживань):

Аналіз власних емоцій: вміння розглядати, які об'єкти чи явища викликають у вас почуття радості, захвату чи спокою.

Вивчення філософії краси: ознайомлення з різними поглядами на красу, що допоможе вам сформувати власні критерії.

4) Формування етичних принципів:

Практикуйте любов і доброту: Філософія об'єднання пов'язує естетику з етикою, стверджуючи, що "істинна краса" може виникнути лише на основі "істинної любові", яка формує досконалий характер.

5) Створення власної гармонії:

Облаштовування простору навколо себе: звертаємо увагу на кольори, форми та порядок в оточенні, створюючи гармонійний та приємний простір.

Заняття творчістю: малювання, музика, література або інші види мистецтва допоможуть вам виразити власне розуміння краси та гармонії.

3. Формування духовного світу (сприяння гармонійному розвитку особистості, вихованню культури та цінностей).

Виховання культури та цінностей – це процес формування особистості через засвоєння знань, мови, норм, звичаїв, традицій, а також матеріальних і духовних здобутків людства. Цінності виступають фундаментом для формування активних, відповідальних та моральних громадян, а культура стає рушійною силою розвитку як особистості, так і суспільства загалом.

Засвоєння культури здійснюється за допомогою процесу навчання. Культура створюється, культурі навчаються. Оскільки культура не виникає біологічним шляхом, кожне покоління відтворює її і передає наступному поколінню. Цей процес є основою соціалізації. У результаті засвоєння

цінностей, вірувань, норм, правил та ідеалів відбувається формування особистості дитини, а потім і дорослої людини. Якби процес соціалізації припинився в масовому масштабі, це спричинило б загибель культури, а значить і загибель людства. Сьогодні культура й мова виявилися об'єднаними в царині духовних цінностей кожної людини й усього суспільства. Протягом усього історичного суспільства складалися різні парадигми освіти й виховання людини. Дані парадигми мають не тільки науково-педагогічну, але й загальнокультурну цінність, адже розвиток людини – це процес становлення та формування її особистості під впливом зовнішніх і внутрішніх, керованих і некерованих чинників, серед яких провідну роль відіграють: цілеспрямоване виховання та навчання.

4. Сприяння активному дозвіллю (надання можливості для корисного та цікавого проведення вільного часу).

Активне дозвілля (або активний відпочинок) – це форма проведення вільного часу, що включає фізичну активність, рух, заняття спортом чи туризмом, яка потребує роботи м'язів і всього тіла, на відміну від пасивного відпочинку (читання, перегляд фільмів). Воно покращує загальний стан здоров'я, зміцнює імунітет, активізує роботу мозку, підвищує життєвий тонус, працездатність та додає позитивні емоції.

Чим характеризується активне дозвілля:

Фізична активність: це не професійне заняття спортом, а добровільна рухова активність, що приносить задоволення та користь для тіла.

Заміна діяльності: активний відпочинок часто є зміною діяльності після певного навантаження, що допомагає відновити ресурси організму.

Користь для здоров'я: покращує роботу серцево-судинної та дихальної систем, зміцнює м'язи, підвищує витривалість та імунітет.

Психологічний ефект: сприяє зниженню психоемоційного напруження, покращує настрій, підвищує самооцінку та стресостійкість.

В нашій країні фізичне виховання громадян здійснюється за двома спрямуваннями: по державній лінії, де заняття фізичними вправами обов'язкові для всіх, і по лінії добровільно-самодіяльних занять фізичними вправами.

В тих структурних одиницях (або ланках) системи фізичного виховання, де проводяться обов'язкові заняття фізичними вправами, названі спрямування, як правило, поєднуються, хоч провідна роль зберігається за першим із них. До таких ланок відносяться і заклади загальної середньої освіти. В них добровільно-самодіяльні заняття фізичними вправами втілюються у вигляді позакласної роботи з фізичного виховання.

Завдання, особливості позакласної роботи і вимоги до її проведення

Завдання позакласної роботи значною мірою перегукуються із тими завданнями, що вирішуються на обов'язкових уроках фізичної культури, але тут є і своя специфіка. З урахуванням цієї специфіки їх можна сформулювати так:

1. Залучати якомога більшу кількість учнів до свого фізичного вдосконалення.
2. Виявляти схильності і здібності до занять окремими видами спорту.
3. Поглиблено оволодівати знаннями, що стосуються питань здорового способу життя і поліпшення фізичної підготовленості.
4. Готувати громадських інструкторів та суддів із видів спорту.
5. Сприяти духовному розвитку учнів, формуванню у них національних почуттів.

Вирішення цих завдань має свої особливості, які продиктовані тим, що в даному виді роботи будь-який примус недоречний. Можна виділити три таких особливості:

- позакласна робота здійснюється на добровільних засадах;

- позакласна робота будується на основі широкої активності самих школярів, об'єднаних в колектив фізичної культури.

Будь-яка, навіть найкраща ініціатива, залишається порожнім звуком, якщо не набуває певного організаційного оформлення.

Педагогічне керівництво позакласною роботою має не авторитарний, а більше інструктивно-методичний і консультативно-рекомендаційний характер з метою стимулювання творчої активності учнів.

Вимоги що визначають ефективність позакласної роботи з фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах такі:

1. Чітке управління організацією і проведенням позакласних занять з фізичної культури і спорту фахівцями, що відповідають лише за даний вид роботи.

2. Тісний зв'язок з навчальною роботою як в плані змісту так і в організаційно-методичному плані.

3. Доступність занять для широкого кола школярів, різноманітність їх форм.

4. Органічне включення позакласної роботи по фізичному вихованню в систему всієї позакласної роботи школи.

5. Максимальне використання і впорядкування ініціативи школярів, що стосується їх фізичного вдосконалення.

6. Використання допомоги батьківської громадськості і спонсорів в плані матеріально-технічного оснащення спортивної бази школи, організації позакласних занять, керівництва секціями, командами

Завдання організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи

Завдання організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи в школі, які вирішуються в процесі позакласної роботи, дуже різноманітні:

- створення умов для соціалізації особистості підлітка на ранній стадії його розвитку;

- пропаганда і утвердження здорового способу життя серед дітей і підлітків, їх батьків, педагогів школи;
- сприяння зміцненню здоров'я, загартовуванню і різнобічному фізичному розвитку школярів;
- організація змістовного, пізнавально-розважального відпочинку дітей і підлітків;
- виховання їх в дусі патріотизму, колективізму і дружби, вироблення високих морально-вольових якостей, підвищення дисципліни та організованості;
- широкий розвиток окремих видів спорту в школі і підвищення спортивно-технічних результатів учнів;
- здійснення моніторингу здоров'я дітей і підлітків і оцінка ефективності проведених заходів;
- підбиття підсумків навчально-тренувальної роботи, виконання спортивної класифікації, виявлення інтересів дітей до окремих видів спорту, залучення учнів до систематичних занять фізичними вправами, пропаганда та популяризація спорту.

ЗМІСТ СПОРТИВНО-МАСОВИХ ЗАХОДІВ І ЇХ ТИПИ

Спортивно-масові заходи – змагання, фестивалі і традиційні спортивні свята, що проводяться, один з найбільш ефективних шляхів залучення дітей до регулярних занять фізичною культурою і спортом.

До масових заходів належать громадсько-політичні, релігійні, спортивні, культурні, видовищні та інші події, що передбачають участь великої кількості громадян. Це можуть бути мітинги, демонстрації, фестивалі, концерти, спортивні змагання, виставки, а також заходи, пов'язані з відзначенням свят чи пам'ятних дат.

Масовими заходами можуть бути як спортивні змагання, так і культурно-мистецькі заходи, різноманітні видовищні форми – шоу, фестивалі, конкурси, телепередачі.

Масові заходи – це заходи громадсько-політичного, релігійного, спортивного, культурно-видовищного напрямків

за участю значної кількості громадян, що проводяться з нагоди відзначення свят, пам'ятних дат тощо.

Масові заходи мають давню історію. Свята Діонісії чи Олімпійські ігри були формами, які збирали чимало учасників ще у Стародавній Греції. Відомо, що в той час Олімпійські ігри об'єднували змагання з бігу, боротьби, кулачного бою, панкратіону, п'ятиборства та перегонів на колісницях.

Переможців ігор називали олімпіонаками, в останній день свята вони отримували вінки з гілук священної маслини, пальмову гілку та титул «царя-Геракла». Частина цих об'єктів стали символами й сучасних Олімпійських ігор, зокрема лаврова гілка. У середньовіччі поширюється практика проведення карнавалів. Одним з перших був карнавал у Венеції, який проводиться й зараз і має дев'ятсотрічну історію існування

Залучається спектр засобів для посилення впливу на глядачів: це світлове та кольорове оформлення, оздоблення різноманітних пересувних платформ та костюмів учасників чи акторів.

Відомими є бразильський карнавал у Ріо-де-Жанейро, Домініканський карнавал, Марді Гра.

У кожному масовому заході є свої правила організації та проведення.

Надзвичайно широко у культурно-видовищних масових заходах представлено творчий компонент. І ось тут вже обов'язково потрібні знання основ дизайну.

Дизайн – це художнє проектування предметного світу, головною рисою якого є функціональність. Дизайн масових заходів передбачає їхнє художнє оформлення із взаємним узгодженням різних компонентів, які використовуються у заході. Масові заходи можуть проходити у різних локаціях – як у приміщеннях, так і на свіжому повітрі.

Певні концерти, змагання, паради, різноманітні святкування, які відбуваються на відкритих просторах потребують залучення значної кількості технічного

обладнання, проте відкривають широкі можливості для втілення дизайнерських рішень.

Для проведення заходів монтується сцена, яка оформлюється дизайнерами. Виробляються банери, рекламні плакати. Власне активно застосовується весь спектр продукції, яка виробляється різними галузями дизайну. Використовується дрібна поліграфічна продукція, пов'язана із заходом – листівки, запрошення, квитки. Також може бути подарункова сувенірна продукція, призи.

Якщо це спортивна подія, то доречними є грамоти, медалі та кубки, які містять емблему заходу, спортивної організації.

Проведення масових заходів пов'язане зі створенням великої кількості різної продукції усіх сфер дизайну – промислового дизайну, веб-дизайну, поліграфічного дизайну, арт-дизайну.

Типи масових заходів:

Громадсько-політичні: мітинги, демонстрації, збори, конференції.

Спортивні: змагання, турніри, чемпіонати, фестивалі.

Культурні та видовищні: концерти, фестивалі, виставки, карнавали, кінопокази.

Релігійні: Богослужіння, хресні ходи, релігійні святкування.

Технічні: конкурси, змагання з технічних видів спорту (авіа-, судномодельного), кіберспорт.

Ключові характеристики масових заходів:

Велика кількість учасників: у заході бере участь значна кількість людей (громадян, туристів).

Громадський характер: ці заходи проводяться для широкого кола людей.

Різноманітність тематики: можуть мати будь-яку тематику – від політики до спорту та культури.

Проводяться з різних приводів: святкування свят, професійних дат, пам'ятних подій, або з ініціативи громадських об'єднань.

Таким чином, масові заходи – це будь-які події, що збирають велику аудиторію для спільних дій, відзначення подій або розваг.

В фізкультурно-спортивній сфері через різноманітність її організаційних форм максимально збалансовані і зближені суспільні інтереси. Вона сприяє довголіттю людини, згуртуванню сім'ї, формуванню здорового морально – психологічного клімату в різних соціально – демографічних групах, зниженню травматизму і захворюваності.

Здоров'я людини – національне багатство, яким людина володіє не тільки для себе, тому що без здоров'я не може бути ні високоякісної праці, ні радості, ні науково – технічного прогресу.

Пропаганда здорового способу життя – це форма профілактики розповсюдження наркотиків, алкоголізації дітей і підлітків, попередження бродяжництва і безконтрольності з боку батьків. Школа є універсальним середовищем формування нової якості життя, де здоров'я духовне, моральне і фізичне стає звичною формою проживання індивідууму. Саме навчальні заклади є тим місцем, де діти і підлітки проводять більшу частину свого активного часу і визначають їх подальшу долю. Специфіка процесу навчання полягає у великому і виховному потенціалі. І сучасному педагогу необхідно не тільки замітити глобальні зміни в суспільстві, але і зрозуміти його нові вимоги до випускників, що виходять в самостійне життя, для того, щоб мінімізувати їх труднощі в адаптації до дорослого життя. Там, де суперечності у відношенні до світу і до себе стають конфліктними, заглиблюються і загострюються, а не вирішуються, там виникають внутрішні передумови для відхилень в поведінці, а в подальшому - в формуванні негативних якостей. Депресивні переживання, нерозбірливість почуттів підлітків стають факторами особливої вразливості. Тому школа має можливість стати безпечним місцем, що захищає підлітків від негативних факторів, що впливають на їх розвиток і психосоціальне благополуччя; стати середовищем, що забезпечує

формування культури, відповідно нормам поведінки і здорового способу життя.

Позакласна спортивна та фізкультурно-оздоровча робота стає невід'ємною частиною педагогічного процесу, що направлений на виховання всебічно фізично та духовно розвинутої особистості. Цьому сприяє організація і проведення спортивно-масових заходів.

Школа має велику, неоціненну роль у фізичному вихованні підростаючого покоління. Через неї проходять діти, і від того, як вчитель зможе прищепити стійку любов до фізичної культури та спорту, залежить, наскільки міцними, здоровими і вольовими вступлять в доросле життя випускники школи.

Добре продумана система позакласної роботи багато в чому сприяє фізичному вихованню і розвитку спорту серед школярів. Щоб досягти масового охоплення учнів позакласною роботою, використовуються найрізноманітніші форми організації: спортивні змагання, фізкультурні свята, заняття в спортивних секціях тощо. Особливу увагу при проведенні цих заходів потрібно виділяти відповідності навчальному матеріалу, що вивчається на уроках, щоб поєднання навчальних і позакласних заходів сприяло вдосконаленню рухових навичок і вмінь дітей, сприяло зміцненню здоров'я, прищеплювало учням любов до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ УЧНІВ ПРИ ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДІВ СПОРТИВНОЇ НАПРАВЛЕНОСТІ

Проводячи спортивно-масові заходи, обов'язково враховуються особливості учнів.

Молодший шкільний вік (1-4 класи) характеризується достатнім розвитком серцево-судинної і дихальної систем. Це дозволяє проводити заходи зі значної інтенсивністю дій. Проте, незважаючи на більшу рухливість, діти швидко втомлюються, їх увага нестійка. Тому в ході заходів робляться

короткі перерви для відпочинку. У школярів в цьому віці наочно-образне мислення. Виходячи з цього, організовуються конкурси, естафети, свята на основі сюжетів казок. Оскільки координація рухів у дітей ще не досконала, в заходи включаються дії, що вимагають прояв точності рухів, відчуття часу і простору.

Слабкий розвиток м'язів (особливо черевного пресу і спини) не допускає використання вправ с активними єдиноборствами, з перенесенням і передачею одне одному важких предметів. Разом з тим не протипоказані короткочасні силові вправи (перетягування канату). У дітей в цьому віці починають активно формуватися навички суспільної поведінки, зацікавленість в спільних діях, вміння боротися за своє місце і загальний порядок в колективі. Проте у дітей ще слабо розвинута здатність до розумового аналізу, незважаючи на те, що багато з них вже вміють відповідально відноситись до своїх вчинків, приховувати переживання, проявляти почуття товариства.

Середній шкільний вік (5-6 класи) характеризується зростаючою стійкістю організму до прояву фізичних зусиль. Підвищуються функціональні можливості, зникають неекономні рухи, які вимагають затрати сил, що дозволяє дітям приймати участь в заходах з великою інтенсивністю і відносною тривалістю рухової діяльності. В цьому віці зміцнюється кістково-зв'язковий апарат, продовжує розвиватись м'язова система, формується і зміцнюється воля сфера, яскравіше проявляються такі якості, як сміливість, самостійність, рішучість та ініціатива. Разом з тим діти не завжди правильно розбираються, в якому співвідношенні знаходяться самостійність і дисциплінованість, активність і витримка, сміливість і обережність. В зв'язку з цим необхідно не допускати зайвого збудження і напруги.

Підлітковий вік (7-9 класи) характеризується інтенсивним розвитком і перебудовою всього організму. В заняттях фізичними вправами знаходять відображення багато особливостей цього перехідного віку, для якого

характерно перетворення хлопчика в юнака, дівчинки – в дівчину. Посилено зростає кісткова система (особливо трубчасті кістки), діти помітно додають у зрості. Серцево-судинна система добре пристосовується до тривалих рухових дій безперервного характеру. До 14–15 років закінчується розвиток рухового аналізатора, що сприяє покращенню координації, точності і економичності рухів. Фізіологічна перебудова організму ускладнює діяльність нервової системи, що нерідко виражається в порушенні рівноваженості, загостренні почуття самолюбства. Тому необхідно проявляти тактовність і витримку, поєднуючи ці якості з вимогливістю.

У старшокласників (10–11 класи) широко застосовую вправи воєнно-прикладного характеру, спортивні ігри (волейбол, футбол тощо), всі ігрові форми сюжетно-конфліктного характеру без дотику і з дотиком до суперників. Знання особливостей фізичного розвитку дітей дозволяє проводити спортивно-масові заходи на високому педагогічному рівні.

ОРГАНІЗАЦІЯ СПОРТИВНИХ ЗАХОДІВ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Існує досить багато форм позакласних занять, вони постійно видозмінюються наповнюються новим змістом, з'являються нові форми, а тому було б недоцільним прагнути до охоплення всього їх розмаїття, досить зупинитись на тих, які найбільш широко використовуються:

1. Гуртки фізичної культури. Вони об'єднують учнів 1–4-х класів. Основне завдання їх – залучити дітей цього віку до систематичних занять фізичною культурою, сприяти покращенню їх фізичної підготовленості. Заняття організуються, як правило, один-два рази на тиждень і тривалість кожного із них знаходиться в межах 45-60 хвилин. Проводить їх учитель фізичної культури або під його керівництвом громадський інструктор із числа

старшокласників, родичів, чи інших осіб, які мають певну підготовку і схильність до роботи з дітьми.

2. Групи загальної фізичної підготовки.

Створюються для учнів, які бажають систематично займатися фізичною культурою, підвищити свою фізичне підготовленість, а також для учнів, що віднесені за станом здоров'я до підготовчої медичної групи. Заняття проводяться два рази на тиждень і тривають в межах 60 хвилин. Проводити їх теж можуть представники громадськості, але під керівництвом учителя.

3. Спортивні секції. Створюються для учнів, які бажають займатися якимось видом спорту і які за станом здоров'я відносяться до основної медичне групи. Виключення із цього правила можуть стосуватися таких секцій як шахово - шашечна, настільного тенісу, бадмінтону. В них можуть, за дозволом лікаря, займатися і учні підготовчої групи.

При створенні секцій враховуються умови, що дозволяють забезпечити їх успішну роботу: наявність відповідної бази і осіб, яким можна було б довірити проведення занять. Загальне ж керівництво роботою секцій покладається на учителів фізичної культури. Заняття в секціях проводять не менше 2-3-х раз на тиждень і тривають вони 1–2 години. Окрім вправ загальної фізичної підготовки, на яку відводиться не менше половини запланованого часу, використовуються спеціально-підготовчі, допоміжні і змагальні вправи.

Хоч відвідування позакласних занять залежить виключно від бажання учнів, та було б нерозумно, плануючи позакласні заняття, покладатися лише на прагнення бажаючих. Бажаннями теж треба управляти. І для цього служать **агітаційно-пропагандистські заходи**, які є органічною складовою позакласної роботи.

Найчастіше вони набувають таких форм.

- Стіннівки: листівки-блискавки, що присвячуються підсумкам проведених змагань, участі команд і окремих спортсменів у відповідальних змаганнях; стінні газети з

відбірками статей періодичних видань: плакати, стенди фотовітрини, екрани здачі тестів фізичної підготовки і ін.

- Інформації (3-5 хв.) про майбутні фізкультурно-спортивні заходи чи про результати проведених. Вони здійснюються членами фізкультурного активу на лінійках, зборах, змаганнях, святах.

- Бесіда (10-15 хв.) про завдання і зміст фізкультурно-спортивної роботи на наступний період, про особливості занять фізичними вправами. Старші учні можуть розповідати про підбір спортивного інвентарю, про підтримання його в належному стані, про те, як розпочинати тренування, про техніку виконання тих чи інших вправ тощо. Такі розповіді можна проводити під час туристичних походів, екскурсій, прогулянок, на різних зборах.

- Лекції (в межах 30 хв.). Проводяться для середніх і. особливо, старших школярів. Тематика їх може бути самою різноманітною, але, зрозуміло, стосується питань фізичного вдосконалення, олімпійського виховання, здорового способу життя. Бажано до цієї роботи залучати відповідних фахівців вищих навчальних закладів, медичних працівників.

- Фізкультурний лекторій. Лекції і доповіді готують самі учні. Тематика лекторію складається за допомогою учителів фізичної культури і за допомогою інших учителів, наприклад, літератури, географії. Члени лекторію на кожний свій виступ отримують путівки, де робиться відмітка про якість виконаної роботи.

- Зустрічі з відомими спортсменами.

- Видовища: спортивні змагання, фізкультурно-спортивні свята, показові виступи.

Позакласні фізкультурно-спортивні заходи значною мірою втратили б свою привабливість, якби не супроводжувались змагальною практикою. Прагнення позмагатися, помірятися силами притаманна природі людини і особливо яскраво проявляється в дитячому, підлітковому та юнацькому віці. Воно додатково стимулюється тоді, коли учні, регулярно відвідуючи

позакласні форми занять і займаючись самотійно, відчують збільшення своїх фізичних потенцій.

В основі даного прагнення лежить підсвідома потреба в розвитку вітального розуму, бо змагальна практика, як відмічається, є не чим іншим як моделюванням самого життя з його постійною конкуренцією, змаганнями за місце під сонцем, за свою екологічну нішу, з його вічною грою, де постійно треба робити вибір між різними можливостями.

Окрім цього, в процесі проведення змагань вирішуються ще й такі завдання:

- виявлення найсильніших спортсменів і кращих команд школярів;
- забезпечення можливостей виконання норм і вимог спортивної класифікації;
- перевірка і об'єктивна оцінка якості роботи по фізичному вихованню в школі;
- сприяння пропаганді фізичної культури і спорту;
- сприяння духовному розвитку учнів, формуванню у них патріотичний почуттів.

Учбові змагання доцільно проводити, починаючи з першого класу постійно ускладнюючи їх і привчаючи школярів до дисциплінованої поведінки до чесного суперництва, формуючи уміння мобілізувати всі сили ні досягнення кращого результату.

Змагання на першість загальноосвітнього навчального закладу проводяться з найбільш масових видів спорту, в першу чергу з легкої атлетики спортивних і рухливих ігор, лижних гонок, гімнастики і, якщо є умови, з плавання. Для старшокласників доцільно також проводити змагання по військово-прикладних і технічних видах спорту при умові наявності в навчальному закладі відповідних гуртків чи секцій.

Незалежно від масштабу і виду змагань, незалежно від того, чи вони проводяться як окреме спортивне свято, чи є складовою більш крупного фізкультурно-спортивного святкового заходу, до них зокрема і до будь-яких фізкультурно-спортивних свят взагалі пред'являються єдині

методичні вимоги, що ґрунтуються на особливостях дитячої психології, нормах і правилах етики, дидактичних принципів, специфіці змагальної діяльності. Будь-який подібного роду захід треба проводити ґрунтовно, без поспіху, забезпечуючи його чітку організацію, видовищність, барвистість. Освітній, оздоровчий, а тим більше виховний і пропагандистський ефекти можливі при дотриманні ряду умов: відповідність програми заходу рівню технічної і фізичної підготовленості учасників; методично грамотна його організація; об'єктивність суддівства; вміле управління психоемоційним станом учасників і глядачів.

Досвідченими педагогами сформульовані такі чотири заповіді:

1. Ретельно готувати і організовувати кожний спортивний захід незалежно від масштабу, щоб учні і болільники отримали задоволення від причетності до нього;

2. До найдрібніших деталей продумувати хід подій, весь сценарій, від всеохоплюючого і точного інструктажу суддівської колегії до розмітки майданчика і його видовищного оформлення;

3. Оперативно визначати переможців і призерів і вручати їм нагороди зразу ж після змагань в присутності глядачів;

4. Перед кожним спортивним заходом надавати інформацію про день і місце його проведення, а після – підсумки особистої і командної першості.

