

РЕЦЕНЗИЯ
на сборник сценарного материала
для проведения спортивных внеклассных мероприятий
учителя физической культуры
Бирюковой Татьяны Петровны
МБОУСОШ №20 Апшеронского района

Сборник разработан учителем физической культуры и предназначен для внеклассной работы.

Автор аргументирует свою точку зрения тем, что данные мероприятия являются наиболее доступной и действенной формой физического воспитания.

Актуальность и педагогическая целесообразность методического пособия определяется его направленностью на формирование и развитие физических качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства товарищества.

Цель создания сборника – сформировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой, развивать индивидуальные способности, повышение качества знаний, умений.

Каждый сценарий разработан для организации досуга учащихся с учетом их возрастных особенностей и направлен на привитие интереса к занятиям физической культурой и спортом, пропаганде здорового образа жизни.

В содержание сборника входят сценарии спортивных праздников «Если хочешь быть здоров» для учащихся 5-6 классов; урок – конференция «Алкоголь – добро или зло?» для учащихся 9-11 классов; «Кубань олимпийская против наркотиков» для учащихся 5-6 классов; интеллектуально – спортивная викторина «Что? Где? Когда?» для учащихся 5-6 классов; игровая программа «Здоровый образ жизни» для учащихся 7-8 классов.

В сборнике использованы материалы образовательных технологий, которые интересны и разнообразны.

Материалы разработаны с учетом возрастных и психологических особенностей учащихся и могут быть использованы учителями физической культуры общеобразовательных учреждений Апшеронского района для организации внеклассных мероприятий.

Руководитель РМО
учителей физической культуры

Г.П. Кибко

Директор МКУ ЦРО

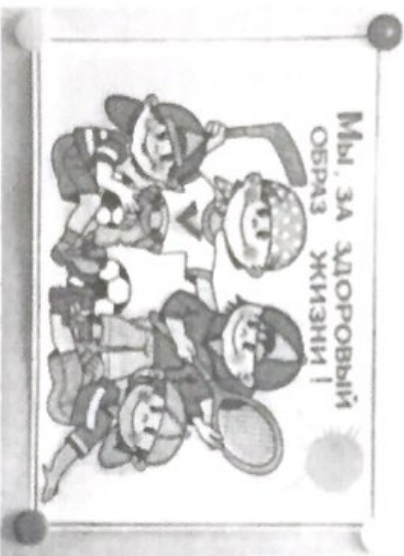
Е.В. Еременко

« 28 » 10 2022 г.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №20

Сценарий игровой программы "Здоровый образ жизни" для учащихся 7-8 классов



Сценарий подготовила
учитель физической культуры
Бирюкова Татьяна Петровна

Сценарий игровой программы «Здоровый образ жизни»

Цель:

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Формирование умения работать в коллективе.
3. Формирования у детей активной позиции по данной проблеме.

Оборудование: компьютер, видеоролик, мультимедия.

Звучат фанфары.

Ведущий 1. Здравствуйте, дорогие ребята. Здравствуйте, уважаемые гости и любящие наши педагоги.

Думаю, что все вы, ребята, знаете, что сказать "здравствуйте" – это в первую очередь пожелать человеку здоровья.

А что значит быть здоровым?

Отвечают дети.

Ведущий 2. Вы все, конечно правы. Быть здоровым, значит быть сильным, крепким, выносливым, ловким, стройным, красивым.

Ведущий 1. Ребята сегодня мы совершим путешествие в удивительную страну – страну Здорового образа жизни.



Я приглашаю в зал участников нашей игровой программы. Сегодня им предстоит проявить себя в разных ролях.

Под музыку заходят команды – участники и занимают свои места.

Ведущий 2. Наша сегодняшняя программа направлена на профилактику вредных привычек и на создание позитивных эмоций, способствующих поднятию духа и сплочению команд. Ещё раз поприветствуем участников игры, гостей, уважаемых членов жюри. Итак, мы начинаем нашу игровую программу «О здоровом образе жизни!».

Просмотр видеоролика «О здоровом образе жизни»

Ведущий 1. Здоровье – это здоровый организм. А любой организм состоит из клеток. Ваша задача – сохранить и приумножить количество здоровых клеток. Сейчас предлагаю вам закрепить свои знания и приобрести новые о том, как вы должны заботиться о своем здоровье.

