

ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Тема мероприятия: Роль физической культуры в жизни человека.

Класс: 5

Форма мероприятия: ролевая деловая игра «За» и «Против»

Автор сценария: Цымболенко Сергей Александрович, учитель физической культуры муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения муниципального образования город Краснодар средней общеобразовательной школы № 66 имени Евгения Дороша

Цель: пропаганда здорового образа жизни, формирование ценностного отношения к собственному здоровью при помощи физических упражнений, привитие любви к физической культуре и спорту.

Задачи:

Обучающие: получение новых знаний о роли физкультуры и спорта для развития физических и моральных качеств человека; формирование представления о положительном влиянии физической культуры на организм человека.

Развивающие: развитие логического мышления, памяти, коммуникативных навыков, навыков самостоятельного выполнения физических упражнений, формирование научного мировоззрения.

Воспитательные: воспитание активной жизненной позиции, негативного отношения к вредным привычкам, бережного отношения к своему здоровью.

Оборудование: компьютер, мультимедийный проектор, экран, мяч, жетоны для голосования.

В классе или спортивном зале создаётся обстановка телестудии. Стоят 8 стульев (по 4 напротив друг друга) для команд. По центру между стульями – экран для демонстрации слайдов (или интерактивная доска).

Опережающее задание:

1. Из числа учащихся формируются две команды: 4 ученика- команда "За" и 4 ученика - "Против". Учащиеся заранее готовят аргументы «за» и

«против» занятий физической культурой и спортом, команда «За» приносит синие футболки, команда «Против» - красные.

2. Для проведения физминутки выбираются 2 – 4 хорошо поющих ученика, которые заранее разучивают с учителем музыки песню «Танцуйте сидя» (Сл. М. Пляцковского, муз. Б. Савельева).

3. Остальные ученики слушают аргументы "за" и "против", в конце урока высказывают своё мнение, голосуют. Для проведения голосования учащиеся изготавливают двухцветный жетон. Одна сторона - синяя, другая – красная. Из числа учащихся назначается счётная комиссия в количестве 2-х человек (один считает синие жетоны, другой – красные). Эти жетоны раздаются всем учащимся класса перед началом урока.

План мероприятия:

1. Постановка проблемного вопроса. Сообщение темы
2. Игра «За» и «против»
3. Обсуждение темы учащимися
4. Физминутка
5. Голосование, подсчёт голосов
6. Рефлексия, подведение итогов

Ход (этапы) мероприятия:

1. Постановка проблемного вопроса.

Слайд 1.



Учитель. Ребята, посмотрите на этот слайд. Что объединяет этих людей? *(Предположительные ответы детей: они испытывают боль в спине, шее, головную боль, проблемы со зрением)*

- Почему у них возникли такие проблемы со здоровьем? *(потому что они долго сидят за*

компьютером и мало двигаются)

- Какое настроение у этих людей? *(плохое)*



- Хотелось ли им в данный момент активно трудиться, осуществлять свои жизненные планы, общаться с коллегами и друзьями? *(нет)*

- А теперь посмотрите на второй слайд:

- Что объединяет этих людей? *(они радостны, у них хорошее настроение, они занимаются*

спортом)

Ребята, догадались ли вы, о чём пойдёт речь на нашем мероприятии? Кто сможет сформулировать тему. *(Дети высказывают свои версии)*

Слайд 3.



Учитель. Вы правы, ребята, наша тема «Роль физической культуры в жизни человека».

Чтобы раскрыть эту тему, мы превратим наш кабинет в студию известного телеканала и примем участие в телевизионном шоу «За и против». Я приглашаю ведущего нашего телешоу

(ФИ учащегося).

Игра «За и против»

Ведущий. Добрый день, дорогие друзья. Сегодня к нам в студию пришли поклонники физической культуры (в синих футболках) и те, кто считает, что физическая культура в их жизни не нужна (в красных футболках). Обе команды будут пытаться убедить друг друга и вас в правильности своей точки зрения.

Поможет нам провести битву мнений мяч. Члены противоположных команд будут перебрасывать его тому игроку, которому они хотят предоставить слово. Мяч можно кинуть каждому игроку только один раз.

Ваша задача, уважаемые зрители, внимательно слушать аргументы каждой команды. Вам будет дано право высказать свою точку зрения или поддержать точку зрения одной из команд и проголосовать.

Какая команда будет высказывать свои аргументы первым, решит жребий. *(Представители команд тянут жребий - листок с №№ 1 и 2.*

Команда, которой достался № 1, начинает игру. Ведущий назначает первого игрока, кинув ему мяч. Далее игроки кидают мяч друг другу по порядку).



Команда «За» (Слайд 4)

Как известно, занятия физкультурой и спортом укрепляют тело и позволяют быть в хорошей физической форме. Именно регулярные физические нагрузки позволяют набрать мышечную массу, избавиться от лишних килограммов и обрести стройную фигуру. Я за физическую культуру! (мяч)



Команда «Против» (Слайд 5)

Зачем мне заниматься физической культурой и набирать мышечную массу, ведь я могу спокойно сидеть в кресле и есть пирожки, тем самым набирать массу, и выглядеть я буду не меньше физкультурников без всяких усилий, не потратив ни секунды своего драгоценного времени, которое я могу потратить на компьютерные игры. Я **против** физической культуры! (мяч)



Команда «За» (Слайд 6)

Физические нагрузки развивают выносливость и помогают избавиться от болезней. Для реабилитации пациентов после травм и операций, а также для лечения многих заболеваний используется лечебная физкультура. Я за физическую культуру(мяч).