В залежності від виховних задач і змісту масові дитячі ***свята поділяються на декілька груп:***

1. Суспільно-політичні, які виховують ідейно-політичні і моральні якості (пов'язані з суспільними святами – День незалежності, конституції та ін.).

2. Бойової слави, які виховують військово-патріотичні якості (День Перемоги, Захисника Вітчизни, днів видів військ: авіації, артилерії та ін.).

3. Професійні, які сприяють трудовому і моральному вихованню (День шахтаря, бухгалтера, будівельника, металурга та ін.)

4. Художньо-творчі (присвячені театру, музиці, поезії, літературі, кіно та ін.).

5. Масові фізкультурні свята, які сприяють пропаганді фізичної культури і спорту, допомагають вирішувати задачі фізичного і естетичного виховання

6. Свята відповідно часу року, які сприяють вихованню любові до природи, праці (Свято зустрічі весни, День лісу, свято врожаю, Нового року).

В зв'язку з цим можливе таке зауваження: оскільки духовність найбільш повно втілюється в тій релігії, яку сповідує народ, то чи немає тут певної натяжки, який зв'язок між військовою, громадською героїкою, героїкою трудових буднів і релігією? Зв'язок самий безпосередній. В народі, який розвивається самобутньо, плекає свою рідну духовність, військові, громадські, трудові подвиги і інші досягнення, що прославляють Вітчизну і сприяють її поступу, стають і релігійними святощами.

У школі можна організувати різні за характером спортивні змагання внутрішньо класні, між окремими класами, загальношкільні. Під час вибору форми і характеру змагання враховують насамперед умови школи (кількість та контингент учнів, наявність спортивної бази, кліматичні умови та ін.). Популярні в школах дні бігуна, стрибун, метальника, плавця, внутрішньо класні спартакіади, до програми яких можуть входити легкоатлетичні вправи (біг, метання, стрибки), а також спортивні ігри.

Організація й проведення масових спортивних свят у школі – цікава, але й копітка справа, що потребує доброї підготовки. І з цим справді важливим завданням колективам фізичної культури справитись важко без активної допомоги адміністрації, профспілкової організації школи.

Як правило, спортивні свята вносять до річного плану фізкультурно-масової роботи школи. Досвід свідчить, що в кожній школі протягом навчального року можна добре підготувати й провести 3–4 великих загальношкільних свят. Такі свята краще проводити у вихідні, святкові дні або під час канікул. Скажімо, в I чверті учні змагаються з

легкоатлетичного кросу (свято «Золота осінь»), в III – з лижної підготовки (свято «Старти зими»), в IV – з легкоатлетичного багатоборства (свято «Спортивна весна»), а влітку – з плавання (свято Нептуна).

Це сприятиме кращому засвоєнню навчального матеріалу з фізичної культури, передбаченого шкільною програмою. Спортивне свято стане не тільки оглядом стану фізкультурно-оздоровчої роботи, а й своєрідною перевіркою засвоєння навчальної програми.

Турбота про розвиток фізичної культури і спорту серед школярів - сама важлива функція, стратегічна задача виховної навчальної лінії школи, що забезпечує введення в життя гуманістичних ідеалів, цінностей і норм, відкриває широкий простір для виявлення здібностей учнів, задоволення їх інтересів і потреб, активізації людського фактору.

В фізкультурно-спортивній сфері через різноманітність її організаційних форм максимально збалансовані і зближені суспільні інтереси. Вона сприяє довголіттю людини, згуртуванню сім'ї, формуванню здорового морально – психологічного клімату в різних соціально – демографічних групах, зниженню травматизму і захворюваності.

Здоров'я людини – національне багатство, яким людина володіє не тільки для себе, тому що без здоров'я не може бути ні високоякісної праці, ні радості, ні науково – технічного прогресу.

Пропаганда здорового способу життя – це форма профілактики розповсюдження наркотиків, алкоголізації дітей і підлітків, попередження бродяжництва і безконтрольності з боку батьків. Школа є універсальним середовищем формування нової якості життя, де здоров'я духовне, моральне і фізичне стає звичною формою проживання індивідууму. Саме навчальні заклади є тим місцем, де діти і підлітки проводять більшу частину свого активного часу і визначають їх подальшу долю. Специфіка процесу навчання полягає у великому і виховному потенціалі. І сучасному педагогу необхідно не тільки

замітити глобальні зміни в суспільстві, але і зрозуміти його нові вимоги до випускників, що виходять в самостійне життя, для того, щоб мінімізувати їх труднощі в адаптації до дорослого життя. Там, де суперечності у відношенні до світу і до себе стають конфліктними, заглиблюються і загострюються, а не вирішуються, там виникають внутрішні передумови для відхилень в поведінці, а в подальшому - в формуванні негативних якостей. Депресивні переживання, нерозбірливість почуттів підлітків стають факторами особливої вразливості. Тому школа має можливість стати безпечним місцем, що захищає підлітків від негативних факторів, що впливають на їх розвиток і психосоціальне благополуччя; стати середовищем, що забезпечує формування культури, відповідно нормам поведінки і здорового способу життя.

Позакласна спортивна та фізкультурно-оздоровча робота стає невід'ємною частиною педагогічного процесу, що направлений на виховання всебічно фізично та духовно розвинутої особистості. Цьому сприяє організація і проведення спортивно-масових заходів.

Задачі організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи в школі, які вирішуються в процесі позакласної роботи, дуже різноманітні:

- створення умов для соціалізації особистості підлітка на ранній стадії його розвитку;
- пропаганда і утвердження здорового способу життя серед дітей і підлітків, їх батьків, педагогів школи;
- сприяння зміцненню здоров'я, загартовуванню і різнобічному фізичному розвитку школярів;
- організація змістовного, пізнавально-розважального відпочинку дітей і підлітків;
- виховання їх в дусі патріотизму, колективізму і дружби, вироблення високих морально-вольових якостей, підвищення дисципліни та організованості;
- широкий розвиток окремих видів спорту в закладі загальної середньої освіти підвищення спортивно-технічних результатів учнів;

- здійснення моніторингу здоров'я дітей і підлітків і оцінка ефективності проведених заходів;

- підбиття підсумків навчально-тренувальної роботи, виконання спортивної класифікації, виявлення інтересів дітей до окремих видів спорту, залучення учнів до систематичних занять фізичними вправами, пропаганда та популяризація спорту.

Школа має велику, неоціненну роль у фізичному вихованні підростаючого покоління. Через неї проходять діти, і від того, як вчитель зможе прищепити стійку любов до фізичної культури та спорту, залежить, наскільки міцними, здоровими і вольовими вступлять в доросле життя випускники школи.

Добре продумана система позакласної роботи багато в чому сприяє фізичному вихованню і розвитку спорту серед школярів. Щоб досягти масового охоплення учнів позакласною роботою, використовуються найрізноманітніші форми організації: спортивні змагання, фізкультурні свята, заняття в спортивних секціях тощо. Особливу увагу при проведенні цих заходів потрібно виділяти відповідності навчальному матеріалу, що вивчається на уроках, щоб поєднання навчальних і позакласних заходів сприяло вдосконаленню рухових навичок і вмінь дітей, сприяло зміцненню здоров'я, прищеплювало учням любов до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

Зміст організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи

Під фізкультурно-оздоровчою роботою мається на увазі система дій, які направлені на розвиток особистісних ресурсів, формування позитивних стійких до стресу форм поведінки, установок на здоровий спосіб життя у школярів.

Під спортивно-масовою роботою мається на увазі залучення школярів до організованої спортивної зайнятості і участі в спортивно-масових заходах різного рівня. В той же час вказані види діяльності передбачають сукупність соціальних, правових і педагогічних мір по виявленню і усуненню причин і умов соціально обумовлених відхилень в

поведінці неповнолітніх, і передбачає індивідуальну роботу з дітьми «групи ризику», що перебувають на обліку всіх видів.

Педагогічні зусилля школи сконцентровані на організації роботи, яка направлена на формування у молодого покоління орієнтації на здоровий образ життя, створення єдиного соціокультурного простору на території школи. Перед кожним вчителем фізичного виховання виникає питання : як організувати діяльність учнів на уроці, щоб дати кожному учню оптимальне навантаження з врахуванням його підготовленості, групи здоров'я? Як розвивати інтерес учнів до занять фізичними вправами, потребу в здоровому способі життя, враховуючи появу більш сильніших інтересів в житті школярів? Як зробити заняття фізичними вправами і спортом більш цікавими для всіх дітей? Як зробити, щоб заняття фізичними вправами і спортом впливали на учнів, стимулюючи їх свідомий саморозвиток, самовдосконалення, самореалізацію. Тому ця проблема актуальна як для педагогічної науки, так і для практики.

Нова мета виховання висуває на перший план індивідуальний гуманістичний підхід до особистості дитини. Однією з задач є розстановка акцентів в навчально-виховному процесі на необхідності збереження і підтримки здоров'я в будь-якому віці і психолого-педагогічних технологіях формування активного психологічного захисту, ціннісного відношення до здоров'я, індивідуальної стійкості до життя.

Умови розробки і реалізації концепції організації заходів

Умовами розробки і реалізації концепції як цілісної системи пропаганди здорового життєвого стилю серед школярів є:

- соціально-економічне і правове забезпечення державної системи пропаганди здорового образу життя і досвіду роботи системи освіти міста та району;

- етапність шкільної системи по формуванню здорового образу життя з чітким визначенням стратегічних і тактичних цілей кожного етапу;

- узагальнення і рефлексія напрацьованого в школі досвіду роботи.

- моніторинг здоров'я школярів на кожному етапі становлення і функціонування системи.

Головним організаційно-управлінським механізмом реалізації концепції організації спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи в школі є програмно-цільовий підхід до формування політики оздоровлення шкільного населення.

Види організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи в школі

Нова українська школа забезпечує охорону здоров'я учнів, яка включає в себе пропаганду і навчання навичкам здорового способу життя, організацію оздоровлення, створення умов для занять фізичною культурою і спортом, організацію не тільки уроків фізичної культури, але і організацію фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходів з акцентом на вирішення оздоровчих завдань, не порушуючи при цьому навчального процесу.

Всі шкільні, районні заходи плануються рівномірно протягом навчального року і проводяться в позаурочний час, а також під час осінніх, зимових і весняних канікул у формі фізкультурних свят, Днів здоров'я і спорту, спортивних змагань, туристичних заходів, фестивалів. При проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів і спортивних змагань використовується національна символіка і атрибутика. На протязі навчального року в школі проводяться наступні фізкультурно-оздоровчі і спортивно-масові заходи із школярами:

1. Змагання по видах спорту круглорічної спартакіади (наприклад, осінній крос «Золота осінь», волейбол, міні-футбол, баскетбол, турніри з шахів тощо).

2. Дні здоров'я (весняні і осінні), День гімнастики, рицарський турнір («Сильні, сміливі, спритні», «Нумо

козаки», «Нумо дівчата», «Самий спортивний клас», «Сильному роду нема переводу», «Новорічний квест»).

3. Фізкультурні свята: «Тато, мати, я – спортивна сім'я», «Веселі козачата», «Козацькі перегони», «Ми – майбутнє України», «Олімпійське лелечення», «Захисник Вітчизни», «Веселі старти», «Олімпійські надії», «Спортивна зміна», «Фізкультурник України», «Вас викликає Спортландія», «Я, ти, він, вона-разом ми міцна сім'я», «Знаю і вмію» (до Дня захисту дітей), «Юні туристи-екологи».

4. Участь в шкільних лігах по ігровим видах спорту. Підготовка та участь збірних команд школи до участі в районних змаганнях.

Особливе місце серед фізкультурно-оздоровчих заходів в школі відводиться Дням здоров'я, спорту і туризму. Ці заходи являються активною формою відпочинку і сприяють зниженню втомлюваності, протидіють захворюваності і покращують працездатність учнів. Крім цього, вони сприяють зміцненню здоров'я учнів, формуванню в них життєво необхідних рухових навичок та вмінь, виховують свідому дисципліну, працелюбність, формують основи здорового способу життя. Однією із задач Днів здоров'я, спорту і туризму являється досягнення максимального оздоровчого ефекту.

ХОРЕОГРАФІЧНЕ МИСТЕЦТВО ЯК СКЛADOVA СПОРТИВНО-МИСТЕЦЬКИХ ЗАХОДІВ

Мистецькі заходи у фізичному вихованні – це поєднання мистецтва та рухової активності з метою гармонійного розвитку особистості. Вони не лише урізноманітнюють процес фізичного виховання, а й сприяють розвитку естетичного смаку, креативності та емоційної виразності.

Що таке мистецькі заходи у фізичному вихованні – це спеціально організовані заходи, що поєднують рухову активність із мистецькими елементами (хореографічні

постановки, театралізовані фізкультурні свята, показові виступи з елементами гімнастики та музики, спортивно-мистецькі конкурси та фестивалі, інсценізації спортивних сюжетів).

Отже, хореографічне мистецтво є важливою складовою фізичного виховання, оскільки воно розвиває фізичні здібності, координацію, гнучкість, відчуття ритму, а також сприяє естетичному та духовному вихованню особистості через вираження емоцій та формування позитивного ставлення до прекрасного. Заняття хореографією не лише зміцнюють тіло, а й формують характер, вчать довіряти власному тілу та проявляти емоції через рух.

Роль хореографічного мистецтва у соціальному житті

Хореографічне мистецтво з кожним роком набуває все більшої популярності, культура танцю стає чинником всебічного формування особистості. Не існує людей, які не вміють танцювати, адже ще з давніх часів танець є основною складовою суспільства. Він допомагав і допомагає комунікувати людям, весело проводити час разом, має властивість психологічного, духовного і фізичного розвитку, гармонійності особистості. Бо танець має здатність втілювати, зберігати і відтворювати духовні цінності суспільного надбання. Обрядові, побутові, тотемні чи релігійні види танців відомі нам, в яких кожної історичної доби хореографи вносили свій внесок у формування балетмейстерського мистецтва, уточнюючи, розвиваючи та розширюючи досвід попередників. У танці прояв душі людини породжує умовний тілесний зв'язок – символ, жест. Саме вони стають у культурному середовищі засобами передачі інформації. Культура і традиції створили національну мову спілкування. Танець допомагає людям розвивати свою організованість, відповідальність, зібраність і пунктуальність. Зараз відомо, що однією з причин сучасної кризи у світі в усіх сферах діяльності, це низький рівень культури та освіти. Наразі важливо розуміти, щоб

покращити ситуацію, потрібні зміни соціальних відносин для підвищення рівня освіти культури.

Хореографія – це не просто мистецтво руху, а й важливий засіб самовираження та дослідження людської природи. Сучасні танцювальні напрямки активно поєднують різні стилі, включаючи контемпорарі, хіп-хоп, джаз, експериментальні й перформативні жанри. Хореографія досліджує теми соціальної справедливості, гендеру, ідентичності, війни та миру. Інтерактивні танцювальні інсталяції та співпраця з візуальними медіа створюють нові простори для вираження, де тіло стає інструментом для розповіді історій, ідей і культурних досліджень.

Хореографія давно стала не лише мистецтвом для вираження естетичних ідей, але й потужним інструментом соціальних змін. Через танець люди можуть висловлювати важливі соціальні проблеми, звертати увагу на нерівність, дискримінацію та боротьбу за права. Наприклад, у ХХ столітті хореографи, такі як Марта Грем та Алвін Ейлі, використовували свої постановки для обговорення питань жіночих прав, расової нерівності та свободи самовираження.

Танцювальні колективи часто беруть участь у благодійних заходах, танцювальних марафонах і акціях на підтримку соціально важливих проєктів. Сучасні хореографічні постановки часто звертаються до тем екології, соціальної справедливості, еміграції та прав людини. Танцювальні флешмоби та соціальні ініціативи, в яких задіяні як професійні танцівники, так і аматори, привертають увагу широкої аудиторії до важливих суспільних питань.

Таким чином, хореографія стає засобом не лише для естетичного задоволення, але й для соціальної дії, допомагаючи формувати свідомість людей і змінювати світ навколо.

Не важливо, танцюєш ти у своїй вітальні чи у балетному класі. Важливо, що танці можуть допомогти тобі позбутися стресу й підняти настрій. Доведено експертами! Танець з'явився на світ разом з людиною. Ці рухи в такт ритму серця

допомагають нам виражати емоції та розповідати про свої почуття. Секс і пристрасть у самбі та тверку, ніжність у румбі, грайливість та драйв у джайві, пристрасть у пасадоблі, вихваляння у брейкдансі, войовничість у гопаку та навіть цілі історії народу у фламенко – танець може все. Він допоможе тобі надбати гарну фізичну форму, навчить краще відчувати тіло та простір навколо й обов'язково підніме настрій. А ще ти можеш танцювати будь-де та будь-коли, й тобі не обов'язково потрібен партнер. Окрім рухів і музики, танці пропонують багато переваг для психічного здоров'я та роботи мозку, тож сьогодні звернемо увагу саме на це.

Розглянемо популярні види і стилі танців, які віднесені до сучасної хореографії і мають велике значення в забезпеченні спортивномистецьких заходів.

Танець – мистецтво самовираження, можливість відчувати гармонію між тілом і душею. У танці можна імпровізувати, творити і отримувати задоволення від руху. І звичайно, це спосіб підтримувати себе у відмінній фізичній формі. Сучасна хореографія дуже різноманітна – від простих повторюваних па до технічно складних рухів в кардіо темпі, що вимагають спеціальної підготовки.

Класичний балет – зародився ще в XVI столітті, як хореографічні мініатюри в оперних виступах. Пізніше став самостійним видом сценічного мистецтва. Основний виразний засіб балету – класичний танець. Це ціла система геометрично чітких, вивірених рухів, дотримання позицій рук, ніг, корпусу. Балетна постановка – ні що інше, як театральний спектакль з певним сюжетом, вираженим за допомогою хореографії. Значення мають не тільки танцювальні па, а й пантоміма, якою виконавці передають емоції своїх героїв.

Джаз-модерн – стиль танцю родом з Німеччини і США XX століття став спробою відмовитися від канонічних балетних рухів. У ньому змішана балетна класика, джазова імпровізація і сучасна на той момент вулична хореографія, використовуються зовсім інші ритми і теми для постановок.

Контемпорарі, або сучасний сценічний танець, також бере початок з заперечення класичних балетних канонів. Це пошук нових способів висловити думки і емоції в танці. Контемп привніс в танець східні буддійські мотиви. Крім рухів, деякі техніки побудовані також на диханні і роботі зі свідомістю. Йому властива «робота на підлозі», часто виконавці танцюють босоніж.

Джаз – цей стиль сучасного танцю є результатом злиття європейської і африканської культур. Розвивався паралельно з музикою 20-х–40-х років ХХ століття. В основі – імпровізація, почуття ритму і висока майстерність танцюриста. Джаз включає в себе широкий діапазон танцювальних стилів.

Кекуок – можна побачити тільки в театральних постановках або фільмах, але на початку ХХ століття це був абсолютний прорив. Цей афроамериканський танець став прабатьком всіх джазових напрямків в хореографії. Англійською танець називається «sake walk» – «прогулянка за пирогом», що пов'язують зі звичаєм нагороджувати найкращих танцюристів пирогом.

Бугі Вугі – під час Другої світової війни на території Європи знаходилося багато американських солдатів, які привезли з собою свої звичаї і культуру. Бугі-вугі виник на основі лінді-хопу і виконувався сольо або в парі під рок-н-рол. До сих пір перший популярніший в Європі, а другий в США.

Чечітка або степ – у перекладі з англійської «step» означає «крок». Чечітка є танець, заснований на вистукуванні ритму черевиками. Якщо засновники чечітки стукали об дубову підлогу твердою підошвою, то сучасні черевики для степену мають металевий носок і п'ятку на підборах для більш дзвінкого звуку.

Чарльстон – цей танець виконували дівчата, висміюючи прихильників «сухого» закону в США. Маючи афроамериканське коріння, чарльстон виконувався під модний на той час джаз. Танець вважався аморальним, поки його не показали на Бродвеї, де він заслужив масу

шанувальників, і танцювальну лихоманку вже було не зупинити.

Лінді-хоп – лінді-хоп розвивався з джазовою музикою. Темношкірі музиканти колесили на автобусах з штату в штат, підриваючи танцполи. Шанувальники вже не могли танцювати, як раніше, ритми і темп були зовсім не ті. Таким чином в сухий степ додалися рухи африканських народних танців, які повністю відповідали вільному і розкріпаченому духу свінгових танців.

У більшості спортивно – мистецьких заходах застосовуються народні танці світу:

Український гопак – войовничий танець запорізьких козаків з безліччю складних стрибків, присідань, махів ногами і вертінням. Спочатку гопак виконувався виключно чоловіками. Козаки ставали в коло, в центрі якого двоє побратимів змагалися в танці, демонструючи швидкість, спритність і гнучкість. Уже пізніше з'явилися і жіночі партії, але солістами є тільки чоловіки. Своєю популярністю до цього дня гопак завдячує ансамблю Павла Вірського.

Ірландські танці – популярна кельтська джигга, швидкий ріл і хорнпайп з елементами чечітки – різновиди, які найбільш часто використовуються в сучасних ірландських постановках. У 90-х народні танці Ірландії просто підірвали світ хореографії завдяки шоу Riverdance. Їм властива безліч дрібних рухів ногами, в той час, як руки часто вільно опущені вниз. Найбільш видовищно виглядають виступи за участю десятків танцюристів, що рухаються синхронно.

Гавайські танці – стародавній танець остров'ян, екзотична гавайська хула отримала широку популярність у всьому світі. За допомогою танцю гавайці висловлюють любов до всього живого, кожен рух несе свій особливий сенс. Цей танець має оздоровчий і гармонізуючий ефект, сприяє зміцненню постави, розвитку гнучкості, поліпшенню стану суглобів, м'язів і зв'язок.

Грузинські танці – об'єднують в собі народні танці різних регіонів Грузії. Найчастіше грузинські танці виконуються

чоловіками у вигляді змагання або парами під романтичну мелодію, а постановки мають свій класичний сценарій. Найпопулярніші серед грузинських танців – Перхулі і Хорумі – занесені в список нематеріальної культурної спадщини Грузії. Сучасний грузинський танець можна побачити у виконанні гастролуючих по всьому світу труп, найвідоміша з яких – балет Сухішвілі.

Іспанське фламенко – фламенко народився на півдні Іспанії, з'єднавши в собі мавританський, циганський і європейський стилі музики і танцю. Фламенко виконують дівчата й жінки різного віку, одягнені в довгі іспанські спідниці. Найчастіше сольо під акомпанемент гітари і кастаньєт, на яких грають чоловіки. Для фламенко характерні вистукування ритму каблуками і своєрідні, чаруючі рухи рук, особливо кистей.

Бразильська капоейра – капоейра виникла як бойове мистецтво з елементами танцю, але поступово перебрався зі спортивних залів і пляжів на танцювальні майданчики. Багато амплітудних рухів, трюків і махів ногами, що нагадують удари і підсічки, основа цього виду бразильського мистецтва.

Індійська Натья – це театральне дійство з певним сюжетом, що виникло ще в Стародавній Індії. Вважається, що це музично-хореографічне мистецтво несе ритуальний характер і лежить в основі мало не всієї культури індійського народу. Величезне значення мають костюми, гра очима, повороти голови і рухи руками.

Польський краков'як – народний танець виник в околицях Кракова. Спочатку виконувався лише чоловіками, а пізніше парами. У XIX столітті перебрався з народних ярмарків і свят в королівські палаци, а пізніше на балетну сцену. Танець швидкий і завзятий з безліччю підскоків і поворотів.

Бальні танці – це не ті, які танцюють на балах, а скоріше спортивні бальні танці. Танцювальні змагання включають дві програми: європейську і латиноамериканську. Серйозно займатися бальними танцями потрібно починати з раннього

дитинства. Європейська програма включає парні танці, які виникли і були популярні на балах і вечірках в країнах Європи. На змаганнях зі спортивно-бальних танців існує строгий дрес-код: дівчата в довгих бальних сукнях, хлопці – в смокінгах спеціального крою.

Найвідоміший серед парних танців, знайомий багатьом ще зі шкільних випускних – *вальс*. Танець з трьох па, які виконуються в кожен частку такту. В обов'язковій програмі спортивних бальних танців існує повільний і швидкий віденський вальс.