Ведущий 2. Я предлагаю ответить всем зрителям, находящимся в зале на вопросы:

1. *Что такое здоровый образ жизни? (гити жизни, который направлен на сохранение здоровья)*
2. *Как называется распределение времени на сон, еду и активность? (режим дня)*

3. Как называется наука о чистоте? (гигиена)

4. Назовите интеллектуальные виды спорта (шахматы, шашки)

5. Какие виды физических нагрузок развивают мышцы ног? (приседания, бег, велосипедный спорт, ходьба)

6. Какие виды физических нагрузок развивают мышцы рук? (отжимания, подтягивания, гантели, гири)

7. Зачем нужно мыть руки с мылом? (для того, чтобы смыть грязь и бактерии)

8. Можно ли пользоваться одним полотенцем, одной зубной щеткой на двоих? (эти предметы должны быть индивидуальными)

9. Назовите лекарственные растения (солодка, чистотел, календула, ромашка, подорожник, алое, зверобой)

10. Назовите виды спорта, в которые можно играть зимой (хоккей, лыжи, биатлон, конькобежный спорт)

Ведущий 1. Молодцы, ребята. Вы прекрасно отвечали на поставленные вопросы. А сейчас мы предлагаем вашему вниманию танец в исполнении учащихся 7 «а» класса.

Танцевальная заставка.

Ведущий 2. Продолжаем творческий конкурс. Проверка домашнего задания. Учащиеся 7-8 классов представляют поэтическое домашнее творчество: хвалебную, величальную песню для оду здоровью, здоровому образу жизни.



Выступление команд.

Ведущий 1. А сейчас мы проведем конкурс для команд. Интеллектуальная разминка.

Это игра в слова. Командам предлагается разгадать по две анаграммы (слово, образованное перестановкой букв).

Первое загаданное слово означает «вид массовых состязаний, соревнований», второе - «болезнь, вызванная вредными пристрастиями».

- ТАРПИДАСАКА (спартакиада)
- ГОЗИЛАКОЛМ (алкоголизм)
- ДАЛППОМИА (олимпиада)
- ИМЯНАКРОНА (наркомания)

Учащимся раздаются карточки, они должны как можно быстрее составить слово

Ведущий 2. Следующий конкурс «Хорошая пословица поднимет любого молодца»

Это конкурс пословиц о здоровье. Наши участники готовились к этому конкурсу — они искали пословицы о здоровье. Сначала мы проверим, как вы выполнили домашнее задание.

- Сейчас в течение 3-х минут поочередно игроки из каждой команды будут громко называть найденные ими пословицы о здоровье.
- За каждую пословицу команда получает одно очко.
- «Закончи пословицу».

Ведущий 1. «И что нам горе, когда пословиц море».

На самом деле пословиц о здоровье — множество. Сейчас я буду начинать пословицу, а вы должны её закончить (пословицы не повторяют названные).

/Обращается по очереди к командам/

- Двигайся больше — проживёшь (дольше);
- Профилактика старенья — в бесконечности (дедженья);
- Чисто жить — здоровым (быть);
- Кто аккуратен — тот людям (приятен);
- Не в меру еда — болезнь и (беда);
- Ешь да не жирей — будешь (здоровей);
- Зелень на столе — здоровье на (сто лет);
- Кто рано встаёт — тому (Бог даёт);
- Не пей на соседа, когда спишь (до обеда);
- Слабее тело без (дела);
- Без дела жить — только небо (коптить);
- Хлеб на ноги ставит, а вино (валит);
- Кто курит табак, тот сам себе (враг);
- Табак здоровье разрушает и ума (не прибавляет);
- Курильщик — сам себе (могильщик);
- Если хочешь долго жить — (брось курить);
- Кто спортом занимается — тот силы (набирается);
- Спорт — эликсир (жизни);
- Здоровье стубишь — новое (не купишь);
- Береги платье снову, а здоровье (смолоду).

Ведущий 2: Присутствуем к следующему конкурсу. Это конкурс художественной самодельности, к которому



команды готовились заранее. Конечно, выступления команд должны отражать тему «Сохранение здоровья, здоровый образ жизни».

Команды по очереди представляют своё творческое домашнее задание.

Ведущий 1. Слово предоставляется нашему уважаемому жюри.

Подводятся итоги мероприятия, награждение. Выходят чтецы.

Чтецы :

1. И вот пришёл прощанья час,
Игра закончилась у нас.
Мы все надемся, что с ней
Ты стал немножечко умней.
2. Подумай, оглянись вокруг, реши -
Что важно в жизни для твоей души:
Дом, слово крепость, уважение, любовь,
Иль неизвестности пленительный покров?
3. Чтобы быть всегда здоровым,
Бодрым, стройным и весёлым,
Дать совет мы вам готовы,
Как прожить без докторов.
4. Надо кушать помидоры,
Фрукты, овощи, лимоны,

Кашу — утром, суп — в обед,
А на ужин — винегрет.