Команда «Против» (Слайд 7)

Сейчас век передовых технологий и замечательной фармакологии. Я с легкостью могу купить в аптеке разные современные препараты, которые намного быстрее мне помогут восстановиться

или вылечиться. Просто пить таблетки без всяких физических усилий. Я **против!***(мяч)*



Команда «За» (Слайд 8)

Физическая активность снимает стресс, повышает настроение, поскольку стимулирует выработку гормона радости серотонина и задерживает его распад. Кроме того, человек во время движения начинает глубже

дышать, и кровь лучше насыщается кислородом. Я за физическую культуру!

(мяч)



Команда «Против» (Слайд 9)

Какой может быть стресс, если ты лежишь на диване, и ничего тебя не тревожит? А настроение я и шоколадом и мороженым смогу поднять или другими

сладостями, это ученые давно доказали. Я **против** физической культуры!*(мяч)*

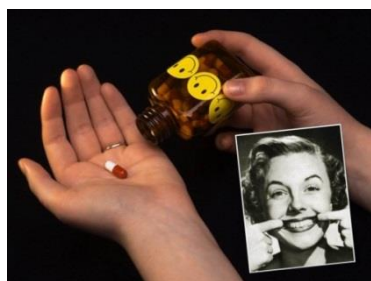


Команда «За» (Слайд 10)

Занятия физкультурой помогают справиться с психологическими проблемами, повышают самооценку, избавляют от страха, бессонницы и депрессии. Согласно недавнему исследованию,

проведенному учеными из США, аэробика и бег ускоряют выход из депрессии.

Я за! *(мяч)*



Команда «Против» (Слайд 11)

Для повышения самооценки и отсутствия страха на улице я лучше себе перцовый балончик куплю, чем буду потеть часами в спортзале, а из депрессии меня и антидепрессанты выведут. Я **против** физической

культуры! *(Бросает мяч игроку противоположной команды)*

2. Обсуждение темы учащимися

Ведущий. Ну что ж, все аргументы у команд исчерпаны. Предлагаю включиться в разговор зрителям в студии. Поднимайте руки, я буду кидать вам

мяч (*учащиеся высказывают свои мнения «за» и «против», перебрасывая мяч друг другу или ведущему*).

Спасибо зрителям за активное участие в обсуждении этого насущного вопроса. Нам остаётся лишь проголосовать. Но прежде, чем мы сделаем это, я приглашаю в студию гостей нашего шоу (*выходят ребята, которые разучивали с учителем музыки песню «Танцуйте сидя»*).

Один из «певцов». Здравствуйте, друзья. Думаю, вы уже устали сидеть на одном месте. Поэтому мы решили исполнить замечательную песню, которая называется «Танцуйте сидя». Повторяйте за нами каждую строчку припева и все движения, не вставая со своих мест.

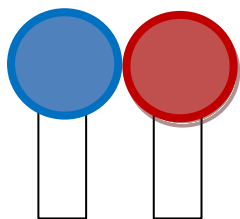
Слайд 12.

3. Физминутка

Вокальная группа проводит **физминутку**, исполняет песню «Танцуйте сидя» (*см. приложение*) под фонограмму «минус» (*см. приложение*), все учащиеся класса поют припев и выполняют движения.

Ведущий. Ну что ж, ребята, думаю, эта песня помогла нам отдохнуть, набраться сил, подняла настроение, и теперь вам будет легче сделать свой выбор при голосовании. Я приглашаю счётную комиссию (*двух учащихся, которые лучше всех в классе занимаются по математике*).

4. Голосование, подсчёт голосов



У каждого из вас есть двухцветный жетон. Синяя сторона означает «за», красная – «против». По моей команде вы поднимете жетоны, и мы узнаем, какая команда была сегодня убедительнее. Прошу вас не опускать жетоны, пока счётная комиссия не сосчитает их количество. Итак, внимание!!! Все готовы проголосовать? Голосуем!

Учащиеся поднимают жетоны. Один член счётной комиссии считает синие жетоны, другой – красные. Ведущий озвучивает результаты голосования.

Учитель. Ну что ж, ребята, пора нам покинуть телестудию и вернуться в класс, потому что наша игра подходит к концу. Вы сделали правильный выбор.

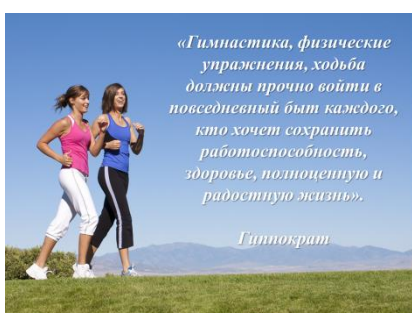
Слайд 13.



От себя добавлю, что согласно опросу Всероссийского центра изучения общественного мнения, больше половины, а именно 52% россиян занимаются спортом. За последние 7 лет доля людей занимающихся спортом ежедневно

увеличилась с 6 до 10%, несколько раз в неделю - с 8 до 14%, раз в неделю - 9%, несколько раз в месяц – 7%, несколько раз в год – 11%.

Слайд 14.



Закончить наше мероприятие хочу словами знаменитого древнегреческого врача Гиппократа, который сказал: «Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить

работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь». Право сделать свой выбор остаётся за каждым из вас, но я очень надеюсь, что сегодняшний разговор поможет вам принять правильное решение.

5. Рефлексия, подведение итогов

На этом наша встреча окончена, ребята, но мне бы хотелось услышать ваше мнение о ней: понравилось ли вам мероприятие, что нового вы узнали, где и как вы сможете применить полученные знания, как вы оцениваете своё участие в работе? *(Учащиеся отвечают, дают оценку уроку и участию в нём)*

Список литературы и ссылки:

1. <http://www.pravda.ru/news/society/09-04-2013/1151781-sport-0/>
2. <http://www.aforism.su/97.html>
3. <http://www.aif.ru/dontknows/1230360>