Танго – танець, який має аргентинське походження, широка популярність прийшла до нього у Франції. У європейському виді свої правила виконання, тоді як аргентинське танго – суцільна імпровізація. Відрізняється і музика – у змагальних танцях відсутні барабани. Але головна риса латиноамериканського танго від бального – пристрасть і соціальна спрямованість, які й принесли йому всесвітнє вподобання.

Найскладніший танець європейської програми – *фокстрот*. Виник в США на початку 20 століття, але з гастролерами перебрався на європейський континент. Плавні рухи партнерів і ковзаючі по підлозі кроки створюють враження повного єднання пари.

В результаті того, що на змаганнях деякі музиканти занадто прискорювали мелодію для фокстроту – виник *квікстеп*. У підсумку організаторам довелося поставити обмеження на темп фокстроту, а новий швидкий танець, що вже утворився, іменувати квікстепом (в перекладі з англійської «швидкий крок»). Квікстеп – легкий завзятий танець з безліччю різноманітних кроків і підплигувань, запозичених з інших стилів, виконуваний в дуже швидкому темпі.

З усього розмаїття *латинських танців* спортивні змагання включають тільки п'ять різновидів. Але ще кілька популярних латинських танців, які рекомендовано розучувати удвох.

Завдяки щорічному бразильському карнавалу став популярним танець – *самба*, на якому змагаються численні школи самби. Один з різновидів цього національного бразильського танцю увійшла в програму бальних танців. Музиці властиві сінком, поліритмія і перехресні ритми.

Найпопулярніший серед танців Карибського басейну є танець – *ча-ча-ча*. Відрізняється чітким ритмом, що свого часу привернуло увагу французького хореографа П'єра Лавель, який і привіз *ча-ча-ча* в Європу. Спочатку танці *ча-ча-ча* і дансона не відрізнялися, але пізніше музика для *ча-ча-ча* прискорилося і народився новий танець, а дансона, навпаки сповільнилася, породивши новий напрямок танців – *румбу*, який найповільніший з танців латиноамериканської програми родом з бідних кварталів Куби. Цей напрямок вважається танцем рабів, в якому вони всіляко намагалися проявити свою свободу. Танцювальній техніці властиві широкі кроки і плавні еротичні рухи.

Іспанський танець, що імітує кориду (бій з биком) – *пасадобль*. Партнер зображує тореадора, а партнерка мулету – червону тканину в його руках. Досить жорсткий танець з виразними рухами, в якому чітко фіксується голова виконавців, а корпус постійно напружений.

Танець афро-американського походження, що виник в США – *джайв*. Виконується завжди останнім в обов'язковій програмі змагань, оскільки дуже швидкий і вимагає від танцюристів крім майстерності хорошої витривалості. Основні рухи ногами крок-приставка-крок з боку в бік. Вага тіла завжди попереду і постійно переноситься з боку в бік.

Якщо перші п'ять танців давно виконуються в спортивно-бальній програмі, то *бачата* ніякого відношення до цих змагань не має. Зародившись в Домінікані, вона стала відомою в наших краях не так давно, але стрімко заслужила популярність. Основні рухи ногами – чотири кроки на кожен такт з акцентом на останньому, найчастіше в цей момент піднімається і опускається стегно. Головна особливість бачати – якась інтимність, адже партнери знаходяться дуже близько один до одного.

У *сальсі* змішалися мало не всі види латиноамериканських танців. По суті спочатку це була чиста імпровізація, яка завдяки характерній мелодії з часом почала набувати унікальні риси. У танці верхня частина корпусу практично нерухома, акцент робиться на талію, стегна і ноги.

Серед танців, які виконувалися в королівських палацах з епохи Відродження, популярним залишився тільки вальс. Тільки він входить до європейської програми танцювальних змагань. Однак, сьогодні існує безліч клубів за інтересами, які займаються історичною реконструкцією. Часто саме в таких організаціях можна вивчити подібні танці і відчутти себе персонажем історичного фільму.

Полонез – парний танець, заснований на поклонах чоловіків і реверансах жінок. Як правило, полонез відкривав королівські бали.

Англез був популярний по всій Європі від англійських палаців до Петербурга. У танці чоловіки переходили від партнерки до партнерки, передбачався якийсь елемент залицання кавалерів за дамами.

Менует – досить складний повільний і тривалий парний танець з безліччю комбінацій і зв'язок. Як правило, його танцювали спочатку балу.

Гросфатер – веселий, завзятий і рухливий танець слідував після мінуета. Пари хаотично пересувалися по залу і навіть за його межі, виконуючи нескладні обов'язкові рухи.

Полька – обов'язковий танець на балу, що походить від народних танців центральної Європи. Польку танцюють в швидкому темпі, ледь встигаючи перебирати ногами кроки. Припускають, що навіть назва танцю походить від чеського слова «*půlka*» – «півкроку».

Угорка – базові рухи для цього танцю були взяті з угорського танцю чардаш. Її також називають «циганський танець». Угорка, як і польський краков'як входила в доповнену програму балу.

Кадриль – танець передбачав безліч па і переходів і ділився на кілька частин, між якими була перерва, щоб пари могли відпочити.

Мазурка – найважливіший танець на балу, на який дам запрошували заздалегідь, і до моменту танцю все пари вже були сформовані. Після виконання швидкої мазурки з безліччю махів ногами і подскоков кавалери проводили дам до столу і становили їм компанію за вечерею.

Падекатр – парний танець, що складається з вальсових рухів і ковзаючих кроків. Падекатр мав свою постановку і не входив в обов'язкові танці на балу. Пізніше цей термін запозичили в балет, позначивши танець чотирьох виконавців.

Гавот – помірний легкий танець, який стався від французьких народних танців. У першій частині кавалер підтримує даму за талію і пари йдуть ланцюжком по колу виконуючи руху синхронно: кроки, повороти, поклони. Друга частина, як правило, вальсуюча.

Котильйон – невимушений веселий танець, в якому пари базікали і жартували одне над одним. Котильйон виконувався в завершенні балу, після чого кавалери зобов'язані були проводити дам додому або в інше місце, куди ті забажають.

Значної актуальності набули *танці вулиць (Street dance)*:

Хіп хоп – виник з однойменним стилем музики і змішав в собі всі вуличні танці, які існували на той момент. Це був танець свободи в якому молоді люди могли висловлювати себе, розповідати свої історії. Кожне покоління танцюристів, кожна школа привносять в техніку танцю свою стилістику і родзинку. Ось чому можливості цього танцювального напрямку практично безмежні.

Крамп – стиль з'явився в неблагополучних районах американських міст серед темношкірого населення, як альтернатива вуличного насильства. Замість бійок підлітки і молоді люди почали влаштовувати танцювальні батли, на яких могли випустити накопичену негативну енергію. Особливість крампа в тому, що під час танцю все тіло

максимально напружене, а виконавець робить різкі рвучкі рухи руками, ногами, головою і корпусом. Що природно, крамп більш популярний серед хлопців.

Брейк данс – танець виник на вулицях США в 70-х. Рухи «в підлогу» плавно переросли в рухи «на підлозі». Брейк поєднує в собі елементи латиноамериканських танців, в тому числі капоейри, а також бойові мистецтва і гімнастичні трюки.

Джаз фанк – у цьому стилі домінують дрібні рухи, що плавно, але швидко перетікають одні в інший. Хвилі, ковзання, махи руками, повороти, нахили і акценти на стегна, плечі і лікті. Джаз-фанк – завзятий грайливий танець, в якому виконавець ніби грає з глядачем. Шукайте абонементи на заняття Jazz-funk зі знижкою до 70% від Рокурон.

Джампстайл – (з англ. «Джамп» — «стрибок»). У танці переважають кроки, на зразок шафла, і безліч стрибків. Досить енергійний у виконанні і вимагає хорошої витривалості. Виник в бельгійських нічних клубах з появою електронної музики.

Апрок і топрок – попередники брейк-дансу. Багато фанатів кажуть, що без апрока і топрока не було б і брейка. Сьогодні майже не виконуються, як окремий вид, але популярні серед брейкерів для вступів і зв'язок. Апрок танцювали під латиноамериканські ритми і виник через змішання всіх відомих напрямків латинських танців.

Джеркінг – виник в кінці 2000-х, а широку популярність здобув завдяки співаку Джастіну Біберу, який використовував рухи в своїх імпровізаціях на сцені. Цьому стилю властиві швидкі кроки, стрибки і присідання, головний акцент на рухи ніг. Танцюристів можна впізнати по вузьких джинсах і різнобарвним яскравим кедам.

Терфінг – танець виник в штаті Окланд серед афроамериканського населення, як форма протесту проти утиску прав темношкірих і жорстокості поліції штату. Терфінг – це імпровізація на побутові теми, яка включає в

себе роботизовані руху, застигання в різних позах, ковзання по підлозі, хвилі і агресію, властиву кранпу.

Денсхолл – танець ямайських вечірок під музику в стилі реггі, рухи якого розповідають про повсякденне життя і духовні зв'язки людей. Денсхолл є імпровізацією, тому набір використовуваних па постійно доповнюється завдяки кожному окремому танцюристу. Йому властиві пересування по підлозі і рухи всього тіла від обличчя і голови до стоп і пальців на руках.

Вейвінг – назва танцю походить від англійського «хвиля». Танцюрист, ніби перетікає з одного положення в інше, працюючи абсолютно всім тілом. Вперше «хвилі» почали виконуватися в паппінгу, але пізніше виділились в окремий стиль.

Локінг – танець виник випадково, коли танцюрист Дон Кемпбелл хотів зімпровізувати в нічному клубі, але через брак досвіду весь час збивався і «застигав». Публіка вирішила, що це його фішка і швидко її перейняла, назвавши паузи в танці «замками». Якщо ви побачите танцюриста в смугастих гольфах, рукавичках і капелюсі, який постійно несподівано зупиняється посеред зв'язки – це локінг.

Хаус – з'явився на танцполах відразу за музикою хаус. Як і хіп-хоп хаус змішав всі можливі латинські і афроамериканських стилі танців. В основі лежить джекінг – особливий рух корпусом, на який і накладаються па головою, руками і ногами.

Паппінг – щоб зрозуміти, що таке паппінг, досить уявити старий добрий танець роботів, але модернізований в професійному виконанні. Особливість паппінга саме в механічних рухах, досить складних у виконанні, так як все тіло повинно бути напружене, а окремі його частини рухаються ізольовано від інших.

Електрик-бугі – виник від паппінга і інших схожих стилів, але танцюристи електрик-бугі прибрали застигання і переривчасті рухи, зробивши танець більш плавним. В основі стилю залишилися хвилі, ізоляції та властиві паппінгу кроки.

Dub Step – як і хаус, дабстеп з'явився завдяки новому популярному стилю в музиці, який увібрав в себе всі свіжі тренди і основні рухи урбаністичних стилів 2000-х, особливо електрик-бугі. Танець досить емоційний і агресивний з амплітудними рухами всім тілом.

Шафл – базові рухи танцю взяті з класичного степу, спрощені і перероблені на сучасний манер. Замість вистукування тут ковзаючі кроки і ефект польоту виконавця над танцполом. Цей клубний танець підійде навіть новачкам, які хочуть «блиснути» перед друзями на танцполі. Виконується під хаус, техно і навіть транс.

Флекс – хоча танець включає в себе безліч рухів з вуличних танців, але походить не від хіп-хопу, а від ямайських танців під музику реггі. Акцент робиться на амплітудні енергійні і особливі пластичні рухи – танцюрист наче постійно звивається всім тілом.

Electro-Dance – танець виник з популяризацією в нічних клубах музики в стилі електро-хаус. В електро-денс корпус виконавця постійно хитається з боку в бік, танцюрист виконує нескладні кроки і безліч амплітудних або дрібних рухів руками у всіх площинах. Ви також можете знати цей танець під брендом тектонік. Електро-денс став прабатьком безлічі стилів клубних танців.

C-walk – танець мігрував з вулиць у нічні клуби. Як і в шафлі, акцент робиться більше на рухи стоп – танцюрист виписує на підлозі букви і навіть цілі слова. Коли танець тільки з'явився, в ньому використовувалися виключно рухи зрозумілі дуже вузькому колу виконавців. Деякі рухи цього танцю навіть використовуються в знаменитій грі Фортнайт (FORTNITE), відомій танцювальними па персонажів.

МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНО-МАСОВИХ ТА ФІЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВЧИХ ЗАХОДІВ

Спортивно-масові заходи – змагання, фестивалі і традиційні спортивні свята, що проводяться – один з

найбільш ефективних шляхів залучення дітей до регулярних занять фізичною культурою і спортом. Такі заходи сприяють вихованню колективізму, причетності, почуття гордості за свій гурток, заклад. Вихованці вчаться дотримуватися традиції закладу, долучаються до його історії.

Спортивне змагання – це змагання (суперництво) людей в ігровій формі з метою з'ясування переваги в ступені фізичної підготовленості, у розвитку деяких сторін свідомості. Спортивні змагання – яскраве, емоційне видовище. Задоволення від спортивних видовищ виникає внаслідок співучасті в них глядача, вони сприяють сміливим і рішучим діям учасників, їх високих досягнень. Змагання дозволяють вирішувати педагогічні, спортивно-методичні та суспільні завдання. Під час спортивних змагань вирішуються ті ж педагогічні завдання, що і на заняттях фізичною культурою і спортом в цілому, тобто вдосконалення фізичної, технічної, тактичної, психічної та теоретичної підготовленості. Змагання – одна з дієвих форм заходів підвищення тренуваності школярів. Особливо велике значення спортивних змагань для формування вольових рис характеру. Вони також сприяють розвитку фізкультури і спорту в цілому і дозволяють педагогічно впливати на глядачів.

Спортивні змагання використовуються для:

- підготовки до наступних, більш відповідальним, змагань;
- відбору, виявлення спортивних даних і спортивної підготовленості;
- перевірки якості навчально-тренувальної та виховної роботи;
- пропаганди здорового способу життя та даного виду спорту або напрямку.

До заходів організаційно-методичного характеру, пов'язаних з проведенням спортивних змагань, перш за все відноситься складання календарного плану спортивно-масових заходів на навчальний рік. У ньому вказується назва змагань, терміни і місце їх проведення та відповідальні за їх

організацію особи. Важливою умовою при складанні календарного плану є традиційність намічених заходів із термінів, програмам, які беруть участь особам.

Це підвищує інтерес до них дітей, полегшує організацію освітнього процесу, робить змагання більш популярним у глядачів. Спортивні змагання є стимулом для систематичних тренувань і сприяють зростанню спортивних результатів, якщо вони проводяться регулярно. Доцільність участі в певній кількості змагань залежить від спортивної підготовки школярів. Тобто календар спортивних змагань треба складати так, щоб намічені змагання були різноманітними за масштабом, складом учасників і умов проведення, традиційними за термінами, складу, місця проведення. Для проведення змагань необхідно подбати про приведення місць, устаткування та інвентарю в повну відповідність до встановлених правил, їх високій якості і необхідній кількості.

Якщо в програму включено кілька різновидів одного виду спорту, необхідно заздалегідь скласти графік змагань, тобто визначити послідовність і час проведення кожного з них. Знаючи середню тривалість виконання вправи, кількість спроб і кількість учасників, можна визначити загальну тривалість змагань і на основі цього скласти графік проведення.

Найважливішим документом, що регулює проведення змагань і впливає на їх результати, є правила змагань з цього виду спорту. У них регламентуються дії суддів і учасників, передбачаються умови виявлення переможців і, крім того, визначаються норми поведінки спортсмена, міститься перелік заборонених дій, що тягнуть за собою покарання, що ущемляє інтереси команди. Таким чином, на спортсмена, який порушив правила, діє не тільки рішення судді по відношенню до нього особисто, а й свідомість, що команда відчуває шкоди через його неправильних вчинків.

Головним організатором і керівником спортивних змагань, відповідальним за їх проведення і, певною мірою, за досягнуті результати, є головний (спортивний) суддя. Суддя відповідальний і за здоров'я учасників змагань. У всіх

випадках коли може бути завдано шкоди здоров'ю учасників (поганий стан місць занять, несправність обладнання, невідповідність одягу і взуття тощо), він зобов'язаний усунути недоліки, а при неможливості зробити це – скасувати змагання чи перенести його на інший термін або в інше місце.

Головний суддя повинен бути перш за все бездоганим знавцем правил змагань з цього виду спорту, чесним, об'єктивним, неупередженим, рішучим, чемним, спокійним людиною, який і поза змаганнями користується авторитетом і повагою.

Організація і проведення змагань передбачає ретельну підготовку до них, проведення змагань, підведення їх підсумків.

Змагання плануються з урахуванням:

- наявності спортивної і матеріально-технічної бази;
- наявності професійно підготовлених фахівців;
- різниці вікових категорій;
- наявності екіпіровки в учасників змагань;
- термінів і характеру змагань.

З метою забезпечення успішної підготовки заходу слід:

- скласти Положення про проведення змагання, затвердити та погодити, своєчасно розіслати його;
- скласти кошторис витрат на проведення змагань; (грамоти, медалі, кубки, солодкі призи, оформлення місце проведення – аеродизайн, тощо);
- видати наказ про організацію проведення змагань (за 4 тижні до початку проведення.)
- визначити наказом відповідальних осіб за підготовку місць змагань, суддівство, вирішення організаційних питань тощо .;
- скласти сценарій відкриття і закриття змагань (хто буде приймати парад, вітати учасників, піднімати прапор тощо);
- підготувати запрошення, буклети, афіші для розміщення на офіційному сайті закладу та ін .;
- визначити місце проведення

- забезпечити висвітлення підсумків змагань у ЗМІ, Фейсбуці, сайтах та ін.;

- забезпечити медичне обслуговування учасників змагань;

- підготувати необхідну документацію (протоколи, таблиці), вимірювальні прилади (ваги, секундоміри, годинник, рулетки, нагрудні номери, гонг тощо).

Перед початком змагань необхідно перевірити підготовку місць змагань.

У кожному окремому випадку при проведенні масового заходу ставляться конкретні завдання, що відповідають його головній меті та сприяють її досягненню в найбільш повній мірі. Таким чином, кожен масовий спортивний захід у системі фізкультурно-оздоровчої роботи повинен проводитися у відповідності з наступними основними організаційними принципами:

1. Відповідність організації завдання.

Тобто, характер, зміст, місце й час проведення повинні вибиратися так, щоб сприяти найбільш повному вирішенню головного завдання. Якщо таким завданням є пропаганда фізичної культури й спорту, то захід потрібно проводити в місцях масового відпочинку, усередині мікрорайону, біля будинків, на відкритому спортмайданчику або стадіоні у той час, коли змагання спостерігатиме найбільша кількість глядачів. У плані підготовки таких заходів одним із головних місць будуть займати питання реклами, інформації, оформлення. Якщо метою є оздоровчий відпочинок, для якого важлива відсутність сторонніх, невимушена атмосфера, можливість усамітнитись, відпочити на свіжому чистому повітрі – надмірна реклама не актуальна.

2. Доступність заходу за часом і місцем проведення.

Це другий організаційний принцип, і його дотримання вимагає обов'язкового врахування таких факторів, як режим роботи учасників, транспорт, погода.

3. Доступність змагальних вправ.

До участі у спортивно-масовому заході залучаються учасники, різного з віку, статі й фізичної підготовки. Ці

фактори необхідно враховувати при визначенні програми змагання, включаючи в неї вправи, доступного навантаження, складності, тривалості й інтенсивності виконання.

4. Безпека учасників, глядачів і суддів.

Спортивно-масові заходи часто проводяться не на типових спортивних спорудах та із залученням недостатньо досвідчених суспільних суддів і учасників. Необхідно організувати медичне забезпечення, особливо ретельно підбирати й контролювати траси для бігу, сектори для метання й стрибків, майданчики для ігор, дистанції туристських естафет тощо. Необхідно заздалегідь перевірити спортивний інвентар, установити огороження небезпечних зон, призначити пікети й передбачити місця для розташування учасників і їхнього майна. Варто пам'ятати, що неорганізованість у цьому питанні може не тільки зіпсувати настрій людей, але і призвести до непоправних наслідків.

5. Видовищність, наочність, естетичність, що сприяє гармонійному розвитку особистості. Цей принцип повинен проявлятися не тільки в підборі вправ з урахуванням статі, віку, інтересів учасників і глядачів, але й у мистецтві оформлення, створенні відповідної атмосфери, церемоніях їх відкриття й закриття, в охайності костюмів учасників і суддів, в етиці спілкування між учасниками, суддями й глядачами, об'єктивності в оцінці результатів, своєчасності підведення підсумків змагання і їхніх оголошень, дотримання врочистих процедур при нагородженні переможців. Недотримання цих принципів може негативно вплинути на успіх проведення спортивно-масових заходів та змагань, знецінити організаційну підготовчу роботу, призвести до небажаних наслідків, створити загрозу здоров'ю учасників.

У процесі організації спортивно-масових заходів необхідно враховувати фізкультурно-спортивні можливості, інтереси передбачуваних учасників, а також наявні можливості реалізації цих інтересів (наявність спортивного

інвентарю й необхідних спортивних споруд, кліматичні умови, забезпеченість спортивними суддями, організаторами, матеріальними та фінансовими ресурсами).

Затверджуючи план масово-спортивного або фізкультурно-оздоровчого заходу необхідно орієнтуватися на плани школи, районних та обласних управлінь фізичної культури і спорту. Це дозволить забезпечити систематичність і послідовність змагань, своєчасну підготовку збірних команд і учасників особистої першості до змагань на першість школи, району.

Практично доведено, що доцільно проводити на місяць не більше 1-2 фізкультурно-спортивних заходи традиційного характеру, проведення яких протягом кількох років у визначений час дозволяє краще підготуватися до змагань, робить їх звичними, традиційними, знайомими, систематизує і стимулює учасників.

Заходи необхідно проводити для всіх класів і розподіляти рівномірно впродовж усього календарного року.

*У плані фізкультурно-спортивних заходів
доцільно виділити розділи:*

1. Комплексні фізкультурні і спортивні заходи (народні ігри, поединки, естафети);
2. Змагання з видів спорту (Малі Олімпійські ігри).

Для організації спортивно- масового фізкультурно-оздоровчого заходу необхідно завчасно провести підготовчу роботу та створити організаційний комітет. До нього входять працівники районного відділу освіти, школи, відомств фізичної культури і спорту, викладачі, тренери, представники культури, спонсори і тих організацій, які можуть бути корисні в підготовці, проведенні та забезпеченні змагань, атракціонів і розваг.

Для впорядкування роботи оргкомітету складається план підготовки заходу із урахуванням його мети, особливостей передбачуваних учасників, змісту змагальних вправ, об'єктивних умов і можливостей організаторів.

План передбачає конкретизацію змісту роботи, терміну виконання, визначення відповідальних та відомості про організації, учасників, суддів, задіяних у заході.

У плані бажано передбачити наступні питання:

1. Розробка положення про спортивно-масовий захід та кошторису витрат.

2. Розробка сценарію (розгорнутого плану проведення), враховуючи церемонії відкриття, проведення, закриття, нагородження, використання символіки, гімну, музичного супроводу та ін.

3. Підбір, затвердження, інструктаж безпосередніх організаторів, технічних керівників, суддів, членів журі.

4. Підготовка, місць проведення змагань, реклама, оформлення засобами наочної агітації й пропаганди, маркування трас, ігрових майданчиків, установка показчиків, огороження тощо.

5. Підготовка устаткування, інвентарю, спорядження (у тому числі суддівського), придбання призів, підготовка грамот, протоколів.

6. Виготовлення засобів наочної агітації, складання коментаторських текстів, афіш, оголошень, бланків «експрес-інформації».

7. Організація медичного забезпечення, підбір лікарів, придбання медичних препаратів.

У разі проведення заходу не на типових спортивних спорудах, а з виїздом за місто, в плані підготовки змагання повинен бути додатковий медичний пункт.

8. Організація транспортного медичного й побутового обслуговування.

У цьому пункті необхідно передбачити порядок забезпечення учасників і суддів транспортом, підготовку тимчасового укриття від дощу, забезпечення питною водою. У деяких випадках варто передбачити спорудження тимчасової роздягальні, організацію харчування, прокату спортивного інвентарю тощо.