5. Надо спортом заниматься,
Умыться, закаляться,
Легким бегом увлекаться,
И почаще улыбаться!

Песня «Здоровье» на мотиве «Наш сосед»

Когда утро наступило,
Ты в кровати не лежи.
Чтоб здоровым было тело,
К спортплощадке поспеши!
Хоть здоровье — дар от Бога,
Но и ты об этом знай,
Никогда своё здоровье
Ты хранить не забывай!

Припев:

Па-па! Па-па-ра-па-па-па!
Берети здоровье, друг мой,
Ведь оно — бесценный дар.
Без него прожить так трудно,
Со здоровьем — просто рай!
А здоровье ты не купишь
Ни за что — ты так и знай,
Ведь здоровье — дар от Бога,
Ты смотри не забывай!

Припев:

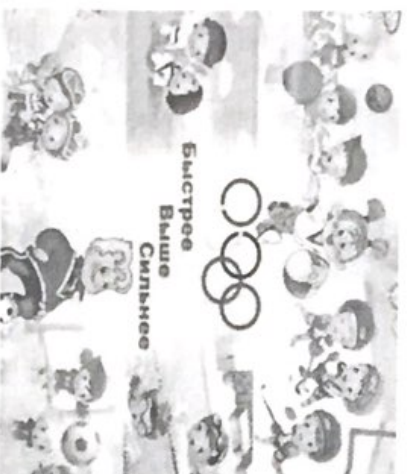
Па-па! Па-па-ра-па-па-па!



КОПИЯ ВЕРНА
ПРОЕКТОР МЕДИУСОВ №20
А. КАРПЮК

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение
средняя общеобразовательная школа №20

Сценарий выступления агитбригады по здоровому образу жизни на тему: «Кубань олимпийская против наркотиков»



Подготовила учитель физической культуры
Бирюкова Татьяна Петровна

Сценарий выступления агитбригады по здоровому
образу жизни на тему: «Кубань олимпийская против
наркотиков»

Звучит музыка спортивная, выходит команда «Кто,
если не мы «Селитер 2009»

1 Чтец: Вас приветствует команда школы № 20
Все: «Энерджайзер»

Мы – молодёжь двадцать первого века,
Все: В наших руках судьба человека.

2 Чтец: - Если хочешь быть здоров,
Достигать рекордов,
Наш совет для вас готов:
Подружись со спортом!
-И помни навсегда:
День гроша не стоит!
Солнце, воздух и вода –
Все вместе: Формула здоровья!

Звучит РЭП:
Спорт - это формула здоровья молодежи
От всех болезней избавиться поможет.
Если скучно вам стало жить,
Наш совет: спортотом крепче дружить.
Мячи волейбольные и футбольные
Кик-боксинг и борьба вольная



КОНЯ ВЕРНА
Директор МБОУ СОШ №20
КАРАТУНЬЯН

Гри и штанга – всего понемногу,
Это к здоровью прямая дорога.

3 чтец: Спорт отлично развивает,
Закаляет тело, крепкий дух.
И учиться всем нам помогает-
Спорт - надежный, верный друг!

4 чтец: Девчонки и мальчишки очень рады,
И вот уже мечтать начнут сейчас,
Что может быть огонь Олимпиады,
Зажжется для кого – нибудь из нас.

**Звучит музыка «Гимн олимпиады». Выходят 2
участника**

с кубком

1.Всемирные игры - преданье веков,
Веселенское братство и мудрость,
Заветный горит Олимпийский огонь,
Посланик спортивного духа...
Счастливые время - эпохи судьба,
Победа любви вдохновила,
К Единству народов и Силе Добра,
Нам радость борьбы подарила.

2.Спортивным заветам мы будем верны,

В торжественной клятве едины,
Достоинно нести флаги наций и честь,
И петь вдохновенные гимны.
С триумфом победы займут престал,
Кумиры спортивных баталий,
Мы встретим с почётом героев своих,
С наградами высших медалей.
5 чтец: И у нас есть спортсмены замечные,
И отважны они, и сильны.
Олимпийские игры детские
Нам, ребята, сегодня нужны!
Это – будущие олимпийцы нашей страны.

**Звучит музыка, выходят спортсмены выполняют
упражнения.**
**«Давай Россия, давай, давай», на фоне музыки
говорят слова:**

6 чтец: Спорт – божество,
Спорт – вдохновение!

7 чтец: Спорт безграничен, нет сомнения!
С ним вы достигнете высот!

Все: Ведь это спорт! Спорт! Спорт!



КОПИЯ ВЕРНА
М. А. КАРПТУНЬЯН
ДИРЕКТОР МБОУСОШ №20

8 чтец: Умей сказать плохим привычкам : «НЕТ!»
И окунись в спортивное пространство.
Открой ты для себя большой секрет:
Где спорт – там дружба, смех и счастье!

Музыка прекращается.

9 чтец: Из лавра сплетем красивый венец,
Для Сочи нет лучше награды,
Пять символов стран – пять колец, пять колец
Да здравствует Олимпиада!

Звучит музыка, выходят девушки с шарами колец Олимпиады.

10 чтец: Олимпийских пять колец –
Символ дружбы, мира свет!

11 чтец: Голубой – морской прибой,
Свод небесный над тобой.

Все : Европа

12 чтец: Желтый – солнышка привет!

Все: Азия!

13 чтец: Черный – звезда ночных секрет.

Все: Африка

14 чтец: А зеленый – цвет листья,
Шепот сосен, шум травы.

Все: Австралия

15 чтец: Красный – утренний рассвет,
Полевых цветов букет!

Все: Америка

16 чтец: Давайте, все кольца соединим,
А если мы вместе, -

Все: То мы победим!

Звучит музыка, все уходит



МОНАХА
МОНАХА
МОНАХА
МОНАХА

Рецензия
на программу внеурочной деятельности «Волейбол»
для 5-6 классов учителя физической культуры
Бирюковой Татьяны Петровны
МБОУ СОШ №20 Апшеронского района

Программа внеурочной деятельности «Волейбол» рассчитана на 2 года обучения. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа внеурочной деятельности рассчитана на учащихся 11-12 лет. Она предусматривает проведение теоретических заданий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутришкольных соревнованиях.

Автор акцентирует внимание на том, что программа направлена на развитие спортивных способностей, соответствует требованиям ФГОС.

Актуальность и педагогическая целесообразность заключается в развитии метапредметных связей, умений и навыков. Программа тесно связана с другими дисциплинами: физиология, теория и методика спортивных игр. Теоретический и практический материалы программы предусматривают региональную составляющую, что позволяет обучающимся более глубоко изучать особенности различных видов спорта и спортивных игр. Автор программы внеурочной деятельности «Волейбол» подробно описывает предполагаемые результаты обучения, умения, навыки, а также формы контроля результативности.

Основной целью освоения программы является подготовка физически крепких, с гармоничным развитием юных спортсменов-волейболистов, воспитание социально-активной личности готовой к трудовой деятельности.

Содержание программы направлено на создание условий для развития личности ребенка, мотивации его к познанию и творчеству.

Учитель сможет научить: уметь играть по правилам; технике верхней прямой подачи мяча и технике нападающего удара; овладевать навыками судейства; управлять своими эмоциями; применять основные понятия и термины в теории и методике волейбола; работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели; владению техники блокировки в защите; технике обучения индивидуальным тактическим действиям в защите и нападении.

Рецензируемая программа актуальна для системы образования. Она интересна по содержанию, расписана пошагово.

Программа внеурочной деятельности «Волейбол» может быть рекомендована для использования в общеобразовательных учреждениях, в качестве основы для организации внеурочной деятельности по физической культуре.

Руководитель РМО
учителей физической культуры

Директор МКУ ЦРО

« 31 » 01 2023 г



Г.П. Кибко

Е.В. Еременко

Краснодарский край, Апшеронский район, п. Нефтегорск
(территориальный, административный округ (город, район, поселок))
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 20
(полное наименование образовательного учреждения)

УТВЕРЖДЕНО
решение педсовета протокол
№ 1 от 31 августа 2021 года
Председатель педсовета
М.А.Карартуньян
подпись руководителя ОУ Ф.И.О.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
спортивной направленности «Волейбол»

Срок реализации программы 2 года
Возраст обучающихся 11-13 лет

Составитель:
учитель физической культуры МБОУСОШ №20 **Бирюкова Татьяна**
Петровна

**КОПИЯ ВЕРНА**
ДИРЕКТОР МБОУСОШ №20
КАРАТУНЬЯН

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» составлена на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич М.: Просвещение, 2012. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.)