Організація та проведення спортивно-масових, фізкультурно-оздоровчих заходів вирішують важливі

завдання у залученні широких верств населення до систематичних занять, наданні фізкультурно-оздоровчих послуг, поєднанні індивідуальних форм організації фізкультурно-спортивної діяльності за місцем проживання, навчання та в місцях масового відпочинку населення.

Охарактеризуємо основні вимоги до розробки положення про спортивно-масовий або фізкультурно-оздоровчий захід:

положення – головний управлінський документ, на підставі якого здійснюється підготовка й безпосереднє проведення заходу. Положення визначає сутність, зміст і порядок заходу або змагальної діяльності, регламентує відносини між організаторами, суддями й учасниками.

У зв'язку із цим положення необхідно складати гранично чітко, щоб повністю виключити різне тлумачення тих або інших його пунктів. У ньому потрібно передбачити конкретні найбільш важливим ситуації, які можуть виникнути в ході проведення змагань. Разом з тим положення повинно бути по можливості коротким, ясно сформульованим. Його не слід перевантажувати вказівками, передбаченими загальноприйнятими типовими правилами змагань з певних видів спорту.

У сфері фізкультурно-оздоровчої роботи часто проводяться змагання за спрощеними правилами. У цьому випадку у положенні повинно бути обумовлений характер спрощення.

Фізкультурно-оздоровча робота у режимі навчального дня учнів регламентується комплексними програмами. Основне їх завдання створення оптимального рівня підвищення фізичного та розумового рівня працездатності у процесі навчального дня.

З цією метою в школах рекомендується, крім навчальних занять з ФК, проводити: гімнастику до занять, фізкультурні хвилинки на уроках кожний день, фізичні заняття у групах продовженого дня тощо.

До основної позакласної фізкультурно–спортивної роботи відносяться: гуртки фізичної культури, гуртки початкової підготовки ДЮСШ, гуртки загальної фізичної підготовки,

спортивні секції з різних видів спорту, спортивні змагання, спортивні свята, туристичні походи.

Фізкультурно-оздоровча робота – важлива частина педагогічного процесу. Особливого значення вона набуває у зв'язку зі зростанням навантаження на молодших школярів, збільшенням кількості хворих дітей, несприятливими екологічними умовами, гіподинамією.

Фізичне виховання спрямовується на формування навичок здорового способу життя, позитивного ставлення до фізичної культури, гігієни, спорту, на удосконалення і розвиток рухових якостей, формування правильної постави, виховання морально-вольових якостей.

Організація фізкультурно-оздоровчої роботи потребує продуманого, творчого підходу, особливо – якщо група різновікова. Вихователь має бути обізнаний зі станом здоров'я, рівнем фізичного розвитку кожного учня, і відповідно до цього регулювати навантаження. Для занять фізкультурою доцільнішим є поділ учнів на групи не за віком, а за станом здоров'я.

Найкращим шляхом оптимізації рухового режиму в групах подовженого дня (ГПД) в сучасних умовах є використання фізкультурних хвилин (2-3 хв), фізкультпауз (10-15 хв). Такі нетривалі заняття сприяють підвищенню працездатності, знімають фізичне і емоційне напруження. До фізкультурних хвилин і пауз включаються вправи для збереження зору, корекції плоскостопості, постави. Діти можуть виконувати вправи індивідуально або групами під керівництвом старших учнів. Можна виконувати вправи за малюнками або просто потанцювати під музику. Якщо в групі є килимок, можна виконувати вправи лежачи – це дуже корисно для розвантаження хребта.

В обладнаних приміщеннях вправи на спеціальних масажерах, ходіння по мотузці, ребристій дошці, камінцях, килимках з нашитими гудзиками є масажем підошви і активізують діяльність нервової системи та внутрішніх органів, підвищують працездатність. Бажано проводити

фізкульт хвилинки кожні 45-60 хв, фізкультпаузи – 1,5-2 год.

Більш тривалі заняття організовуються на прогулянці або в спортзалі. Щоденне перебування на свіжому повітрі обов'язкове. Тривалість прогулянки та вибір діяльності школярів залежить від: погодних умов, попередньої діяльності, стану їхнього здоров'я, навіть від одягу. За несприятливих погодних умов краще поділити прогулянку на дві меншої тривалості. Фізкультурні заняття на прогулянці (або в спортзалі) включають вправи і рухливі ігри для закріплення навичок, здобутих на уроках фізкультури, для розвитку швидкості, спритності, орієнтування у просторі тощо. Щоб заохотити учнів, бажано проводити спортивні години як естафети, змагання, тематичні рухливі ігри.

У тематичні заняття можна включити питання про спорт, гігієну. На початку заняття навантаження більше, потім поступово зменшується. Раз на місяць бажано проводити спортивне свято з участю батьків, учнів, вчителів.

В сучасних умовах проблема здоров'я дітей набуває глобального характеру. Здоров'я дитини, визначається дією зовнішніх і внутрішніх дій на його організм, з одного боку, і можливостями самого організму протистояти цим діям. Учні необхідно навчити правильно і доцільно вибирати засоби і форми для формування здорового організму.

МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ДИСПУТУ, ТОК-ШОУ ВИСТАВКИ, КОНКУРСУ

Диспут, ток-шоу

Сьогодні доволі поширеним заходом виховної роботи в школі є *диспут* (лат. *disputa* – досліджую, сперечаюся) – зіткненню ідей, поглядів під час публічного обговорення важливого питання чи проблеми (із залученням широкого кола фахівців і зацікавлених осіб).

Одним із цікавих різновидів диспуту є *ток-шоу* (англ. *talk show* від *talk* – говорити, вести бесіду та *show* – показ,

демонстрація) – жанр телепередачі, дискусія, широке обговоренні актуальних питань.

Ця форма дуже подобається школярам, адже виховує в них культуру спілкування, формує комунікативні навички, розвиває критичне мислення, уміння грамотно сперечатися, обстоювати власну позицію, аргументувати свої думки тощо.

Умови вдалої організації ток-шоу

1. Тема (проблема, питання) має бути цікавою дітям, тобто стосуватися різних сфер шкільного життя.

2. Обговорювати проблему слід у максимально комфортній для дітей формі.

3. За жодних обставин не можна нав'язувати дітям певні думки, ідеї. Кожний учасник заходу робить самостійний вибір.

Під час обговорення питання аудиторія має об'єднатися у кілька груп, кожна з яких обстоюватиме власну точку зору.

Ситуацію морального вибору можна створити за допомогою:

- демонстрації фрагментів відеофільму;
- розповіді «маски»;
- виступу когось із аудиторії;
- інсценівки тощо.

Обов'язки ведучого ток-шоу:

- відрекомендування учасників;
- презентація теми майбутньої дискусії;
- ознайомлення учасників із правилами ведення діалогу й загальної дискусії;
- надання слова учасникам дискусії;
- надання можливості висловитися охочим (підняття руки, картки та ін.);
- загальне керівництво перебігом заходу, коригування дискусію за допомогою відповідних запитань;
- підбиття підсумків.

Захист проектів

Ця форма набуває все більшого поширення як на уроках, так і в позаурочній роботі.

Захисту проектів обов'язково передуює відповідна підготовка: формування колективу, обрання теми проекту, його розроблення й оформлення.

Для проведення виховних заходів, зокрема святкових, доцільно організовувати захист фантастичних проектів, що сприятиме активізації креативного начала учнів, виявленню прихованих талантів та ін.

Виставка

Виставки, тобто публічну демонстрацію досягнень у певній галузі, широко використовують під час проведення: в фестивалів;

- театралізованих свят; .
- тематичних днів і тижнів;
- урочистостей і святкових ритуалів;
- презентацій;
- оглядів; .
- конкурсів;
- олімпіад;
- ранків;
- вечорів;
- концертів та ін.

Різновиди виставок:

- *Рекламні* – роботи гуртка, методичного об'єднання вчителів-предметників, школи, малої академії наук та ін.;
- *тематичні* – присвячені певній даті, особистості та ін.;
- *конкурсні* – виставки робіт, виготовлених на конкурс;
- *підсумкові*, що організують після завершення певного етапу роботи або проведення конкурсу;
- *навчальні* – рекомендації з певного предмета щодо літератури, досягнень учнів та ін.;
- *персональні* – виставки персональних робіт.

Етапи організації й проведення виставки

Визначення теми, місця й часу (періоду) проведення виставки

Місцем проведення виставки можуть бути:

- класна кімната;

- коридор;
- рекреація;
- хол першого поверху»

Експонати розташовують у виставкових вітринах, на стендах, у шафах, на столах. Час проведення виставки може становити від кількох годин до кількох місяців (залежно від призначення).

Складання тематико-експозиційного плану виставки

План сприятиме максимально змістовній, організованій підготовці та проведенню виставки будь-якого рівня.

Складові плану виставки:

- композиційна побудова виставки (композиційний центр, принцип розташування експонатів, місце розташування експонатів);
- тематика виставкових робіт;
- тип виставкових робіт і критерії їх відбору;
- вимоги до оформлення робіт;
- додаткове оформлення (музичний супровід, каталог виставкових робіт, додаткова інформація за темою виставки), естетичне доповнення.

Добирання й оформлення експонатів виставки

Як добирати експонати виставки? Наприклад, у школі оголошено конкурс дитячих робіт. Відповідно, класні керівники мають отримати положення про конкурс, а учні – за певний термін виконати конкурсні роботи (важливо, щоб діти мали достатньо часу для цього). Після завершення визначеного терміну в класах добирають дитячі роботи. Для цього у кожному класі організують виставку учнівських робіт, з-поміж яких добирають (формують) виставковий фонд.

За потреби виконують колективні роботи.

Під час добирання виставкового фонду проводять конкурсну презентацію та колективне обговорення робіт.

Оформлення виставки

Вимоги до оформлення виставкових робіт

- Кожна робота повинна мати завершений вигляд, належне оформлення (паспарту, естетичне доповнення та ін.).

- До роботи додають етикетку, на якій зазначено: назву роботи, прізвище й ім'я дитини, вік, клас, назву гуртка (за потреби), прізвище й ініціали педагога.

Принципи розташування виставкових робіт

- *Послідовний*: від простих робіт молодших учнів до складних – старших учнів, випускників і навіть педагогів.

- *Композиційний*: дитячі роботи об'єднані у невеликі тематичні композиції.

- *Покласовий*: роботи учнів кожного класу розташовані окремо.

- *Тематичний*: роботи групують за напрямками (видами) діяльності.

Відкриття, проведення й закриття виставки

Етапи підготовки та проведення виставки

- Організація чергування учнів.
- Підготовка екскурсії виставкою.
- Опитування відвідувачів щодо вражень від виставки (книга відгуків, приз глядацьких симпатій, голосування тощо).

Доречним доповненням до виставки є виступи творчих колективів школи, театралізації за тематикою виставки, відповідний музичний супровід тощо.

Важливо пам'ятати, що відкриття й закриття виставки є невід'ємними складовими, що значною мірою забезпечують успішне проведення заходу, налаштовуючи майбутніх глядачів на збагачення досвіду, отримання можливості продемонструвати власні успіхи чи виправити помилки, окреслити подальші перспективи певного виду діяльності.

Етапи відкриття:

- 1) вступне слово педагога або представника адміністрації навчального закладу;

- 2) презентація змісту виставки;

- 3) відрекомендування учасників виставки, ознайомлення з режимом роботи виставки (терміни й час роботи виставки, платний чи безкоштовний вхід), екскурсія виставкою.

Особливе значення закриття виставки зумовлене тим, що на цьому етапі підбивають підсумки не лише власне заходу, але й певного етапу роботи з учнями.

Складові етапу закриття виставки:

- 1) вступне слово педагога або представника адміністрації навчального закладу;
- 2) підбиття підсумків виставки (коментування кращих робіт, найактивніших учнів, творчих знахідок та ін.);
- 3) нагородження учасників;
- 4) заключне слово педагога або представника адміністрації навчального закладу (перспективи виставкової діяльності).

2. Післядія

Чи потрібна післядія? Слід зазначити, що цей етап є дуже важливим для подальшої роботи з дітьми, адже саме він визначає перспективи. Тому вкрай необхідним є створення ситуації успіху для кожної дитини. Цьому сприятимуть:

- висловлення подяки (листи подяки) від адміністрації учням за активну участь в організації й проведенні виставки;
- організація для учасників виставки цікавої екскурсії;
- відображення інформації про виставку у літописі навчального закладу.

Конкурси

Конкурс – змагання з метою визначення найкращого (найкращих) із-поміж учасників.

Конкурси можуть різнитися за тематикою, поєднуючи вікторину, спортивні чи інтелектуальні змагання тощо. Їх можна проводити в актовій залі, у лісі, поблизу водоймища та ін.

Види конкурсів:

- інтелектуальні; в розважальні;
- жартівливі;
- спортивні;

в пізнавальні та ін.

Види конкурсних програм:

- відкриті: конкурси відбуваються перед глядачами (інтелектуальні, розважальні, жартівливі, спортивні);

- закриті: учні виконують самостійно конкурсні роботи, подаючи їх журі для визначення переможців (інтелектуальні, пізнавальні).

Доволі різноманітними є *форми конкурсних заходів*, наприклад:

- змагання (турнір);
- фестиваль;
- олімпіада;
- спартакіада;
- виставка-конкурс;
- конкурс дитячих робіт;
- конкурс юних виконавців (солістів, ансамблів, масових колективів);
- вікторина тощо.

Етапи організації й проведення конкурсного заходу

1. Створення ініціативної групи, визначення рівня й тематичної спрямованості конкурсу, а також його організаторів.

2. Розробляння положення про конкурсний захід.

3. Розповсюдження положення поміж учасників.

4. Організація й проведення організаційних і методичних заходів (зборів, консультацій, майстер-класів) для педагогів і майбутніх учасників.

5. Збирання заяв на участь.

6. Складання плану проведення, формування складу журі.

7. Організація контактів з учасниками й розв'язання організаційних питань.

8. Проведення основних конкурсних заходів: переглядів, прослуховувань, виставкових показів, змагань тощо.

9. Підбиття підсумків, визначення переможців.

10. Організація й проведення підсумкових заходів (гала-концертів, показових виступів), нагородження переможців.

11. Організація й проведення методичних заходів для педагогів-учасників (аналіз підсумків конкурсного заходу).

Слід обов'язково забезпечити присутність учнів; привернути увагу до конкурсного заходу (за кілька днів до початку вивісити афішу, розповсюдити запрошення);

облаштувати місце проведення заходу; здійснити в окремий день підбиття підсумків і нагородження, а вручення призів і подарунків поєднати з показовими виступами переможців; у дипломах переможців зазначити прізвище та ім'я дитини, назву навчального закладу, прізвище й ініціали педагога.

Складові конкурсного заходу

- Назва (профіль, тематика).
- Ініціатори проведення.
- Організатори.
- Мета.
- Завдання.
- Терміни проведення.
- Терміни подання заяв щодо участі.
- Учасники.
- Програма.
- Вимоги.
- Підбиття підсумків і нагородження.
- Склад журі.

Більшість наведених складових обумовлені конкретними обставинами, тому варто зупинитися на найбільш «об'єктивній» складовій – програмі.

Поради щодо конкурсної програми

Під час роботи над складанням програми обов'язково слід пам'ятати про ігровий момент. Для забезпечення належного ігрового рівня необхідно організувати учасників, журі, активних уболівальників.

Програма має бути ретельно відпрацьованою, містити чітко сформульовані правила. Також слід приділити увагу підготовчій роботі, організації репетицій, підготуванню призів.

Поради щодо створення сценарію конкурсу

Передусім слід чітко визначити тему. Далі здійснити добирання й опрацювання матеріалу, пошук сценарного ходу. Після цього можна братися за складання сценарію. Слід пам'ятати, що всі завдання-запитання мають бути чітко сформульованими. Також не забувайте про так званий «застільний» період підготовки програми, який повинен містити: продумування образу ведучого та його помічників; перегляд

відеоматеріалів і прослуховування фонограм; підготовку невербальних засобів; опрацювання тексту та мовленнєвий тренінг; роботу над завданнями (запитаннями) та відповідями.

Що необхідно для організації цікавої та змістовної конкурсно-розважальної програми?

1. Стимулювання гравців до активного вияву творчості.
2. Підтримання динамічності конкурсу за такими критеріями:

- кількісним («хто більше»);
- якісним («хто точніше»);
- часовим («хто швидше»);
- змішаним.

3. Організація прозорого та об'єктивного підбиття підсумків, коли процес підрахунку результатів зрозумілий усім присутнім.

Не слід ураховувати оцінку глядачів, якщо це передбачено умовами проведення конкурсу.

Зазвичай роль ведучого виконують учителі, хоча доцільно залучати до цього учнів. Учні-ведучі з успіхом можуть вести не лише конкурсні програми, але й концерти, урочисті церемонії, усні журнали та ін. Зрозуміло, що на роль ведучого готують учнів, які мають відповідні здібності.

Пам'ятка для ведучого конкурсної програми

Ведучий має:

- створювати умови для успішного проведення конкурсу, за потреби коригуючи перебіг заходу (наприклад, додатково пояснюючи складне завдання);
- спілкуватися із глядачами за принципом взаємодії «запитання – відповідь»;
- підтримувати дружню атмосферу (не ображатися на глядачів і учасників, заражати їх позитивним настроєм, «змушувати» їх грати «за власними» правилами);
- висловлюватися зрозуміло й чітко, не тихо, але й не надто гучно;
- першим реагувати на всі зміни під час конкурсу, коментуючи їх;

- завбачувати реакцію гравців та глядачів, бути готовим до всього;

- управляти гравцями під час проведення конкурсу, за потреби підтримувати, підбадьорювати і заспокоювати їх;

- уміло поводитися з реквізитом, витримувати паузи, поки гравці упорядковують його, і тільки потім продовжувати говорити;

- грамотно розпочинати конкурс, адже це інтрига, переможець невідомий, тому необхідно створити й підтримувати певне напруження;

- підбивати підсумки;

- нагороджувати гравців (спочатку слід прорекламувати цей процес, звернувши на нього увагу гравців і глядачів, а після цього вручити призи);

- вправно рухатися сценою (майданчиком), не закриваючи собою гравців і не даючи їм закрити себе.

Подеколи конкурсні програми припускають наявність декількох ведучих. У цьому випадку головний ведучий веде наскрізну дію, а «другорядні» проводять певні конкурси. Які функції виконують помічники ведучого?

Функції помічників ведучого:

- підтримують гравців;

- працюють з уболівальниками;

- своєчасно виносять і заносять реквізит, не заважаючи ведучому і не порушуючи динаміку дії;

- виводять на сцену та проводжають зі сцени гравців;

- за потреби пояснюють завдання гравцям;

- «підстраховують» ведучого.

Ігри з естради

До них умовно належать ігри, що проводять з учнями зі сцени, на майданчику. Слід ретельно добирати такі ігри (залежно від умов, у яких перебувають гравці).

Різновиди ігор з естради:

- гра, у якій одночасно беруть активну участь усі присутні («кричалки»; ігри «на увагу», коли глядачі мають одночасно піднімати руки, плескати в долоні та ін.);

- коли беруть участь усі, але не в той самий час (розв'язують завдання; відгадують загадки, ребуси, відповідаючи по черзі);

- командна гра (присутні об'єднуються в команди й обирають гравців, які змагатимуться на сцені). У таких іграх глядачі є вболівальниками, зацікавленими в певному результаті гри;

- гра, у якій на сцені змагаються один або кілька учнів (ігри-конкурси, фокуси, жартівливі завдання).

Поради щодо складання сценаріїв естрадних ігор

Оскільки спеціальних сценаріїв естрадних ігор не існує, відповідні сценарії слід обирати з-поміж наявних, переробивши їх,

У пригоді стануть невеликі програми, що складаються з кількох ігор, адже часто їх проводять на початку свята або в антракті.

Якщо захід (свято) повністю присвячений іграм з естради, то можна підготувати велику програму, що складатиметься лише з ігор, але ігри мають різнитися за змістом, оформленням, характером тощо.

Наприклад:

- 1) колективна гра, у якій беруть участь усі присутні в залі;
- 2) гра, яку проводять безпосередньо на естраді;
- 3) колективна гра спокійніша, але порівняно з попередньою (відгадування загадок, розв'язання головоломок тощо).

Примітка. Щоб підтримати інтерес аудиторії до програми, її насичують жартівливими, комічними іграми. Для початку варто використати гру (ігри), що допоможе організаторові встановити контакт із глядачами, стимулювати ігровий настрій (колективні ігри, загадки, «кричалки» тощо).

Обов'язково подбайте про наявність відповідного літературного тексту, обладнання та музичного супроводу. Це дуже важливий момент, адже в деяких іграх музика звучатиме як акомпанемент, що прикрашає гру, а в інших

буде основною складовою. Тому до музичного оформлення слід поставитися серйозно.

До кожної гри необхідно створити дотепний, але чіткий конферанс. Пояснення гри має бути ясным, лаконічним, простим.

Реквізит (обладнання) повинен бути яскравим, привабливим, нескладним і достатнього розміру (щоб глядачі могли бачити всі таблиці, карти, плакати й вільно читати тексти на них).

Перед початком програми організатор із помічниками обов'язково мають перевірити реквізит. За потреби його слід заховати до відповідного моменту, щоб зберегти інтригу заходу.

Пам'ятка для ведучого ігрової програми

Ведучий мусить:

- організовувати й контролювати хід ігор, створюючи умови для успішного проведення заходу (стежити за тривалістю гри, не затягуючи її, але й не завершуючи завчасно);
- давати пояснення стисло, лаконічно, починати розповідь з основного, завершуючи деталями, за потреби супроводжуючи демонстрацією;
- говорити голосно, але не кричати;
- застосовувати жести там, де вони можуть замінити слово. Рух зі словом надає поясненню виразності, проте зловживати цим не можна (розмахування руками не тільки заважає глядачам зосередитися, але й викликає зневагу до «диригента»);
- спілкуючись з учасниками, які стоять на сцені, не забувати про глядачів (вони мають бачити, чути й розуміти все, що відбувається на сцені);
- активізувати аудиторію, викликаючи в кожного з глядачів бажання брати участь у грі, а також стримувати надмірну активність глядачів;
- підтримувати інтерес до гри, за потреби скорочуючи або доповнюючи програму (для цього слід мати запасні ігри);
- уникати тривалих пауз, тому що затримка уповільнює динаміку гри, робить програму менш цікавою;

- спочатку висловити подяку всім учасникам, а потім оголосити переможців;
- не забувати, що ви – господар, а присутні – гості, які мають почуватися задоволеними.

Успіх спортивно-мистецького заходу значною мірою залежить від підготовки та майстерності вчителя фізичної культури, який повинен багато вміти і знати, бути дуже творчим, відданим своїй справі та праці, а також кваліфікованим фахівцем.

СЦЕНАРІЙ СПОРТИВНО-МИСТЕЦЬКИХ ЗАХОДІВ

ВЕСЕЛІ СТАРТИ

Спортивне свято для учнів 1-2-х класів

Програма змагань

На початку свята лунає спортивна музика. Гості займають свої місця. Починається свято. Під марш виходять команди в спортивній формі, на грудях учасників змагань емблеми з назвою команд, нагрудні номери від 1 до 20 (у хлопчиків – непарні, а в дівчаток – парні). Кожен клас обирає двох капітанів – хлопчика й дівчинку, які мають знаки на спортивній формі (у хлопчиків – блакитна пов'язка, у дівчаток – жовта).

Змагання доцільно розпочати оглядом спортивного строю. Це організовує й дисциплінує учасників змагань. Черговість огляду слід визначити жеребкуванням. Команди, розташовані в одну шеренгу, вітають одна одну, говорячи девізи. Наприклад: «Жодного дня без спорту, жодного дня без рекорду!», «Олімпійці серед нас!», «Здоров'я в порядку – спасибі зарядці», «Козацькому роду нема переводу!».

Потім слід здійснити розрахунок на 1-й та 2-й і перешикуванні в дві шеренги (повторити двічі). Під марш команди мають пройти стройовим кроком по майданчику. Першими йдуть каштани, один із них несе емблему. Судді оцінюють стройовий крок, синхронність, поставу й рівняння.

Суддівство здійснюють за 10-бальною системою трое суддів за зразком суддівства гімнастики.

Перемога – 10 балів, 2-ге місце – 8 балів, 3-тє місце – 6 балів.

Наступний етап – змагання на краще виконання вільних вправ: вправи з прапорцями та обручами на зразок аеробіки, ритмічної гімнастики. До них належать 8 розвивальних вправ із предметами й без предметів, кожену вправу слід виконувати на 8 рахунків і повторити комплекс вправ під музичний супровід двічі. Суддівство здійснювати аналогічно до суддівства стройового огляду. Огляд спортивного строю.

Конкурс капітанів (хлопчики): жонглювання м'ячем упродовж 30 с.

Перемога – 3 бали, 2-ге місце – 2 бали, 3-тє місце – 1 бал.

Конкурс капітанів (дівчатка). Естафета «Кенгуру»: м'яч затиснутий між коліньми; треба дострибати на двох ногах по прямій до фішки й передати естафету наступному учасникові.

Підказка: жонглювати м'ячем можна не тільки ногами, а й головою (хлопчики). Якщо м'яч, затиснутий між коліньми, випаде, потрібно підібрати його, знову затиснути ногами й продовжувати змагання (дівчатка).

Перемога – 3 бали, 2-ге місце – 2 бали, 3-тє місце – 1 бал.

Естафета «Родео»

Команди діляться на дві підгрупи й розташовуються одна навпроти одної на протилежних сторонах майданчика. Відстань між командами – 15 м (дівчата – з однієї сторони, хлопчики – з іншої). За сигналом капітан команди хлопчиків сідає на м'яч діаметром 40 см і, сидячи на ньому, стрибає вперед до дівчат, передає м'яч дівчаткам, які повторюють дії хлопчика (самі стають у кінець команди). Перемагає команда, яка швидше завершить естафету.

Підказка: передавати м'яч потрібно за лінією старту.

Перемога – 3 бали, 2-ге місце – 2 бали, 3-тє місце – 1 бал.

Естафета «Катакомби»

П'ятеро учнів (помічники) стають в одну лінію й тримають по черзі чотири гімнастичні обручі, щільно притиснувши їх до ніг збоку. Команди розташовані по обидва боки майданчика (за методом зустрічної естафети). За сигналом один із хлопчиків змієюю пробігає між обручами й передає естафетну паличку наступному гравцеві (паличку передавати на лінії, інакше – штрафний бал).

Перемога – 3 бали, 2-ге місце – 2 бали, 3-тє місце – 1 бал.

Естафета «Стрибки в мішках»

Виконувати так само, як і першу естафету. Розташування команд також таке саме.

Підказка: щоб швидше й емоційніше відбувалася естафета, двоє учнів із команди (помічники) мають допомагати на старті залізти гравцеві в мішок, а на фініші – вилізти. Стрибати слід на двох ногах.

Перемога – 3 бали, 2-ге місце – 2 бали, 3-тє місце – 1 бал.

Естафета «Хокеїсти»

Беруть участь хлопчики. Від лінії старту до фінішу – 10м. На шляху слід поставити 6 кеглів (фішок) на відстані 2 м одне від одного. На відстані 3 м під останньої кеглі стоять ворота розміром 1 x 1 м заввишки 80 см.

За сигналом учасник веде м'яч (тенісний) змієюю між кеглями (пропускати кеглі заборонено), доводить його до останньої кеглі й із лінії (3 м) забиває м'яч у ворота, а потім біжить за ним і бере його в руки, назад повертається бігом по прямій і передає естафету наступному гравцеві.

Підказка: за влучення м'яча команда додатково отримує 1 бал.

Перемога 3 бали, 2-ге місце – 2 бали, 3-тє місце – 1 бал.

(Музична пауза: виступають спортсмени школи з художньої гімнастики, аеробіки, бальних і спортивних танців.)

Естафета «Через скакалку з м'ячем»

Беруть участь дівчатка. Гравці команд по черзі стрибають через скакалку, затиснувши м'яч між коліними й долаючи

шлях 10 м до поворотного прапорця. Обходять прапорець і продовжують стрибати назад до лінії старту, після чого передають естафету наступному учасникові.

Підказка: якщо згубили м'яч, його треба підібрати, затиснути коліньми й продовжити рух.

Перемога – 3 бали, 2-ге місце – 2 бали, 3-тє місце – 1 бал.

Естафета «Переправа»

Зустрічна естафета. Кожна команда ділиться на підгрупу хлопчиків і дівчаток, які стоять на протилежних берегах на відстані 10 м перед лінією. Перша підгрупа (хлопчики) по черзі кладе на лінію по дві дощечки (25–30 см). Використовуючи ці підручні засоби, кожен учасник, починаючи з першого з першої підгрупи, має перебратися на інший берег. Потім те саме робить по тих самих дощечках перший учасник із другої підгрупи (дівчатка), але у зворотному напрямку. Переправа завершується, коли підгрупи поміняються місцями. Оступання слід вважати за помилку.

Перемога – 3 бали, 2-ге місце – 2 бали, 3-тє місце – 1 бал.

Комбінована естафета

Учасники сидять на гімнастичних лавах по 10 осіб. Попереду – капітан команди. За сигналом він сідає на м'яч діаметром 40 см і стрибає на ньому 10 м уперед, залишає м'яч, пролазить через тунель завдовжки 3–5 м, виходить і біжить до гімнастичної лави, підтягується по лаві лежачи на животі, злазить із лави, пролазить через тунель, сідає на м'яч і стрибає назад, передаючи естафету наступному учасникові.

Підказка: на гімнастичну лаву треба лягати обережно, щоб не поранитися.

Перемога – 10 балів, 2-ге місце – 8 балів, 3-тє місце – 5 балів.

Команду, що зайняла I місце, слід нагородити грамотою та перехідним кубком, а інших учасників – грамотами й медалями. Команду, що посіла II місце, нагородити срібними медалями й грамотами, за III місце – бронзовими медалями

і грамотами. Переможці роблять коло пошани під оплески глядачів і вболівальників. Свято завершено.

Таке оздоровчий спортивне свято можна проводити в загальноосвітніх школах, школах-інтернатах, дитячих базах відпочинку та літніх дитячих оздоровчих таборах із метою популяризації фізичної культури і спорту серед дітей.

СВЯТО МАТЕРІ

Спортивне свято для учнів 3 – 4-х класів, присвячене Дню матері

Мета: виховувати шанобливе ставлення до матері, гуманність, гордість за матір; розвивати бажання допомагати їй, тішити її своїми успіхами та увагою, навчатися, дбати про красу, чесність і порядність.

Обладнання: магнітофон, пазли, шматки паперу, друковане серце, сорочка, коровай, намальовані квіти, ватмани, маркери, святкові речі, намисто.

Склад команд: 5 хлопців, 5 дівчат, 5 мамів (15 осіб).

Назви команд: «Чуйні», «Милі», «Незвичайні».

Дійові особи: Матуся–вчитель фізичної культури; Катруся та Івасик –помічники (учні 7–8-х класів).

Хід заходу

Спортивний зал прикрашено різнокольоровими кульками й плакатами про матір, квітами та дзвіночками. Присутні адміністрація школи, батьки, учні й учителі.

Матуся. Є у кожної дитини

Матінка єдина.

Та, що любить нас і дбає,

Розуму навчає.

Привітання команд

Оцінити назви команд, емблеми, зовнішній вигляд і пісні про матір.

Матуся. Пам'ятаймо, милі діти,

Пам'ятаймо завжди з вами,

Що для нас у всьому світі

Найдорожчі наші мами.

Конкурс «Матусі, вперед!»

Матері маючи по черзі викласти з пазлів фразу «Цінне здоров'я дітей», оббіг ти фішку й передати естафету наступному учасникові.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Катруся. Нам – маленьким і дорослим –

Все дають вони з любов'ю:

Ніжне серце, світлий розум,

Сили нашому здоров'ю.

Конкурс «Матусине серце»

Учасники мають по черзі викласти з друкованих фрагментів «серце», оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Івасик. Як ставали ми на ноги,

Перший крок наш був – до мами!

Радість маємо чи тривогу –

Серце мами завжди з нами.

Конкурс «Перші кроки»

Учасники мають по черзі рухатися на шматках паперу, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Матуся. І у кожному серденьку

Є і буде жити

Божа Мати – наша Ненька,

Мати всього світу.

Конкурс «Ненька»

Учасники мають по черзі одягти матір у святковий одяг, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Катруся. Найдорожчі мамі діти,

Дітям мама їх – так само.

Треба вчитись і робити

Так, щоб радувати маму!

Конкурс «Радість для мами»

Учасники мають по черзі написати пестливі слова (ніжна, лагідна, мудра), оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Івасик. Снились мені янголи,

Що в рай мене несли, –

А до мене мами ручки

До серця пригасли.

Конкурс «Золоті руки»

Учасники мають по черзі прикрашати коровай, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Катруся. Тобі, о Мати, найкраще знати,

Чим для дитини є рідна мати.

Чим для дитини є серце мамине,

Добре, зичливе, щире й вірне.

Конкурс «Кровиночка»

Учасники мають по черзі своїми руками нанизувати намистини для коралів, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Івасик. Мама вишила мені

Квітами сорочку.

Квіти гарні, весняні:

«На, вдягай, синочку».

Конкурс «Квіткова сорочка»

Матері мають по черзі одягти сорочку, прикрасити її квітами (намальованими), оббігти фішку й передати естафету наступному учаснику.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Матуся. Хай усі запам'ятають:

І листи, і телеграми

Шліть туди, де їх чекають,

Виглядають ваші мами!

Конкурс «Листівка матері»

Учасники мають по черзі написати різні побажання матері, а потім зачитати їх, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Матуся. Любіть свою матір

У сні й наяву,

Пам'ятайте про неї завжди,

Бо рідна кровинка твоя.

(Журі оголошує результати конкурсів. Переможців слід нагородити дипломами, кубками та подарунками.)

ГЕЙ, ВИ, СЛАВНІ НАШІ КОЗАЧЕНЬКИ!

Спортивне свято для учнів 4-х класів

Мета: популяризувати фізичну культуру й спорт; пропагувати здоровий спосіб життя.

Хід заходу

Спортивний зал школи прикрашено кольоровими прапорцями, кульками й гаслами: «Здорова дитина – здорова нація», «Здоров'я – всьому голова», «Бережи здоров'я змолоду», «Здоров'я – це сила, здоров'я – це клас, здоров'я у вас і у нас». На святі присутні батьки учнів, запрошені гості, члени адміністрації школи, вчителі та вболівальники від класів. Підготовлено місце для членів журі: стіл зі скатертиною, ручки, папір, дипломи та призи для переможців.

Під звуки маршу до зали заходять команди хлопчиків: учнів 4-х класів. Склад команд – 10 осіб. Вони шикуються в одну шеренгу обличчям до глядачів.

Ведучий. Запорізький козак і воїн, запорізький козак і лицар – усе – честь і слава, військова справа, щоб і себе на сміх не дати, і ворогів під ноги топтати».

Дорогі діти, шановні дорослі! Сьогодні ми проводимо змагання для хлопчиків «Гей, ви, хлопці, славні запорозжці!», в якому учасникам треба буде проявити характер і показати

свої фізичні якості. А ми побачимо, чи гідні вони слави наших предків – запорозьких козаків.

Судити змагання буде журі в складі... (Зачитує.)

Команди! На старт!

(Команди шикуються на лінії старту. Перед початком змагання команди виголошують козацьку присягу.)

Учень 1. Клятву вірності народу

За любов і за свободу

Будуть наші «Козаченьки»

Через все життя нести.

Присягаємо!

Усі. Присягаємо!

Учень 2. Вже як стануть «Козаченьки»

Україну будувати,

Будуть наші «Козаченьки»

Волю захищати.

Присягаємо!

Усі. Присягаємо!

Учень 3. Бо ніяк вже Україні

Без молоді жити.

Тож ставаймо всі в ланцюг

І візьмемося за руки,

Та вітчизну захистимо,

Честь і славу її збережимо.

Присягаємо!

Усі. Присягаємо!

Естафета «Павучок»

Учасник у положенні зігнувшись упор позаду пересувається ногами вперед до прапорця, оббігає його й повертається назад, рухаючись ногами вперед. Те саме виконують інші учасники.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Ведучий. Відомо, що козаки вміли дуже швидко бігати. Вони навіть могли наздогнати й зловити дикого коня. А чи вміють так само швидко бігати учасники наших змагань?

Естафета «Швидше перенести»

На відстані 15 м на підлогу слід покласти обруч, у який скласти 10 маленьких м'ячів різного кольору. За сигналом учителя гравці команд біжать до м'ячів і починають переносити їх по одному в свій обруч (у кожної команди – свій колір). Якщо гравець упустисть м'яч, він повинен його підняти й покласти в обруч. Переможе команда, що швидше завершить естафету.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Ведучий. Козаки часто проводили змагання з пірнань у воду. Дію цього старшина впускав у воду люльку, а молоді козаки наввипередки пірнали, щоб дістати її з дна.

Естафета «Пролізь у тунель»

Команди стоять на лінії старту. За 3–5 м від кожної команди помічники притискають до землі «тунелі» – мішки без дна (що довші – то краще). За сигналом перші учасники пірнають у «тунель», пролазять по ньому, оббігають кеглю й повертаються до своєї команди, передаючи естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза – виступ ансамблю бальних танців)

Естафета «Катакомби»

На відстані від команди стоїть пропускний пункт–обруч на підставці заввишки 40 м, на відстані 10 м від пропускного пункту четверо помічників у шерензі, між ними стоять упритул гімнастичні обручі, притиснуті до підлоги, які тримають помічники; на відстані 2 м стоїть ще один пропускний пункт; біля кого лежать 10 тенісних м'ячів, і на відстані 3 м висить мішень, у яку потрібно попасти м'ячем. За сигналом перші учасники долають пропускний пункт, змієюю проходять гімнастичні обручі, долають другий пропускний пункт, беруть м'яч і кидають у ціль, назад повертаються так само і передають естафету наступному гравцеві. За потраплення м'ячем у ціль команді додатково налічується 1 бал.

Виграє команда, яка раніше завершить естафету.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Ведучий. Козацька молодь удосконалювала тіло й душу в таких іграх, як метання списа у ведмедя, а також метання каміння в ціль і на дальність.

Естафета «Збий кеглі»

За 10 м від лінії старту – ряд із 6–10 кеглів на відстані 3 см одна від однієї. Гравці по черзі катають волейбольні м'ячі, намагаючись збити якомога більше кеглів. Перед кожним кидком помічники ставлять кеглі на місце. Виграє команда, що заб'є найбільшу кількість кеглів. Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Ведучий. Козацька молодь постійно розвивала свої природні задатки за допомогою таких фізичних вправ, як їзда верхи на конях, перехід через яр чи річку по стовбуру дерева або вправи з м'ячем.

Естафета «Стрибки через лаву й у мішках»

Команди стоять на лінії старту. Перед ними на відстані 1,5–2 м уздовж майданчика слід поставити по гімнастичній лаві, а по боках – три кеглі, за якими – мішок. За сигналом перші учасники стрибають через лаву (три стрибки), залізають у мішок, стрибають 10 м, оминають кеглю, кладуть мішок біля кеглі й по прямій бігом повертаються назад, передаючи естафету наступному учасникові, який стрибає через гімнастичну лаву, біжить до мішка, одягає мішок і стрибає до гімнастичної лави, знімає мішок і по прямій передає естафету наступному гравцеві й т. д.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Ведучий. Щовесни вище від Дніпровських порогів козаки влаштовували змагання з веслування впоперек бурхливої річки. їхнім завданням було переправитися на протилежний берег чітко навпроти старту.

Естафета «Нептун»

Команди стоять на лінії старту, на ногах у них ласти, в руках тримають тризубець. На відстані 3 м стоять три бар'єри заввишки 40 см на відстані 3 м одне від одного, на стіні висять надувні кульки (10 шт.). За сигналом учасники

змагань перестрибують через бар'єри, метають тризубець у кульку, біжать, підбирають тризубець і по прямій бігом передають ласті й тризубець наступному гравцеві. Кожен повторює дії першого учасника. Виграє команда, яка раніше завершить естафету. За пробиту надувну кульку команда додатково отримує 1 бал.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Ведучий. Як свідчить літопис, слабку людину січове товариство ніколи не вибирало старшиною. Навпаки, отамана обирали серед сильних. Таким був Іван Підкова, гетьман низових козаків, який був такої міцної породи, що легко гнув підкови. Добрий фізичний розвиток мали Петро Сагайдачний, Іван Мазепа, Богдан Хмельницький. Побачимо, хто з наших отаманів краще фізично розвинений.

Конкурс отаманів «Візьми кеглю»

Двоє учасників стають у центрі залу на відстані витягнутої руки й тримаються однією рукою за дерев'яне кільце (міцне). На відстані 3 м від кожного учасника слід поставити по одному прапорцю. За сигналом треба перетягнути суперника й узяти прапорець або кеглю. Хто з учасників із трьох спроб двічі переможе, той виграє поєдинок.

Ведучий. Увага всім учасникам! Це був наш останній сьогоднішній конкурс. Слово надається суддям змагань.

(Судді підбивають підсумки змагань і оголошують команду-переможницю. Директор школи вітає переможців і вручає призи та медалі)

Ведучий. Ось і завершилося наше спортивне свято. Всім учасникам бажаємо перемог, а також завжди бути здоровими, сильними й веселими.

ЖОДНОГО ДНЯ БЕЗ СПОРТУ

Спортивне свято для учнів 1–3-х класів

Перед початком свята звучить фонограма пісень про спорт. Гості і уболівальники займають місця в залі, а команди готуються до виходу.

Звучать позивні, біля мікрофона – члени оргкомітету, головний суддя змагань і ведучі.

Ведучий. Спортивні команди на спортивне свято кроком руш!

(Звучить мелодія маршу. До зали заходять команди й розташовуються в колону по одному. Попереду команди – капітан із емблемою.)

Ведучий. У спорті немає шляхів коротких

І удач випадкових немає,

Пізнаємо на тренуваннях

Всі ми формулу перемог.

Тому що відзначатись

У спорті хоче кожен клас,

Тому що Олімпійці

Підростають серед нас.

Спортивні команди, рівняйсь, струнко! Шикування на середину!

(Суддя рушає для здачі рапорту заступникові директора школи з початкових класів.)

Суддя. Пане заступнику директора школи з початкових класів!

Спортивні команди 1–3-х класів до свята «Жодного дня без спорту» готові. Дозвольте свято розпочати й спортивний прапор школи занести!

Заступник директора. Дозволю!

(Право занести спортивний прапор школи надається відмінникам навчання та спорту. Шикування на прапор. Звучить гімн України і школи. Встановлення прапора на п'єдестал пошани.)

Ведучий. Спорт нам допоможе

Сили примножить.

Нашим спортсменам

Зміною ростемо.

Скоро по праву

Батьківщини славу

Гордо і сміливо

Вперед понесемо!

(Заступник директора вітає учнів, бажає добре виступити й отримати першу спортивну нагороду.)

Ведучий. Сьогодні змагатимуться найбільш юні – учні 1–3-х класів. Багато з цих хлопчиків і дівчаток, які перебувають у сірою, роблять перший крок до спорту. Хтозна, можливо, тут стоїть майбутній олімпійський чемпіон, на честь якого буде піднято прапор України й звучатиме Гімн.

Девіз свята «Жодного дня без спорту» стане девізом нашого життя. Зі святом вас, дорогі друзі!

(Учитель фізичної культури ознайомлює всіх із програмою змагань, та суддівською бригадою.)

Ведучий. Зараз на старт вийдуть учні 1-х класів.

(Звучить музика. Команди займають свої місця на старті. Склад команди – 6 осіб (3 хлопчиків і 3 дівчаток). Проводить естафети вчитель фізичної культури або ведучий.)

Естафета «Поклади й візьми м'яч»

В естафеті беруть участь усі учні 1-х класів. На відстані 20 м попереду команди на одній лінії стоять великі тумби з м'ячами. За сигналом перший учасник добігає до тумби, бере м'яч, повертається назад до своєї команди й передає його наступному гравцеві. Той біжить до тумби й кладе м'яч на місце. Тобто один бере м'яч, а другий кладе його на місце. Переможе команда, що раніше завершить естафету.

Естафета «Кенгуру»

Перший учасник затискає м'яч між колінами. У такому положенні учасник стрибає відстань 15 м, виконує поворот навколо прапорця, бере м'яч у руки й біжить назад, передаючи естафету наступному гравцеві. Переможе команда, що раніше завершить естафету.

Естафета «Пірамідка»

На відстані 20 м стоять піраміди з різнокольоровими пластмасовими кільцями. Потрібно по черзі розібрати піраміду, а потім зібрати послідовно за розміром та кольором. Виграє команда, що раніше завершить естафету.

Ведучий. Поважні учасники свята, сьогодні до нас завітав танцювальний гурт бальних танців – давайте їх привітаємо!

(Виступ учасників бальних танців школи з різними композиціями.)

Ведучий. На старт запрошую учнів 2-х класів.

Естафета «Саджання картоплі»

В естафеті беруть участь усі учні 2-х класів, склад команд – 3 хлопчики та 3 дівчинки. На відстані 5 м від команди лежать 5 невеличких кілець (гнізда) для «саджання картоплі». Перший учасник тримає в руках відерце з п'ятьма тенісними м'ячами. За сигналом він біжить до «гнізда» і «саджає картоплю» (по одній у «гніздо»), потім бігом повертається назад і передає відерце наступному гравцеві, який «збирає картоплю». Так триває, аж доки всі учасники команди візьмуть участь у естафеті.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Стрибки через палицю»

Команди стоять у колоні. У руках першого гравця – палиця. За сигналом перші гравці біжать до встановленого за 15 м прапорця, оббігають його і, повертаючись до своїх команд, передають палицю одним із кінців другому учасникові. Тримаючись за кінці палиці, обидва гравці проводять її під ногами учасників своєї команди, рухаючись до кінця колони. Усі перестрибують через палицю, відштовхнувшись обома ногами. Перший гравець залишається в кінці колони, а другий біжить до прапорця. Команда виграє, коли учасник, який починав, знов опиниться на початку колони.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Біг по дощечках»

Для гри потрібно приготувати чотири дощечки розміром 30 x 12 см. Учасники стають на дві дощечки, а дві інші тримають у руках. За сигналом гравці нахиляються вперед, кладуть дощечки перед собою і наступають на них по черзі, потім беруть дві інші дощечки і наступають на них. Так вони доходять до фішки, оббігають її, беруть у руки дощечки, повертаються бігом по прямій і передають естафету

наступному учасникові. Виграє команда, гравці якої швидше пройдуть дистанцію.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза – виступ танцювального ансамблю бальних танців.)

Ведучий. Поки до старту готуються команди 3-х класів, у змаганнях беруть участь уболівальники 3-х класів по 3 учнів від кожного класу.

Інтелектуальний конкурс

Кожному учаснику з класу слід поставити одне запитання з історії футболу, баскетболу чи олімпійських ігор. Правильна відповідь приносить команді 1 бал.

Запитання

1. В якій країні було розроблено правила гри в футбол?
(В Англії.)

2. Хто такий форвард? *(Нападаючий.)*

3. Де вперше у світі почали грати в баскетбол і хто був засновником цієї гри? *(У США, засновник Джеймс Нейсміт.)*

4. Коли почали грати в баскетбол в Україні та як його називали? *(Близько 100 років тому, гру називали кошик.)*

5. В якому році баскетбол уперше увійшов до програми Олімпійських ігор? *(У 1936 р. на Берлінській олімпіаді.)*

6. Назвіть батьківщину футболу. *(Англія.)*

7. Хто став чемпіоном світу серед жінок із бігу на 100 м у 2001 р.? *(Жанна Пінтусевич, Україна.)*

8. Засновник сучасного олімпійського руху? *(П'єр де Кубертен.)*

9. Назвіть найкращого футболіста всіх часів і народів.
(Пеле.)

Ведучий. Стартують 3-ті класи; склад команд – 3 хлопчики та 3 дівчинки.