Волейбол имеет большое прикладное значение, ведь с помощью спортивной игры развиваются основные физические качества – выносливость, сила, скорость, гибкость, что широко применяются в повседневной жизни, в частности – в трудовой деятельности. Во время занятий спортивными играми приобретаются навыки координации движений, быстроты ловкости и выносливости.

Значимость программы курса внеурочной деятельности «Волейбол» заключается в необходимости привлечения общества к основам здорового образа жизни. Наиболее доступным средством увеличения потенциала здоровья, как считают ученые, является именно спортивные игры.

Актуальность занятий спортивными играми с учащимися обусловлена общественной потребностью развития здорового поколения. Характерной особенностью является рост числа социально обусловленных заболеваний.

Занятия спортивными играми развивают подвижность суставов, эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствуют улучшению глубинного и увеличению периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Помимо этого, развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Спортивные игры требуют от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий имеет воспитательное значение, способствуя популяризации здорового образа жизни. Благодаря своей эмоциональности спортивные игры представляют собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Общая характеристика курса

Программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» реализует спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности, а также способствует укреплению здоровья, через всестороннее развитие двигательной активности школьника при занятиях спортивными играми.

Цель – создание условий для укрепления физического здоровья обучающихся и содействие их гармоничному и интеллектуальному развитию через обучение спортивной игре «Волейбол».

Задачи:

Обучающие:

- формирование интереса к занятиям спортивными играми;
- формирование специальных знаний, умений и навыков.



Развивающие:

- развитие физических способностей;
- раскрытия потенциала каждого ребенка;
- развития морально-волевых качеств;
- развития внимания, мышления.

Воспитательные:

- воспитание нравственных, эстетических личностных качеств обучающихся;
- взаимопонимание и бесконфликтность в общении.

Программа курса внеурочной деятельности предназначена для обучающихся 5-6 классов, рассчитана на 2 часа в неделю.

Этапы реализации программы курса:

- первый этап - включает в себя развитие основных физических качеств и овладение базовыми основами техники избранного вида спорта;
- второй этап - развитие базовых основ техники и основных физических качеств и двигательных навыков

Форма занятия: групповые занятия.

Важным условием выполнения программы является сохранение образовательной направленности. С этой целью в её содержание вводится курс как общетеоретических и методических знаний по основам физической культуры, так и специальных знаний и умений.

Освоение этих специальных знаний осуществляется школьниками на практических занятиях физической культурой.

Занятия проводятся в спортивном зале.

В занятиях курса внеурочной деятельности используются методы:

-**Словесные методы:** объяснение, беседа.

-**Наглядные методы:** показ упражнений, просмотр игр на дисках.

-**Практические методы:** метод многократного повторения упражнения, переменный, интегральный, игровой и соревновательный методы.

Описание места курса в плане внеурочной деятельности

Программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» реализуется в рамках спортивно – оздоровительного направления, рассчитана на два года для обучающихся 5-6 классов. На реализацию курса отводится два часа в неделю, 68 часов в год.

**Описание ценностных ориентиров содержания курса
внеурочной деятельности**

Основой содержания курса внеурочной деятельности «Волейбол» являются базовые национальные ценности духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся. Особенностью является значимость сохранения здоровья, воспитание трудолюбия, способности к самостоятельным поступкам, осознание ценности физического и нравственного здоровья.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения программы курса

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- формирование умения понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях

Предметные результаты:

- формирование знаний о спортивной игре «Волейбол» и его роли в укреплении здоровья;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности



Содержание курса

Содержание занятий курса делится на разделы:

История возникновения волейбола. Правила игры. Развитие волейбола.

Правила техники безопасного поведения. Личная гигиена. Режим питания спортсмена. Общий режим дня и его значение для юного спортсмена. Использование. Врачебный контроль и самоконтроль за состоянием здоровья спортсмена. Причины травм при занятиях по волейболу и их предупреждение. Оказание первой медицинской помощи. Психологическая подготовка к игре.

Техника и тактика игры

- Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.
- Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.
- Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.
- Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3

Техника игры:

- Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока (исходные положения).
- Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.
- Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками;
- передача мяча,
- Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами).
- Передачи мяча после перемещения из зоны в зону.
- Прием мяча на задней линии.
- Передача двумя руками сверху на месте.
- Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.
- Прием мяча снизу двумя руками над собой.



ВЕРНА
ДИРЕКТОР МБОУСОШ №20
КАРАТУНЬЯН