Естафета «Волейболіст»

Від лінії старту-фінішу до поворотного прапорця (15 м) потрібно розставити фішки (5 шт.) на відстані 3 м одна від одної. Гравці команд, що змагаються, по черзі біжать по синусоїді, підкидають м'яч угору обома руками й оббігають

фішки. Якщо гравець утрачає м'яч під час підкидання, він повинен починати рух із місця втрати м'яча. Виграє команда, учасники якої швидше та з меншою кількістю помилок виконають завдання.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Шахісти на дистанції»

Команди стоять біля лінії старту-фінішу. За сигналом перші гравці біжать із шахівницею до фішки (15 м), ставлять шахівницю біля фішки, правильно розставляють фігури, оббігають прапорець і назад по прямій передають старт наступному учасникові, який збирає шахи й повертається назад, також передаючи естафету наступному. Перемагає команда, всі гравці якої першими пройдуть дистанцію.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Баскетболіст»

Від лінії старту через кожні 3 м потрібно розставити п'ять фішок. За сигналом перші гравці ведуть баскетбольний м'яч, обминаючи фішки поперемінно то праворуч, то ліворуч, обводять прапорець і повертаються назад до своєї команди, ведучи м'яч по прямій. Передають естафету наступному учаснику, а самі стають у кінець команди.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Ведучий. Увага! Прошу всіх учасників свята вишикуватися для підбиття підсумків.

(Слово надається головному судді змагань, який відзначає найкращі команди в естафетах і запрошує переможців до п'єдесталу пошани. Найкращим спортсменам потрібно вручити медалі, грамоти та призи.

Адміністрація школи виановує призами таких спортсменів:

- *наймолодшого спортсмена;*
- *найсміливішого та найвитривалішого спортсмена;*
- *найнаполегливішу спортсменку.)*

Ведучий. Дорогі друзі! Наше свято завершилося, але нехай його дихання прийде в кожен дім, у кожную сім'ю. Нехай девіз свята «Жодного дня без спорту» стане супутником

вашого життя. Пам'ятайте! Рух – це спорт, а спорт – це життя. Бажаю удачі вам, діти! Зі святом спорту і здоров'я!

ВІДКРИТТЯ МАЛИХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР

До початку свята звучать спортивні мелодії, пісні та марші.

Не спортивний майданчик виходять ведучі та гості й займають свої місця. Команди вишикувані в колони перед спортивним майданчиком.

Учитель. Загони, струнко! На лінійку, присвячену відкриттю малих Олімпійських ігор, кроком руш.

(Під звуки спортивною маршу виходять команди учасників, на чолі йде прапороносець із емблемою загону).

Ведучий. Розвіваються прапори над стадіоном,

Радісно пісні повсюди звучать,

У ногу крокуючи стрункою колоною,

Ми на спортивний ідемо парад.

Учитель. Парад! Стій! Праворуч! Рівняння на середину.
(Підходить стройовим крокам до директора й доповідає.)
Пане голово малого Олімпійського комітету! Учасники змагань, присвячених відкриттю малих Олімпійських ігор, вишикувані. Дозвольте занести й підняти олімпійський прапор та запалити малий олімпійський вогонь!

Голова малого Олімпійського комітету. Дозволяю занести прапор і запалити малий олімпійський вогонь.

(Найкращі спортсмени школи, роблячи коло пошани, проносить перед учасниками парад прапора і кріплять його до флаштока.)

Ведучий. На прапорах не пишуть слів, але люди всієї Землі знають, що п'ять різнокольорових переплетених кілець є символом миру й дружби. Вони символізують чесну спортивну боротьбу, закликають спортсменів боротися одне з одним тільки на стадіонах і ніколи не зустрічатися на полі бою.

Учитель. Олімпійський прапор підняти!

(Прапор підняти під звуки олімпійського гімну.)

Ведучий. Щоб стати відважним, сильним, сміливим

У двадцять перший славний вік,
Прапор спорту, миру, дружби
Рекордами прославимо навік.

Учень 1. Сьогодні в школі нашої свято,
Скрізь лунають жарти й сміх.
Ми готові привітати
Олімпійців наших всіх.

Учень 2. Зрозуміло і відомо,
Що приємно бути здоровим.
Щоб рости й гартуватись,
Фізкультурою займатись
Треба, друзі, нам щодня.

Учень 3. Любі хлопчики й дівчата,
Кожен день до розпорядку
Ви робіть завжди зарядку.
Треба усім знати,
Як здоровим стати.

Учень 4. Ми будемо здорові,
Нехай спорт нас об'єднає
В нашої рідній школі.

Учень 5. Всі будьте здорові,
Живіть ви багато
І радуйте завжди
Ви маму і тата.

(На біговій доріжці з'являється спортсмен із палаючим факелом у руці й пробігає з ним уздовж параду.)

Ведучий. Довгий шлях пройшов цей вогонь. Його запалюють грецькі дівчата біля підніжжя гори Олімпу. Багато разів, переходячи з рук у руки, мчав вогонь через увесь світ, щоб досягти олімпійського стадіону. Сьогодні священний вогонь миру й дружби прибув до нас на свято.

(Спортсмени піднімаються до чаші й запалюють вогонь.)

Учень 6. Вогонь, запалений сьогодні,
Хай дружбу народів кріпить,

Про славні діла говорить.

Учень 7. Ми вогню такому раді –
Видно його з будь-яких орбіт.
Добрий знак Олімпіади –
Факел сонячний горить.

Учень 8. Добре, що над планетою
Факел сонячний горить.
Хай щасливою прикметою
Для планети буде він.

Учень 9. І не раз у чотири роки –
Кожен день і кожен час
Олімпійська погода
Надворі стоїть у нас.

Ведучий. Із давніх часів український народ найголовнішою цінністю вважав здоров'я. Навіть вітаючись і прощаючись, люди бажали одне одному здоров'я. Фізкультура займає найважливіше місце в житті людини. Вона розвиває фізичні вміння та навички, зміцнює здоров'я, виховує почуття дружби і взаємодопомоги, навчає дітей здорового способу життя та виховує потребу до занять фізичними вправами. Усі люди хочуть бути здоровими.

Пам'ятайте! Щоб рости здоровим, сильним, сміливим і кмітливим, вам допоможуть уроки фізкультури.

Нехай сьогодні з вами поруч
Крокують спритність, мужність, воля.
І хай дарує вам Пекін
Рекорди, успіхи й таланти.
Бажаю виступити вдало.
Перемог, призів нам і медалей.
Бо вірю, що у вашім віці
Зростають майбутні олімпійці.

Учень 1. Я про фізкультуру так скажу:
З фізкультурою дружу.
Такі заняття до снаги –
Не маю й грама зайвої ваги.

Учень 2. Бути здоровими – це наука.
Гарний настрій – запорука.
Хто хоче жити в здоров'ї й красі?
Хто зі мною? Всі, всі, всі!

Ведучий. Після такого яскравого виступу спортсменів нашої школи та перед початком змагань, що зараз відбудуться, потрібно дати обіцянку. Школо! Ви готові?!

Отже, обіцянка спортсмена-школяра.
Обіцяю!
Робити ранкову зарядку.
Не пропускати уроків фізкультури.
Не забувати спортивної форми.
Виконувати домашнє завдання.
Вести здоровий спосіб життя.
Загартовуватися й не хворіти.

(Під музику виходить богиня Ніка в супроводі спартанців.)

Богиня Ніка. Скрізь, де погрібна справедливість і честь, де вершиться суд, з'являюсь я Фемідою, богинею правосуддя. І зараз на цьому полі спортивних битв, де присутні піддані мої – судді, я приймаю їхню клятву!

Спортсмени, струнко!

Клятва спортсменів

Учень 1. Хто з вітром моторним може зрівнятися?

Ми, олімпійці!

Хто вірить у перемогу й перешкод не боїться?

Ми, олімпійці!

Хто серцем із крилатою надією пишається?

Ми, олімпійці!

Хто вірною дружбою народів гордиться?

Ми, олімпійці!

Хто спортом своєї Вітчизни гордиться?

Ми, олімпійці!

Хто рівняється на героїв Олімпійських ігор?

Ми, олімпійці!

Усі. Олімпійцям України

Наша гордість, наша слава.

Клянемося бути чесними, перемагати вміти,

Рекордів високих клянемося досягти

Клянемося! Клянемося! Клянемося!

(Звучить пісня «Олімпійці України» у виконанні Таїсії Повалій.)

Директор. Спортивної честі не упустисть той, хто спритний, міцний і здоровий. Малі Олімпійські ігри оголошую відкритими. Бажаю успіхів на бігових доріжках, спортивних майданчиках і в рухливих іграх.

Учитель. Парад! Праворуч! Кроком руш!

(Під звуки спортивного маршу учасники змагань виходять. Ведучий оголошує програму змагань. Склад команд – 5 дівчаток і 5 хлопчиків.)

Конкурс «Побудуй фігуру»

Учасники рухаються вперед по черзі до кола й по одній палиці викладають із них заздалегідь обумовлену фігуру (зірку, ялинку, сонце), оббігають фішку й передають естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Кульку – у в кошик»

Учаснику треба провести повітряну кульку, вдаряючи по ній палицею, і закинути її в кошик.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Спритність ніг»

Гравці команд сідають у колону на відстані 1 м одне від одного й передають ногами м'яч по колоні.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Гонки на ганчірках»

Учасник рухається на шматочках тканини, оббігаючи фішку, й передає естафету наступному гравцеві.

Перемога 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Бігом по цеглинах»

Учасник рухається по цеглинах, по черзі їх переставляючи, оббігає фішку і передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Змагання завершуються підбиттям підсумків. Журі оголошує результати. Нагородження переможців грамотами й подарунками.)

КОЗАЦЬКІ ЗАБАВИ КОЗАЧАТ НА СУЧАСНИЙ ЛАД

Спортивно-туристична естафета для учнів 4-х класів

У змаганнях беруть участь 6 хлопчиків-козачат. За помилки на етапах судді дають штрафні бали, що потім будуть переведені в секунди. 1 штрафний бал – 5 с. Виграє команда, яка покаже найкращий результат. Естафету слід проводити за розрахунком на час.

Після завершення нагородити команди призами і грамотами.

Етап 1

На лінії старту лежить туристичний рюкзак, поруч із ним – ковдра, ложка, чашка, мило, рушник, сірники, спортивна форма, продукти харчування, зубна щітка й зубна паста.

За командою перший учасник має швидко й правильно скласти всі речі по своїх місцях у рюкзак, зав'язати його і, взявши на плечі, пробігти (30 м або менше, залежно від можливостей) до наступного етапу.

Етап 2

Другий гравець команди бере рюкзак і, одягши його на себе, пробігає «лабіринт», потім із рюкзаком долає «тунель», не торкаючись його, пробігає 10–15 м і передає наступному гравцеві.

Етап 3

Третій гравець команди має подолати смугу перешкод – перестрибнути через бар'єр заввишки 60–70 см. Дистанція смуги перешкод – 20 м. Потім слід підбігти до відмітки, на якій лежать три м'ячі, й уцілити ними по черзі в обруч на висоті 2 м, після чого підбігти до наступної відмітки й стрибками подолати «багно» (стрибки по купинах).

Етап 4

Наступний учасник бере рюкзак на плечі й біжить до переправи – канату, закріпленому на висоті 1,5 м від землі. За допомогою рук і ніг треба подолати перешкоду, підбігти до «маятника» і, захопившись за нього обома руками, відштовхнутися від землі й перелетіти через умовний рів або відмітку.

Етап 5

П'ятий учасник команди бере рюкзак на плечі, підбігає до колоди або товстої дошки, заввишки 30 см і завдовжки 4–5 м, проходить по ній, утримуючи рівновагу, і, не сходячи з неї, долає перешкоду.

Етап 6

Наступиш гравець із рюкзаком за плечима пробігає відстань 20 м, підбігає до кілець, які лежать на підлозі, кидає три кільця на жердину (відстань від гравця до жердини – 4–5 м). Завершивши свій етап, він передає естафету останньому гравцеві, який біжить 20–30 м і фінішує.

СПОРТИВНЕ СВЯТО ДО ДНЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Мета: сприяти залученню школярів до систематичних занять фізичними вправами та гармонійному розвитку дітей.

Учасники: 5 команд (5 хлопчиків та 5 дівчаток).

Суддівська бригада: головний суддя, секретар, суддя на майданчику, суддя на фініші, судді на дистанції.

Умови проведення: оцінювання за трибальною системою; за порушення знімати 1 бал; перемогу надавати команді, що набере найбільшу суму балів; усі учасники зобов'язані бути з емблемами.

Хід заходу

Спортивний зал прикрашено різнокольоровими прапорами й повітряними кульками. Лунають пісні на

спортивну тему. До залу прибувають команди-учасники, вболівальники, батьки учнів і запрошені гості.

Під марш команди шикуються в 5 колон. Учитель фізкультури складає рапорт директорові школи про готовність команд до проведення свята. Директор вітається з учасниками змагань і дозволяє відкрити свято.

Учасників та гостей вітають учні початкової школи.

Учень 1. У нашій школі знову свято
Чути гомін, жирій, сміх.
Ми зібрались привітати
Фізкультурників усіх.

Учень 2. Дорогі наші малята,
Любі хлопчики й дівчата,
І бабусі, й вчителі,
Вас вітаємо від душі.

Учень 3. І дорослим, і малятам
Спорт дає найбільше сили.
І змагаючись у залі,
Ми міцніємо на диво.

Учень 4. Ми не тільки книги любимо,
Інтересів в нас багато.
Підростаючи у спорті,
Б'ємо рекорди знань завзято.

Учень 5. Ми зібрались позмагатись,
Помірятись силою.
Хай зростають козачата
Здоровими та сильними.

Учень 6. Хай не буде суперечок
Серед нас ніколи,
Нехай спорт нас об'єднає
В нашій рідній школі.

Учень 7. Здорові діти – нація здорова,
Багата Україна і чудова.
Тож, діти, ви здоровими ростіть,
В майбутнє добрими ідіть!

Естафета «Біг із м'ячами»

Кожен учасник повинен одночасно двома руками прокотити два м'ячі до прапорців і повернутися назад звичайним бігом, тримаючи м'ячі в руках. Переможе команда, що швидше завершить естафету.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Влучно в ціль»

Кожен учасник кидає торбинку в обруч, розташований на відстані 3 м від команди. Переможе команда, в якій буде більше попадань у кільце.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Пролізь у тунель»

Команди сидять на гімнастичних лавах. На відстані 10 м від лав помічники тримають тунель завдовжки 5 м і заввишки 1 м. За сигналом перший учасник кожної команди пролазить у тунель, біжить уперед, оббігає прапорець, біжить назад і знову пролазить через тунель та передає наступному гравцеві пов'язку, яку одягає йому на руку, а сам сідає в кінець лави. Виграє команда, що раніше завершить естафету.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Гетьманська булава»

Учасники змагань сидять на гімнастичних ланах, а на відстані 3 м від них стоять помічники, які тримають вертикально гімнастичні обручі (3 шт.), притискуючи їх до підлоги, обручі стоять одне від одного на відстані 5 м. У руках учасник тримає булаву – символ козацької слави. За сигналом перший учасник пробігає по черзі обручі, оббігає прапорець і по прямій біжить, передаючи естафету наступному гравцеві, а сам сідає в кінець лави. Переможе команда, що швидше завершить естафету.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза)

Естафета «Силачі»

Двоє учасників стають у центрі залу на відстані витягнутої руки (краще виконувати естафету в центральному

баскетбольному колі), тримаючись за дерев'яне кільце. На відстані 1–2 м від кожного учасника стоїть кегля. За сигналом потрібно перетягнути суперника й узяти кеглю. Надається три спроби. Переможе той, хто двічі перетягне іншого гравця.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Комбінована естафета

Учасники сидять на гімнастичних лавах. За сигналом вони сідають на м'яч діаметром 40 см і стрибають на ньому вперед до тунелю, залишають м'яч, пролазять крізь тунель, біжать уперед, лягають на живіт на гімнастичну лаву й на животі підтягуються по лаві, оббігають прапорець. Назад виконують спочатку лазіння на животі по лаві, потім пролазять крізь тунель, сідають на м'яч, стрибають, передають естафету наступному учасникові, а самі сідають у кінець лави.

Перемога – 3 балів, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Перетягування канату»

Команди шикуються в колону по одному й беруть у руки канат, який вони за сигналом перетягують. Надається дві спроби. Якщо змагання завершаться в нічию, слід запропонувати третю спробу.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Журі оголошує результати змагань, відбувається нагородження переможців.)

ОЛІМПІЙЦІ СЕРЕД НАС

Спортивне свято для учнів 4-х класів

Мета: сприяти зміцненню здоров'я й залученню до спортивних змагань засобами естафет; виховувати в учнів почуття гордості за свій народ, за успіхи однокласників, свідоме ставлення до занять фізичною культурою.

Хід заходу

Свято розпочинається бадьорою піснею у виконанні Т. Повалій «Олімпійці України», під яку команди заходять до

зали й проходять коло пошани. Кожна команда має свою назву, емблему, спортивну форму.

Ведучий. Наше свято відбудуватиметься під девізом:

«Ні кроку назад,

Ні кроку на місці,

А лише вперед

Все швидше і швидше».

(Усі команди повторюють девіз змагань.)

Діти! Можливо, в цей спортивний час

Зростають олімпійці серед вас.

Сьогодні ми медалей не вручаємо,

Хоча серед вас ми олімпійців визначаємо.

Нехай їхні успіхи зростають,

Нехай до збірної команди поспішають.

Ми будемо раді повсякчас,

Що олімпійці ці зростали серед нас.

Олімпійська вікторина

1. В якій країні було започатковано Олімпійські ігри? *(У Греції.)*

2. Назвіть символ стародавніх Олімпійських ігор. *(Вінок із гілок оливи.)*

3. Чим нагороджували переможців Олімпійських ігор у Стародавній Греції? *(Вінком із гілок оливи.)*

4. Скільки медалей на рахунку наших олімпійців на Олімпійських іграх у Пекіні? *(27 медалей.)*

5. Скільки разів прапор України піднімали на Олімпійських Іграх у Пекіні? *(27 разів.)*

6. Який талісман у збірної олімпійської команди в Пекіні? *(Лелеченя.)*

7. Коли Володимир Кличко здобув золото на олімпійських іграх? *(У 1996 р. у Атланті.)*

Естафета «Барон Мюнхгаузен»

Команди стоять перед лінією старту, капітан сидить на «ядрі» (баскетбольному м'ячі або м'ячі діаметром 40 см із ручками). За сигналом капітан, підстрибуючи на «ядрі», рухається по синусоїді навколо булав (6 шт.), розставлених на

відстані 2 м одна від одної до прапорця, встановленого від лінії старту на відстані 20 м. Назад повертається бігом і передає естафету наступному учасникові. Виграє команда, що швидше завершить естафету.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Гонка на ганчірках»

Гравці шикуються в колону перед лінією старту. Перші гравці стоять на двох шматках матерії. За сигналом вони ковзають по підлозі, не відриваючи ніг від ганчірок, між установленими прапорцями до стіни й, торкнувшись її рукою, повертаються назад на лінію старту. Виграє команда, всі гравці якої швидше виконають завдання.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Естафета «Олімпійські кільця»

Гравці (5 дівчаток) шикуються перед лінією старту. Потрібно викласти олімпійську емблему. За сигналом ведучого перший гравець бере гімнастичне кільце (кільця розмальовані в різний колір олімпійських кілець), пробігає відстань 20 м і ставить на підлогу перше кільце, оббігає прапорець, розташований на відстані 3 м від кілець, і по прямій біжить назад, передаючи естафету наступному учасникові. Переможе команда, що швидше викладе олімпійську емблему.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бали.

(Музична пауза – танцювальний виступ)

Естафета «Олімпійський факел»

На ватмані намальовано олімпійський факел, проте аркуш розрізано на 10 частин. Завдання – скласти малюнок. За сигналом перший учасник бере перший квадрат і пробігає дистанцію 20 м, кладе квадрат на підлогу, оббігає прапорець, що стоїть на відстані 2 м, біжить назад і передає естафету наступному гравцеві. Переможе команда, що швидше складе малюнок.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бали.

Естафета «Лелеченя»

На ватмані намальовано талісман Олімпійської збірної України «Лелеченя», проте аркуш розрізано на 10 частин. Завдання – скласти малюнок. За сигналом перший учасник бере перший квадрат і пробігає дистанцію 20 м, кладе на підлогу квадрат із малюнком, оббігає прапорець, розташований на відстані 2 м, біжить назад і передає естафету наступному гравцеві. Переможе команда, що швидше завершить естафету.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бали.

Естафета «Тризубець і олімпійські кільця»

На ватмані намальовано емблему збірної України – тризуб та олімпійські кільця. Папір із малюнком розрізано на 10 квадратів. За сигналом перший учасник бере перший квадрат, пробігає дистанцію 20 м, кладе квадрат на підлогу, оббігає прапорець, біжить назад по прямій і передає естафету наступному гравцеві. Переможе команда, що швидше завершить естафету.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бали.

Ведучий. Ось і закінчилося наше свято.

Ах, мої сміливі діти!

Добре бігали, стрибали,

В ціль ви чітко так влучали,

Дуже вдячний я всім вам,

Що ви добре так змагались.

Що ніде не розгубились

І нічого не злякались.

Хай здоров'я всіх міцніше,

Ваші серденька радіють!

Зі спортом ви дружіть завжди,

Бо без спорту – нікуди.

(Журі оголошує результати змагань і нагороджує переможців подарунками, медалями та грамотами. Лунає музика. Гості й учасники змагань зачитують спортивний зал.)

НОВОРІЧНІ ПРИГОДИ ЖИВЧИКА

Спортивне свято для учнів 3–4-х класів

Мета: пропагувати здоровий спосіб життя; підтримувати охоту учнів до занять фізичною культурою; розвивати почуття взаємодопомоги, дружби й колективізму.

Обладнання: магнітофон, валянки, кожух, рукавички, шапка-вушанка, різнокольорові кульки, м'ячі, дрова (дощечки), олівці, лижі, ялинка.

Склад команд: 10 осіб (5 хлопців і 5 дівчат).

Назви команд: «Яблучко», «Грушки», «Лимончики».

Дійові особи: Живчик – учитель фізичної культури; Тік і Так – помічники (учні 9–10-х класів).

Хід заходу

Спортивний зал школи прикрашено різнокольоровими повітряними кульками та плакатами. Присутні батьки, учні різних класів, члени адміністрації, вчителі та гості.

Живчик. Сяє сонце, лід блискучий.

Білий сніг такий сліпучий.

Поспішає зима на свято,

Всім несе чудес багато.

Настає ясна година:

Новий рік у гості плине –

Ялинковий і чудовий,

Такий різнокольоровий.

Так. Дозвольте вам журі представить.

Хоч і серйозним воно є,

Та голос свій, свою усмішку,

Дотепним жартом віддає.

Привітання

Оцінювання назви команд, емблем, зовнішнього вигляду команд і девізів.

Тік. Для того, щоб розпочати наше свято, команди мають відгада. ти загадки про зиму.

Для команди «Яблучко»

Стало біло навкруги –

Я розтрушую сніги,
Наганяю холоди,
Води сковую в льоди.
Я дружу з дітьми всіма,
Здогадались? Я –... (*зима*).

Для команди «Грушки»
Що за гостя в нас така –
І зелена, і струнка?
Сяє зірка угорі,
На гіллячках – ліхтарі,
І ростуть на ній не шишки,
А цукерки та горішки? (*Ялинка.*)

Для команди «Лимончики»
Ніжна зірка сніжно-біла
На рукав мені злетіла,
Поки ніс її сюди –
Стала краплею води. (*Сніжинка.*)

Живчик. Новий рік іде горами
У червоних чобітках.
Сяють ясними вогнями
Скрізь ялинки по хатах.

Конкурс «Метелиця»

Учаснику треба рухатися вперед, тримаючи в руках палицю з різнокольоровими кульками, прив'язаними до неї, крутити нею навколо себе, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Живчик. Сніг кружляє і кружляє,
Пухом білим все вкриває.
Я ж замети розкидаю
І доріжки прокладаю.

Конкурс «Снігопад»

Учаснику треба, рухаючись уперед, якомога швидше скласти гірку з різнокольорових м'ячів, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Живчик. Надійшли морози, ріки закували
І березам кори інеєм прибрали.

Пухова перина очі убирає,
Біла скатертина – ні кінця, ні краю.

Конкурс «Снігові доріжки»

Учаснику Треба, тримаючи в руках дрова (дощечки, палиці), скласти доріжку, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Живчик. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте! Вам слово!

(Музична хвилинка)

Живчик. Місто, поле і луги –
Все засипали сніги.

А зима глядить з-під брів,
Не лякайте снігурів.

Від зорі і до зорі
Славлять зиму снігурі.

Конкурс «Лижні перегони»

Учаснику треба одягнути кожуха та валянки й рухатися на лижах уперед, оббігти фішку й передати естафету наступному.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Живчик. Ой зима, зима, зима –
Веселіш пори нема!

Гірка, сани, гомін, сміх.

Синій вечір, білий сніг

Дітлахи на ковзанах –

Скільки радості в очах!

Конкурс «Намалюй зиму»

Учаснику треба добігти до стіни, взяти олівець і обвести лінію (щоб на завершення було намальовано зиму), оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Живчик. Морозець, морозець,
Не щипай за щічки.
Теплі валянки у нас,
Шубки й рукавички.

Конкурс «Новорічний Санта-Клаус»

Учаснику треба швидко одягнути валянки, рукавиці, кожух, шапку-вушанку і, тримаючи в руках ціпок, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Живчик. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте! Вам слово!

(Музична пауза – танець «Ялинки»)

Конкурс уболівальників

Проводять Тік і Так.

Псують вони погоду,
Влаштовують негоду,
Ця нерозлучна пара –
Дощ і... *(хмара)*.

Що за диво: все село
Білим снігом замело?
Дива зовсім тут нема,
Це в село прийшла... *(зима)*.

В небі хмара пролітала,
Білий пух порозсипала,
Він на землю міцно ліг.
Називають його... *(сніг)*.

Народилася з хмаринки
Танцюристка-балеринка,
Покружляла в хороводі
Тай вместились на городі. *(Сніжинка)*

Конкурс «Прикрась ялинку»

Учаснику треба добігти до кола, взяти іграшку (стрічку, дощик тощо) і прикрасити ялинку, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Живчик. Гарна нічка новорічна!
Найчудовіша в зимі!
Новорічка-чарівничка...
Поміркуйте-но самі.

Конкурс «Новорічна рукавичка»

Учасники по черзі рухаються до «Новорічної рукавички» і складають із цукерок слово «Санта-Клаус», оббігають фішку й передають естафету наступному.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Живчик. Ой зима, зима, зима –
Веселіш пори нема!
Гірка, сани, гомін, сміх.
Синій вечір, білий сніг
Дітлахи на ковзанах –
Скільки радості в очах!

(Підбиття підсумків змагань. Нагородження переможців грамотами та новорічними подарунками.)

О СПОРТЕ! ТИ — НАСОЛОДА!

Спортивне свято для учнів 4-х класів

Мета: залучати школярів до систематичних занять фізичними вправами; сприяти гармонійному розвитку особистості; розвивати фізичні вміння та навички; виховувати почуття дружби, взаємодопомоги й колективізму

Обладнання: магнітофон, фішки, лапи (ступні), тунелі, коники абетка, малюнки вовка та зайця, колісниці.

Склад команд: 10 осіб (5 хлопців і 5 дівчат).

Назви команд: «Ягуари» і «Динаміт».

Дійові особи: Богиня Гера – вчитель фізичної культури; помічники Мілон і Діагор – учні 11-го класу.

Хід заходу

Спортивний зал школи прикрашено плакатами й різнокольоровими кульками. Присутні батьки, учні різних класів, члени адміністрації, вчителі різних шкіл і гості.

Богиня Гера. Розпочинаємо наше спортивне свято.
О спорте! Ти – насолода!

Ти – вірний, незмінний супутник життя.
Нашому духу й тілу ти щедро даруєш радість буття.
Ти – безсмертний. Ти живеш і сьогодні.
Ти, як естафету, передаєш нам цей спадок предків.
Минають століття. Життя торжествує.
Ти живеш, непідвладний часові, спорте!
Дозвольте вам журі представить.
Хоч і серйозним воно є,
Та голос свій, свою усмішку
Дотепним жартам віддає.

Привітання команд

Оцінювання назв команд, емблем, зовнішнього вигляду й девізів.

Богиня Гера. Для того, щоб розпочати наше спортивне свято, команди мають відповісти на загадки.

Б'ють мене старі й малі,
І в повітрі, й на землі.
Та від цього не вмираю,
Тільки весело стрибаю. (*М'яч.*)

Всі його ногами б'ють,
Відпочити не дають,
Він не журиться, не плаче –
На землі й по полю скаче. (*М'яч.*)

Конкурс «Переправа»

Учаснику треба лягти на скейт і рухатися вперед, підштовхуючись руками; назад повертатися бігом і передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Гера. О спорте! Ти – зодчий!
Ти – майстер гармонії.
Ти робиш нас сильними, спритними, статними.
Ти особливий, надзвичайний зодчий.
Твій будівельний матеріал – людина в русі.
Він існує. Вічний рух – це спорт!

Конкурс «Тунель»

Учаснику треба пролізти в тунель, оббігти фішку, повернутися назад бігом і передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Гера. О спорте! Ти – справедливість!

Ти вказуєш прямі, чесні шляхи,

Які шукають люди для досягнення мети,

Поставленої в житті.

Ти вчиш, що правила змагань – закон.

Непохитна твоя вимога – справедливість

Оцінок за справжні досягнення.

Конкурс «Кінники-стрибунці»

Учаснику треба затиснути коника ногами, стрибаючи вперед, оббігти фішку та передати естафету наступному.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Гера. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалій побільше давайте! Вам слово! *(Журі оголошує результати проведених конкурсів.)*

О спорте! Ти – радість!

Ти влаштовуєш свято для тих, хто прагне боротьби,

І для тих, хто прагне цією боротьбою навітшитися.

Ти – тріумф.

Ти розпалюєш кров. Змушуєш прискорено битися серця.

Як радісно, як відродно відгукнутися на твій заклик.

Конкурс «Родео»

Учаснику треба, сидячи на малому м'ячі й узявшись за вуха, про стрибати вперед, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза)

Богиня Гера. О спорте! Ти – благородство!

Ти – бездоганний. Ти вимагаєш високі моралі

Справедливості, непідкупності.

Ти будуєш стадіони – театри без завіс.

Ти накреслив на своїх скрижалях:

«Тричі найсолодша перемога отримана в благородній,

чесній боротьбі».

Конкурс «Олімпійські перегони»

Учаснику треба рухатися на лапах (ступнях) уперед, пересуваючи ногами, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Гера. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте! Вам слово! (*Виступ журі.*)

О спорт! Ти – шляхетність!

Ти осіняєш лаврами лише того,

Хто боровся за перемогу чесно, відкрито й безкорисливо.

Конкурс «Ну, постривай!»

Малюнок Вовка та Зайця потрібно розрізати на 20 квадратів і пронумерувати їх (від 1 до 20). Учасник підбігає до малюнка, бере один квадрат, клеїть його на стінку й передає естафету наступному. Учасники по черзі мають викласти малюнок Вовка та Зайця.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Вікторина «Всезнайка»

Богиня Гера. Зараз команди продемонструють свої знання про спорт. За кожну правильну відповідь – 1 бал.

(*Запитання слід ставити командам по черзі, час на обдумування – 30 с.*)

1. Як називається майданчик для боксу:

- а) поле;
- б) стадіон;
- в) доріжка;
- г) *ринг*?

2. Як називається майданчик для гри у великий теніс:

- а) ринг;
- б) басейн;
- в) татамі;
- г) *корт*?

3. Як називають бігуна на короткі дистанції:

- а) *спринтер*;

- б) марафонець;
- в) плавець;
- г) борець?

4. Як називають бігуна на довгі дистанції;

- а) бігунець;
- б) стрибунець;
- в) *стаєр*;
- г) плавець?

5. Де зазвичай відбуваються спортивні змагання з легкої атлетики:

- а) удома;
- б) у їдальні;
- в) у басейні;
- г) *на стадіоні?*

6. Скільки гравців грають у футбольній команді:

- а) 11;
- б) 12;
- в) 15;
- г) 22?

7. Скільки гравців грають у баскетбольній команді:

- а) 55;
- б) 5;
- в) 33;
- г) 11?

8. Скільки золотих медалей завоювала збірна команда України на останніх Олімпійських іграх у Пекіні:

- а) 27;
- б) 15;
- в) 5;
- г) 7?

Богиня Гера. О спорте! Ти – прогрес!

Ти сприяєш удосконаленню дітей – найпрекраснішого творіння природи.

Ти – спрямованість.

Ти переконуєш, що прогрес фізичний і прогрес моральний – два шляхи до однієї мети.

Конкурс «Гонка колісниці»

Учаснику треба сісти в колісницю й провести її до фішки, помінявшись одне з одним; передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Гера. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте! Вам слово! (*Виступ журі. Музична пауза.*)

О спорте! Ти – мир!

Ти встановлюєш хороші, добрі, дружні стосунки між класами.

Ти – злагода. Ти зближуєш учнів, які прагнуть єдності.

Ти – джерело благородного, мирного, дружнього змагання.

Ти збираєш молодь – наше майбутнє, нашу надію.

О спорте! Ти – мир!

Конкурс «Здорові діти – здорова нація»

Учасники по черзі повинні з абетки викласти фразу «Здоров'я – всьому голова».

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Гера. Наші змагання вдалися на славу.

Дійшли до фінішу усі по праву.

Достойні класи нагороди

Призи вручити вам ми раді!

Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте.

(Журі оголошує результати змагань. Нагородження команд кубком «Богиня Ніка», дипломами, призами та медалями.)

ЧАРІВНИЦЯ ВЕСНА-КРАСНА!

Спортивне свято для учнів 3–4-х класів

Мета: навчати висловлювати свої думки про природу; розвивати творчі здібності; прищеплювати любов до природи й уміння відчувати красу рідного краю.

Обладнання: магнітофон, різні квіти, ганчірки, фішки, пелюстки квітів, увічливі слова, пазли, олівці різнокольорові.
Склад команд: 10 осіб (дівчатка).

Назви команд: «Тюльпанчики», «Айстри», «Жоржини», «Гладіолуси».

Дійові особи: Весна – вчитель фізичної культури; Сонечко і Хмарка – помічники (учні 9–10-х класів).

Хід заходу

Весна. Я – весна-чарівниця,
Неначе цариця,
Наказ свій послала,
Щоб краса постала:
І квіти, і травка, й зелена муравка
З-під листя виходять,
Голівку підводять,
Од сну зимового
До сонця ясного.

Конкурс «Весняні квіточки»

Учаснику треба написати назви різних весняних квітів, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Весна. Добрий день усі у залі!
Бажаю всім теплої долі.
Добре, Сонечко ласкавеньке,
Й діти тут які гарненькі!
Щиро я усіх вітаю
У нашому краю!

Сонечко. Добрий день! Ви – молодці!
Посилаю вам свої промінці!
Я прокинулося рано,
Бо я – Сонечко весняне.

Конкурс «Пробудження»

Учаснику треба рухатися на ганчірках, тримаючи в руках квітку, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Хмарка. Кожній квітці навесні
Сняться кольорові сні.
Кульбабі сняться золоті,
Тюльпану сні червоні,
І дуже-дуже голубі
Дзвіночку лісовому.

Конкурс «Пелюстки квітів»

Учаснику треба скласти з різних пелюсток квітку (тюльпан, ромашку, троянду, незабудку, лілію), оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза)

Весна. Мама – найдорожче слово в світі!
Де б не був ти, що би не робив,
Вона завжди тебе зігріває
Ніжним серцем, відданим тобі.

Конкурс «Подарунок матусі»

Учаснику треба викласти лагідні слова для матусі, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Сонечко. Ті квіти дрібненькі,
Мов діти маленькі,
Розбіглися в гаю.
Я їх назбираю
В пучечок докупи
Для мами-голубки!

Конкурс «Букет квітів»

Учаснику треба якомога швидше зібрати по черзі з різних квітів букет, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс уболівальників (загадки про весну)

Хмарка. Ясне сонечко пригріло,
Розігнало довгі сні,
В рівчаках заклекотіло –

Все діждалося... (*весни*).

Дівчина з коромислом
Вийшла в дощик літній,
А на тім коромислі
Стрічки семицвітні. (*Веселка*.)

Серед моря-моря стоїть золота комора. (*Сонце*.)

Дерев'яне, а не полінце,
Шість дірочок має, весело співає. (*Сопілка*.)

Крилами махає, а не літає. (*Вітряк*.)

Я найперша зацвітаю
Синім цвітом серед гаю.
Відгадайте, що за квітка,
Бо мене не стане влітку. (*Пролісок*.)

Весна. Квіти-діти посилають
Усім вам привіти.
Абетку підготували квіткову
І зробити ми її готові.

Конкурс «Абетка квітів»

Учаснику треба з пазлів викласти різні назви квітів (кульбаба, айстра, барвінок, звіробій, нарцис), оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Весна. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте! Вам слово!

(Виступ журі. Музична)

Ось бери дарунки ці:
Тут і фарби, й олівці.
Намалюй у подарунок
Своїй матусі цей малюнок,
А квіти нехай живуть.
Ну, пора мені у путь!

Конкурс «Квіточки для мам»

Учаснику треба намалювати по черзі різні квіти, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Весна. Скрізь хай буде сонячно,
Не гуркоче грім.
Миру побажаємо
Дітям ми усім!

Сонечко. Щоб жили спокійно діти,
Сонце лагідно сіяло,
Щоб лунала всюди-всюди
Пісня радісно моя.

(Музична пауза. Змагання завершуються підбиттям підсумків. Журі оголошує результати. Нагородити переможців подарунками та призами.)

СВЯТО ВЕСНЯНИХ КВІТІВ

Мета: прививати любов до збереження природи; формувати вміння розрізняти квіти польові та садові; розвивати тісний зв'язок між живою та неживою природою.

Обладнання: магнітофон, квіти різнокольорові, вазон, чашка, вода, надруковане сонце з промінчиками, бджілки.

Склад команд: 10 осіб (5хлопців і 5 дівчаток).

Назви команд: «Проліски», «Барвінки», «Шипшини».

Дійові особи: Фея квітів – учитель фізичної культури; Промінчики – помічники (учні 9–10-х класів).

Хід заходу

Фея квітів. Час давно уже вставати.

Годі, Квіточки, вам спати!

Гляньте, сонечко сміється,

В небі жайворонок в'ється.

В'ється, радісно співає,

Він весну вам сповіщає.

Промінчики. Ми сонечка посланці,
Веселі промінці.

Ми любимо весну –

Зелену, чудесну.

І дощик співучий,

І луки широкі,

І ріки глибокі,
І поле веселе,
І рідні оселі,
І цвіт у маю –
Всю землю свою!

Конкурс «На галявині квітів»

Учаснику треба, тримаючи в руках різнокольорову квітку, покласти її у вазон, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Фея квітів. Прокидайтеся, прокидайтеся!
Умивайтесь, звеселяйтесь!
Годі спати вам, рідненькі,
Пісні звучать веселенькі!
Вставайте, любі квіти,
Пісням будемо радіти.

Конкурс «Пробудження квітів»

Учаснику слід, тримаючи в руках різнокольорову квітку, рухатися вперед, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Фея квітів. Що ж робити? Як бувати?
Зникли усі Квіти,
І свято – не свято.
Я хочу своє слово сказати:
Хмаринка може нас врятувати.

Конкурс «Хмаринка»

Учаснику треба добігти до фішки, взяти чашку, налити воду в пусту посудину, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза)

Фея квітів. Квіти наші веселенькі,
Ясноокі й чарівненькі,
Загадки вміють промовляти.

Хто з вас може відгадати?

Конкурс уболівальників (загадки про квіти)

Промінчики. Я – краса і сила, мов багряний політ,
Мене природа красою нагородила,
Щоб тішив очі мій цвіт. *(Мак.)*

Я – королева квітника,
Гарна і красива.
На стеблах маю колючки,
В них захист мій і сила. *(Троянда.)*

На стрункій високій ніжці
Біля річки на лужку
У косинці білосніжній
Стрінете квітку ось таку. *(Ромашка.)*

Із зеленої сорочки.
Що зіткав весною гай.
Білі дивляться дзвіночки.
Як зовуть їх, угадай? *(Конвалії)*

Росте на наших луках
Квітонька дрібна,
Дала їй очі сині
Ненечка-весна. *(Волошка)*

(Оголошення результатів попередніх конкурсів.)

Фея квітів. Спитала Квітка в Сонця:

– Коли мені цвісти,
Щоб ти для нас тепліше
Світило з висоти?
А Сонце усміхнулось,
Заграло у росі:
– Лише під мирним небом
Щасливі ми усі.

Конкурс «Сонечко»

Учаснику треба добігти до фішки, викласти елемент сонця з промінчиками, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза – виступ учнів 6-х класів із піснею «Конвалія».)

Фея квітів. А вранці прокидаються
Квіти і там, і тут.
І райдужними зграйками
Для всіх навкруг цвітуть.

Конкурс «Бджілки»

Учаснику треба рухатися вперед, тримаючи в руках бджілку, до фішки й наклеювати бджілок на квіти, розміщені у вазоні, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Фея квітів. Не рви повні жмути,
Не рви в букети квітів.
Все, що навколо бачиш ти.
Рости повинно й жити.

Конкурс «Букет»

Учаснику треба, тримаючи в руках різні квіти, скласти букет, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза – виступ учнів 9-х класів із танком «Весняні квіти».)

Фея квітів. Природа – як рідний дім,
Вона усім нам – мати.
Щоб лад завжди був в домі тім,
Про це нам треба дбати.

Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте! Вам слово!

(Змагання завершено, підбиття підсумків. Журі оголошує результати. Нагородження переможців квітами й подарунками.)

ТАТО, МАМА І Я – СПОРТИВНА, ДРУЖНА СІМ'Я **Спортивне свято для учні» 5-х класів,** **присвячене Олімпійським Іграм**

Мета: виховувати любов до фізкультури та спорту; розвивати фізичні уміння та навички; зміцнювати здоров'я; формувати колектив класної родини, залучати дітей і батьків до повсякденних занять фізичною культурою; привернути увагу до спортивних форм сімейною дозволя.

Обладнання: магнітофон, секундомір, скакалки, тенісні м'ячі, обручі, гантелі, дощечки, великі м'ячі діаметром 40–60 см, автобуси, великі лапи, кошики, фішки.

Склад команд: дві команди по 9 осіб (у кожній команді три – мама, тато й дитина).

Дійові особи: Олімпійська Богиня Гера – вчитель фізичної культури; Геракл і Зевс – помічники (учні 10-х класів).

Хід заходу

Спортивний зал школи прикрашено Олімпійськими плакатами, різнокольоровими кульками та устатковано необхідною для супроводу апаратурою. Присутні батьки, учні різних класів, члени адміністрації, вчителі різних шкіл і гості.

Лунає музика, команди заходять до спортивної зали. Учень 10-го класу заносить олімпійський вогонь.

Геракл. Довгий шлях пройшов цей вогонь.

Факел із цим вогнем, переходячи з рук у руки,

Йде через віки, через моря й океани,

Досягаючи всіх континентів

Задля миру в усьому світі.

Богиня Гера. Священний вогонь Олімпійський,

Палай над землею в віках.

Не треба вогню Хіросіми,

Не треба Хатині вогню,

А факел, сьогодні запалений,

Хай дружбу сімей зміцнить.

Сьогодні свято присвячене «Олімпійським іграм – 2028».

Привітання команд

Команда «Сармати»

О Спорте! Ти – насолода!
Спливає час, за віком вік.
Життя надмірно тріумфує
Скрізь, де проходить чоловік,
Там завжди поруч спорт
Крокує! (*Всі разом.*)

Команда «Скіфи»

О Спорте! Ти – радість!
О спорте, ти радість на всякчас.
І на яву, й немов ти сон,
Ти до вершин підносиш нас.
І відкриваєш горизонти (*всі разом*).

(Музична пауза)

Богиня Гера. Розпочинаємо наші змагання.

Конкурс «Олімпійський слалом»

Учасник лягає на візок животом, рухається вперед до фішки, ноги прямі або зігнуті. Назад повертається бігом, тримаючи візок у руках.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Олімпійські гонки»

Учасник (дитина) сідає на візок, зігнувши коліна й тримаючись руками, другий штовхає його в спину. Назад гравець повертається бігом, тримаючи візок у руках. Потім сідає мама, її штовхає тато, назад бігом із візком у руках, сідає тато, а мама й дитина удвох штовхають його і фішки, назад повертаються бігом утрюх із візком у руках.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Олімпійські стрибунки»

Учасник (дитина) стрибає на м'ячі діаметром 40 см, мама й тато – на м'ячах діаметром 60–80 см на відстань 15–20 м до фішки, назад бігом із м'ячем у руках.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза – виступ групи підтримки. Судді підраховують і оголошують підсумки трьох конкурсів і привітання команд.)

Конкурс «Олімпійські зірки» (для мам)

Треба якомога швидше перенести 10 тенісних м'ячів із кола в коло на відстань 5 м.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Олімпійські силачі» (для татів)

Треба якомога більше разів виконати згинання й розгинання рук в упорі лежачи від підлоги упродовж 30 с.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Олімпійська вікторина» (для дітей)

За кожну правильну відповідь – 1 бал. Команда, що правильно відповість на запитання суперників, отримує додатковий 1 бал.

Питання для команди «Скіфи»

1. В якій країні були започатковані Олімпійські ігри? (*У Греції.*)
2. Чим нагороджували переможців Олімпійських ігор у Стародавній Греції? (*Вінком із гілок оливи.*)
3. Скільки разів піднімали прапор України на Олімпійських іграх у Пекіні? (*27разів.*)

Питання для команди «Сармати»

1. Хто, за легендами древніх греків, заснував перші Олімпійські ігри? (*Геракл.*)
2. Як називали переможців у Стародавній Греції? (*Олімпіоніками.*)
3. Який талісман олімпійської команди України? (*Лелеченя.*)

Конкурс «Олімпійське лелеченя»

Учасники пересуваються в мішках без дна на відстань 10–15 м і викладають по черзі емблему збірної України, назад повертаються бігом, тримаючи мішок у руках.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза – виступ групи підтримки. Судді підраховують ваш ш оголошують підсумки.)

Конкурс «Олімпійські перешкода»

Учаснику треба бігом подолати «олімпійський» тунель і викласти різнокольорову піраміду, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Гера. Увага! До наших рук потрапила цікава телеграма, яку треба розгадати.

Конкурс «Олімпійська телеграма»

Учаснику треба добігти до стільця, взяти літеру, повісити її на мотузок, приколовши прищіпкою. Потрібно викласти з літер фразу «Олімпіада, Лос-Анджелес – 2028».

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Гера. Дорогі друзі! Наше Олімпійське свято завершилося. Ці змагання скріпили й здружили сім'ю, дали поштовх займатися фізичною культурою та прагнути до здорового способу життя.

Дія підбиття підсумків і нагородження переможців слово надається членам журі.

(Журі оголошує підсумки змагань. Нагородження переможців грамотами й призами.)

МИ – ДІТИ ТВОЇ, УКРАЇНО!

Спортивне свято для учнів 5–6-х класів

Мета: ознайомити учнів із культурною спадщиною рідного краю (традиціями, звичаями, обрядами); розвивати почуття патріотизму до свого краю; виховувати шанобливе ставлення до України.

Обладнання: магнітофон, фішки, пазли, малюнки, кубики, дари природи.

Назви команд: «Українці», «Мешканці», «Господарі».

Склад команд: три команди по 14 осіб (5 хлопців, 5 дівчат, учитель української мови та батьки учнів).

Дійові особи: Україночка – вчитель фізичної культури; щирі українці – помічники (учні 8–9-х класів).

Хід заходу

Святково прибраний зал. Учні та батьки одягнені в українські національні костюми. Відповідно обладнаний куточок – селянська хата з традиційним інтер'єром, куточок сільського двору, куточок ремісника тощо.

Привітання команд

Оцінюються назви команд, пісні, танці, емблеми й привітання.

Україночка. Україно, земле рідна,
Земле сонячна і хлібна,
Ти навек у нас одна.
Ти, як мати, найрідніша,
Ти з дитинства наймиліша.
Ти і взимку найтепліша –
Наша отча сторона.

Конкурс «Україно моя»

Учасники по черзі беруть малюнки, біжать до фінішу й викладають із малюнків місто Київ, оббігають фішку і передають естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Україночка. Україно! Краю милий,
Краю золотавий!
Поля твої широкополі,
Пісні дзвінкоголосі,
Міста наші рідні.

Конкурс «Пісня моя»

Учасники по черзі беруть таблички зі словами, біжать до фінішу, складають текст пісні «Києве мій», оббігають фішку й передають естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Україночка. Українська земля! Де є краще,
Де миліше, як не в Україні?
Рідна земля, батьківська хата,
Сині ріки, зелені гаї.

Конкурс «Батьківська хата»

Кожен учасник бере кубик, біжить до фінішу, складає з кубиків «батьківську хату», оббігає фішку й передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза)

Україночка. Україна чудесна, мов чаша.

Багатством щедро налита украй.

Чи знаєш: земля рідна наша

На світі – це справжній освячений раб.

Конкурс «Дари природи»

Учасник біжить до фінішу й збирає дари природи (яблука, груші, картоплю тощо), оббігає фішку й передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс для вболівальників

За кожну правильну відповідь уболівальник приносить своїй команді 1 бал.

1. Столиця нашої держави? (*Київ.*)
2. Що належить до державної символіки України? (*Герб, гімн, прапор.*)
3. Кого в родині називають берегинею? (*Матусю.*)
4. Символ, який дівчата о одягають на голову в свята? (*Вінок.*)
5. Який куш вважається в Україні народним? (*Калина.*)
6. Улюблена страва українців? (*Вареники.*)

(Музична пауза – пісня «Україночка».)

Україночка. Коровай золотавий,

Картопля смачна.

Тільки все ми не їмо,

А орачам віддаємо.

Зі святом всіх вітаємо,

Щастя всім бажаємо!

Конкурс «Ой, варенички, варенички»

Кожен учасник біжить до фінішу, швидко ліпить із пластиліну вареник, оббігає фішку і передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічим – 2 бали, поразка – 1 бал.

Україночка. Любіть Україну, як сонце, любіть

Вишневу свою Україну,

Красу її, вічно живу і нову,

І мову її солов'їну.

Любіть Україну всім серцем своїм

І всіма своїми ділами.

Конкурс «Український вінок»

Кожен учасник із квіткою в руках біжить до фінішу, залишає там квітку, оббігає фішку і передає естафету наступному гравцеві. Останньою учаснику слід на фініші сплести вінок і повернутися з ним до Команди.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Україночка. Ще країна є на світі,

Мої добрі, милі діти,

Що її, мов рідну матір.

Ви повинні поважати.

Називається країна –

Рідна наша Україна,

Конкурс «Вбрання українців»

На фініші стоїть матуся, біля неї – одяг (український костюм). Кожен учасник добігає до матусі, одягає на неї один елемент українського вбрання й повертається до команди. Переможе команда, що швидше одягне свою матусю.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Україночка. Київ – серце України

І найстарше місто в світі.

Хоч пройшов усякі зміни.

Гарний і в зимі, і в літі.

Конкурс «Києве мій. Батьківщино моя»

Кожен учасник бере на старті табличку з літерою, біжить до фінішу й викладає фразу «Київ – серце України», оббігає фішку й передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Україночка. Любіть Вітчизну, любіть завжди,

Поля її рясні й зелені сади.

І не жалійте її за дні молоді.

Ні крові у битві, ні поту в труді.

Любіть Вітчизну, любіть завжди,

І села її, і її сади.

І їй – всі бажання, пориви й думки

На світлій дорозі у світлі віки.

*(Свято завершується підбиттям підсумків.
Нагородження переможців дипломами й подарунками.)*

НУМО БРАТТЯ!

Спортивне свято,

присвячене Дню Захисника Вітчизни

Мета: долучати учнів до джерел національної історії й культури; сприяти патріотичному вихованню кожного учня, осмисленню себе як частинку українського народу; пробуджувати національну свідомість; загартовувати вихованців фізично та морально.

Обладнання: магнітофон, секундомір, гімнастичні мати, маленькі обручі, дощечки (лапи), фішки, кеглі, гранати, військова форма, протигаз, великий обруч, чоботи, канат.

Склад команд: 10 осіб (5 хлопці і в і 5 дівчат).

Назви команд: «Бійці», «Парашутисти», «Прикордонники».

Дійові особи: Військовий командир – учитель фізичної культури; Солдати – помічники (учні 10 – 11-х класів).

Хід заходу

Зал святково прикрашено, на стінах спортивні стіннівки, лозунги та плакати, що додають учасникам змагань спортивного настрою, наснаги й бажання перемоги. Присутні

батьки, учні різних шкіл, члени адміністрації, вчителі й гості.

Військовий командир. У нашій школі знову свято,
Чути музику і сміх,
На спортивнім святі нині
Ми вітаємо усіх.
Обіцяємо, що не буде
Ніхто нині сумувати,
Всіх ми кличем разом із нами
Участь в конкурсах узяти.
Ми будемо змагатися,
Бігати й стрибати,
Щоб радість перемоги
Усім подарувати.
Якщо хтось і програє,
То не страшний той гріх:
Одну ми перемогу
Розділимо на всіх.

Привітання команд

Оцінюються назви команд, емблеми, військові пісні й девізи.

Військовим командир. Визначати переможців
Буде в нас журі поважне,
Воно буде, знаємо точно,
Об'єктивне та уважне.

(Представлення членів журі, виступ учнів 9–10-х класів – «Військовий танок».)

Військовий командир. Представляємо вам нині
Дві команди суперсильні.
Вони сповнені бажання
Перемогти неодмінно.

Конкурс «Вперед у бій»

Учасник, тримаючи в руках гранату, рухається повзком до фінішу, обходить фішку, бігом повертається назад і передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Переправа»

Перший учасник рухається до фінішу, тримаючи навколо себе обруч, оббігає фішку, повертається назад, бере в обруч другого учасника, оббігає з ним фішку (переправляє його на інший берег), повертається і передає естафету наступному гравцеві. Переможе команда, учасники якої першими переправляються на інший берег.

Перемога 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «На мінному полі»

Учасник із гранатою в руці рухається до фінішу, переставляючи дощечки й стаючи на них, оббігає фішку, назад повертається бігом і передає естафету (гранату та дощечки) наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза)

Конкурс «Оточування»

Пряму від старту до фінішу слід викласти маленькими обручами. Учасник із гранатою в руках стрибками з кола в коло рухається до фінішу, оббігає фішку, повертається назад бігом і передає естафету (гранату) наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Журі оголошує результати попередніх конкурсів.)

Конкурс «Солдат-переможець»

Учасник бере на старті частину малюнка «Солдат-переможець», біжить до фінішу її викладає великий малюнок. Переможе команда, що першою складе свій малюнок.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Важкі чоботи»

Перший учасник одягає на старті важкі чоботи, біжить уперед, оббігає фішку, повертається до команди й передає естафету (чоботи) наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «У бій ідуть одні старі»

Перший учасник на старті одягає військову форму (кітель) і протгаз, бере гранату, біжить до фінішу, оббігає фішку, повертається до команди й передає естафету (кітель, протигаз і гранату) наступному іранцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Перетягування каната»

Бере участь уся команди. Команди-суперниці шикуються в колони одна навпроти одної, кожна та своєю лінією. За першим сигналом гравці беруть канат, за другим – починають його тягти. Виграє команда, що перетягне суперників за свою лінію.

(Музична пауза – вірші на військову тематику)

Військовий командир. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів багато давайте! Вам слово!

(Журі оголошує результати. Нагородження переможців грамотами, медалями та подарунками.)

ОЛІМПІАДА КРОКУЄ КОНТИНЕНТАМИ

Спортивне свято для учнів 5–6-х класів

Мета: розвивати руховий апарат, фізичні вміння та навички учнів; виховувати любов до фізкультури та спорту, почуття дружби, колективізму, взаємодопомоги.

Обладнання: секундомір, магнітофон, олімпійський вогонь, олімпійський прапор, фішки, кубики, цукерки, пляшка з водою, шашка, повітряні кульки, гумові м'ячі, мішечки з піском, пазли, камінці, обручі.

Склад команд: 10 осіб (5 хлопчиків та 5 дівчаток).

Назви команд: «Африка», «Азія», «Австралія», «Америка», «Європа» .

Дійові особи: Богиня Деметра – вчитель фізичної культури; олімп іоніки – помічники (учні 9-х класів).

Хід заходу

Спортивний зал школи прикрашено олімпійськими плакатами й різнокольоровими кульками. Присутні батьки,

вчителі різних шкіл, члени адміністрації та гості. До залу заносять прапор і під музичний супровід заходять команди. Грає Олімпійський гімн, до спортивного залу з олімпійським факелом заходить учень.

Учень. Довгий шлях пройшов цей вогонь,
Факел з цим вогнем, переходячи і рук у руки,
Йде через віки, через моря і океани,
Досягаючи всіх континентів,
Задля миру в цьому світі.

(Богиня Деметра заходить до залу на роликах, на машині або на самокаті.)

Богиня Деметра. Священний вогонь олімпійський,
Палай над землею віки!
Не треба вогню Хіросіми,
Не треба Хатині вогню.
А факел, сьогодні запалений,
Хай дружбу народів зміцнить.
Олімпіада крокує між континентами.

Привітання команд (девизи – «Ода про спорт»)

Команда «Африка»

О Спорте! Ти – насолода.
Спливає час за віком вік.
Життя незмінно тріумфує.
Скрізь, де проходить людина,
Там завжди поруч спорт крокує.

Команда «Азія»

О Спорте! Ти – благородство!
О Спорте! Відкриємо тобі:
Ти біль, ти радість до юродства,
Ти вчитель наш у доброті,
Який навчає благородства!

Команда «Австралія»

О Спорте! Ти – радість!
О Спорте, ти радість повсякчас.
І наяву, й немов ти сон.

Ти до вершин підносиш нас
І відкриваєш горизонти.

Команда «Америка»

О Спорте! Ти – справедливість!
І справедливість – то взірець
Твоїм окремим є каноном.
О спорте, ти сам і є борець.
За справедливість під законом!

Команда «Європа»

О Спорте! Ти – прогрес!
Фізичний розпиток – прогрес,
Що в парі з кодексом моралі,
З ім'ям прекрасним – Спорт – прогрес
Виводить нас у нові далі.

Богиня Деметра. Розпочинаємо Олімпійські змагання між континентами.

Конкурс «Сороконіжка»

Учасник стрибає и присіді (стрибки жабкою), оббігає фішку й передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Криниця»

Учасник на старті бере шашку, набирає воду, наливає її в пластмасову пляшку (5 л), оббігає фішку й передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Фортеця»

Учасник бере на старті кубик, біжить до лінії фінішу, складає з кубиків фортецю, оббігає фішку й передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза – танець зі стрічкою « Чарівна квітка»)

Конкурс «Жаднюга»

Учаснику потрібно набрати якомога більше цукерок (шишок, камінців тощо), добігти до фішки, покласти їх у

кошик, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс уболівальників «Олімпійська вікторина»

1. Розкажіть про розташування олімпійських кілець. *(Синє, чорне, червоне, жовте, зелене на біному полотнищі.)*

2. Що належить до олімпійської символіки? *(Олімпійська емблема, олімпійський прапор, олімпійське гасло, олімпійський гімн, олімпійський вогонь та олімпійський смолоскип.)*

3. Який девіз олімпійських ігор? *(Швидше. Вище. Сильніше.)*

4. Що означає олімпійська хартія? *(Комітети Олімпійських країн світу.)*

5. Скільки разів не проводили сучасні Олімпійські ігри? *(Тричі – у 1916, 1940, 1944рр.)*

Конкурс «Переправа»

Учасникам слід по черзі переправитися на іншу сторону до фішки. Перший учасник із обручем забирає другого, вони оббігають фішку, і перший залишається на фініші, а другий повертається за третім. Переможе команда, всі гравці якої першими будуть на фініші.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Кульки»

Учасник веде повітряну кулю, вдаряючи по ній палицею, намагаючись загнати її в кошик, оббігає фішку й передає естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс капітанів

1. «Метальник». Капітану слід влучити в кошик гумовим м'ячем із відстані 3-4 м (3 спроби).

2. «Снайпер». Капітану потрібно, ударяючи ногами по мішечку з піском (горохом, сіллю), попасти в мальовану мішень (коло, кубик) (3 спроби).

3. «Шайбу в коло». Капітану треба закинути шайбу в коло (діаметр кола 20–30 см) із відстані 1,5-2 м (3 спроби).

4. «Скинь капелюх». Учаснику слід скинути капелюх із супротивника, а свій захистити. Кожному капітану прив'язати ліву (праву) руку до тіла (3 спроби).

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Олімпійські кільця»

Учасникам слід по черзі викласти «олімпійські кільця» з камінців (кубиків, аркушів паперу, повітряних кульок, гумових м'ячів, стрічок), оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

(Музична пауза – танець «Олімпійська хвиля»)

Конкурс «Олімпіада»

Учасникам потрібно по черзі викласти з пазлів слово «Олімпіада», оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Олімпійський смолоскип»

Учасникам треба по черзі пронести олімпійський смолоскип, оббігти фішку й передати естафету (смолоскип) наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Богиня Деметра. І сталося диво! Вже друге століття
Священний вогонь олімпійський палає.
Мільйони атлетів з усіх континентів
На форум спортивний всіх разом збирає.

(Судді оголошують результати змагань і нагороджують переможців, капітани команд опускають прапор. Усі учасники змагань вітають одне одного, вони – єдина олімпійська сім'я.)

НОВОРІЧНІ ПРИГОДИ СНІГОВОЇ КОРОЛЕВИ

Спортивне свято

Мета: залучати школярів до систематичних занять фізичною культурою; сприяти гармонійному розвитку особистості; розвивати фізичні вміння та навички;

виховувати почуття дружби, взаємодопомоги, колективізму, вміння діяти згуртовано, спритно.

Обладнання: магнітофон, різнокольорові кульки, дощечки, лижі, фішки, пазл, м'ячі великі діаметром 50–60 см, візок (скейт), різнокольорові тунелі, кульки білого кольору, килими з мотузкою, ракетки для гри в бадмінтон, кожухи, шапки-вушанки, дрючки.

Склад команд: 10 осіб (5 хлопців і 5 дівчат).

Назви команд: «Розбійники», «Визволителі».

Дійові особи: Добра фея – вчитель фізичної культури школи; Герда і Кай, розбійниця, чорний ворон – помічники (учні 10–11-х класів).

Хід заходу

Спортивний зал школи прикрашено новорічними плакатами, різнокольоровими кульками, новорічним дощиком і ялинкою. Присутні члени адміністрації, вчителі, батьки, учні різних класів, шкільні гості.

Добра фея. Розпочинаємо наше новорічне свято, що, сподіваюся, принесе вам багато радості й сміху, сподівань і надій на краще, а також ігор, забав і подарунків.

День за днем, за тижнем тижні,

Непомітно лине час.

Різні зміни дивовижні

Відбуваються у нас.

Ось і Грудень, ясний Грудень

Святково землю вбрав.

Привітання команд

Оцінюються назви команд, емблеми, новорічні підтримки 6-х класів.

Добра фея. Дозвольте вам журі представити.

Хоч і серйозним воно є,

Та голос свій, свою усмішку

Дотепним жартам віддає.

(Представлення журі.)

Для того, щоб розпочати пошуки Кая, команди мають відгадати **загадки**:

Завірюха віє в полі,
Скрізь стоять дерева голі.
Все пухнастий сніг покрив,
І замовк пташиний спів.
Горобці одні «цвірінь»,
А синичкам, мабуть, лінь.
Лиш скрекочуть десь сороки.
То яка це пора року? (*Зима.*)

Прийшла до нас бабуся
У білому кожусі.
Поля причепурила –
Пухнастим снігом вкрила.
Вгадайте – хто вона,
Бабуся чепурна? (*Зима.*)

Нам потрібно допомогти Герді знайти і повернути додому її брата Кая, якого викрала Снігова королева й заховала у своєму замку. Але це буде нелегко, тому що Снігова королева підготувала багато перешкод. Час вирушати на пошуки Кая!

(Музична пауза – «Танець сніжинок»)

Добра фея. Ой, здається, ми заблукали! Треба швидше знайти вихід!

Конкурс «Санчата»

Учасник лягає на візок (скейт) животом і, відштовхуючись руками, рухається вперед до фішки із рівними або зігнутими ногами. Назад повертається бігом, тримаючи візок (скейт) у руках.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Добра фея. Взимку вкрили ми навкруг
Ліс, дорогу, поле й луг.
А як сонце припече
Ми струмочком потечемо. (*Сніжинки.*)

Конкурс «Льодовий тунель»

Учаснику треба бігом подолати льодовий тунель із шишками в руках, покласти у кошик і бігом повернутися назад, оминаючи тунель.

Перемога – 1 бал, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Добра фея. В небі хмара пролітала,
Білий пух порозсипала.
Він на землю міцно ліг,
Називають його... *(сніг.)*

Конкурс «Олені»

Учаснику треба стрибати на м'ячі діаметром 50–60 см, тримаючись руками за вуха м'яча, «змійкою», оббігти фішку і передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Добра фея. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте! Вам слово. *(Виступ журі.)*

(Музична пауза – «Частушки новорічні»)

Добра фея. Срібна зірка, біла-біла,
На долоню теплу сіла.
І як сіла, то й розтала –
Голуба водиця стала. *(Сніжинка.)*

Конкурс «Повітряні сніжинки»

Учаснику треба пересуватися бігом, підбиваючи надувні кульки (білого кольору) ракетками. Кульки потрібно залишити на фініші у великому колі (намальоване крейдою коло або великий обруч).

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Розбійниця. Росте вона холодною зимою,
Росте вона додолу головою,
А тільки сонечко засяє – Вона заплаче й помирає. *(Бурулька.)*

Конкурс «Льодовики»

Учаснику треба пересуватися на двох дощечках розміром 20–30 см. Перекладаючи по черзі дощечки й по чергово наступаючи то на одну, то на іншу, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Розбійниця. Біла, як сорочка,
Пухнаста, як квочка,
Крил не має, а гарно літає,
Що це за птиця, що сонця боїться? (*Сніг.*)

Конкурс «Лижники»

Учасникам треба пересуватися парами на лижах, тримаючись одне за одного, оббігти фішку й передати естафету наступному гравцеві.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Добра фея. Шановне журі, слово ваше вагоме, балів не жалійте, побільше давайте! Вам слово. (*Виступ журі.*)

(*Музична пауза – «Танець ялинок»*)

Чорний ворон. Без рук, без олівця
Малює без кінця. (*Мороз.*)

Конкурс «Карета Снігової королеви»

Учаснику треба пересуватися бігом, тягнучи позад себе килим із мотузкою, на якому сидить другий учасник, оббігти фішку, взявшись за руки, назад повертатися бігом.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Чорний ворон. Я падаю на ваші хати,
Я білий-білий, волохатий,
І називаюсь просто... (*сніг.*)

Конкурс «Цікава телеграма»

Кожен учасник одягає на старті кожух та шапку-вушанку, бере одну літеру і біжить до фішки, залишає літеру, оббігає фішку, повертається назад і передає естафету (шапку та кожух) наступному гравцеві. Останній учасник має викласти фразу «Новий рік». Переможе команда, що швидше виконає завдання.

Перемога – 3 бали, нічия – 2 бали, поразка – 1 бал.

Конкурс «Зустріч Герди зі Сніговою королевою»

1. «Сніжки на льоту» (метання дротиків). Учасник із 3 спроб метає дротики в ціль, що висить на висоті 2 м, із

відстані 3–5 м. Переможе той, хто більше разів влучить у ціль.

2. «Сонячний промінь» (бурулька та сонце). Учаснику треба добігти до лінії й метнути дротик або стріли та обов'язково з 3 спроб попасти в повітряну кульку. Переможе той, хто більше разів влучить у ціль.

Добра фея. Наша подорож вдалася на славу,

Дійшли до фінішу усі по праву.

Достойні всі ви нагород!

Призи вручити вам ми раді!

Наша казка завершилась, як і наші змагання. Добро перемогло зло. З Новим роком!

(Журі оголошує результати змагань. Нагородження переможців дипломами та новорічними подарунками.)

ЛІТЕРАТУРА

1. Андросчук Н. В., Леськів А. Д., Механошин С.О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Тернопіль: Підручники і посібники, РІК.

2. Ареф'єв В. Г., Качеров О. Б. Основи здоров'я та фізична культура. 2–4 класи. К.: Просвіта, 2003.

3. Бакалій В. П. Загальнорозвивальні та гімнастичні вправи. Х.: ранок, 2010.

4. Буханченко Р. Чарівні пори року: Хрестоматія для позакласного читання. 1–5 класи. Донецьк: ТОВ ВКФ «БАО», 2007.

5. Боберський І. Рухливі ігри та забави. Тернопіль, РВВУП, 1991.

6. Васьков Ю. В. Нетрадиційні рухливі ігри в системі фізичного виховання учнів. Х.: Ранок, 2010.

7. Ворожейкіна О.М. 100 цікавих ідей для проведення уроку. Х.: Вид. група «Основа», 2011.
8. Горохова скриня: Українські народні ігри / Упорядн. В. Пепа. К.: Веселка, 1993.
9. Демтишин А. А., Мухин В. Н., Мозола Р. С. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков. К.: Здоровье, 1989.
10. Демчишин А. П., Артюх М. М., Демчишин В. А., Фалес Й. Г. Рухливі і спортивні ігри в школі: Посібн. для вчителя К.: Освіта, 1992.
11. Завацький В. І., Цьось А. В., Бичук О. І., Понамаренко Л. І. Козацькі забави. Луцьк, 1994.
12. Іващенко В. П., Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання: навч. посібник. Ч. 2. Черкаси: ЦНТЕІ, 2005.
13. Кругляк О. Я. Рухливі ігри та естафети в школі. Тернопіль: Підручники і посібники, 2009.
14. Кругляк О. Я., Кругляк Н. П. Вид игры для здоровья нации. Подвижные игры и эстафеты на уроках физической культуры. Тернополь Учебники и пособия, 2000.
15. Кругляк О. Я. Подвижные игры и эстафеты в школе: Метод, пособ. Тернополь: Учебники и пособия, 2000.
16. Кузьменкова О., Сліпенко Д. Сценарії спортивних свят. К. : Шк. світ, 2012.
17. Ланкова О.І., Дорофеева С. В. 250 рухливих ігор та естафет для школярів. Х.: Ранок, 2005.
18. Леськів А. Д. Дзюбановський А. Б. Рухливі ігри та естафети на місцевості для учнів молодшого шкільного віку. Тернопіль: Астон, 2005.
19. Литвин Я. С. Сюжетні ігри та імітаційні вправи для дітей. К.: Здоров'я, 1980.
20. Сценарії спортивних свят / Упорядн, Н. Черненко. К.: Шк. світ, 2009. (Бібліотека «Шкільного світу»)
21. Пророков О. Танцювальні елементи на уроках фізкультури та в позаурочній роботі. Тернопіль: Підручники та посібники, 2009. 64 с.

22. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, О. Д. Кривчикова та ін.; за ред.. Т. Ю. Круцевич]. [2-ге вид., переробл. та доп.]. К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. л-ра», 2017. Т.2. Методика фізичного виховання різних груп населення.

23. Цьось А. В., Деделюк Н. А. Історія фізичного виховання на теренах України з найдавніших часів до початку ХІХ ст. : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014.

24. Шуть М.М. Організація дитячих свят.: Шк. Світ, 2010.

25. Шевченко О.В. Рухливі ігри і забави: навчально-методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання. Кропивницький: ФОП М. Піскова, 2022.

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

**ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ
СПОРТИВНО-МИСТЕЦЬКИХ ЗАХОДІВ**

Методичні рекомендації

Шевченко Ольга Володимирівна – кандидат педагогічних наук,
доцент, доцент кафедри фізичної культури та
медико-біологічних дисциплін

СВІДОЦТВО ПРО ВНЕСЕННЯ СУБ'ЄКТА ВИДАВНИЧОЇ СПРАВИ
ДО ДЕРЖАВНОГО РЕЄСТРУ ВИДАВЦІВ, ВИГОТІВНИКІВ
І РОЗПОВСЮДЖУВАЧІВ ВИДАВНИЧОЇ ПРОДУКЦІЇ
Серія ДК № 1537 від 22.10.2003 р.

Підп. до друку 11.02.2026. Формат 60×84_{1/16}. Папір офсет.
Друк різнограф. Ум. др. арк. 4,9. Тираж 100. Зам. № 10109.

*РЕДАКЦІЙНО-ВИДАВНИЧИЙ ВІДДІЛ
Центральноукраїнського державного
університету імені Володимира Винниченка
25006, Кропивницький, вул. Шевченка, 1
Тел.: (0552) 24-59-84.
Fax.: (0522) 24-85-44.
E-Mail: mails@cuspu.edu.ua*

