Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 78 г. Челябинска»

Утверждаю:

Директор МАОУ «СОШ № 78

г. Челябинска»

_____Н. А. Кирасирова

ПРОГРАММА

ПРОФИЛЬНОГО ОТРЯДА

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Мастера спорта»

Руководитель:

учитель истории и обществознания

Чернов А.В.

г. Челябинск, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых.

Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет летний лагерь с дневным пребыванием детей.

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная общественно-значимая, спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореабилитации.

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и с честью выходить из непростых ситуаций.

Физкультура и спорт помогли тысячам граждан воспитать в себе силу воли, целеустремленность, выдержку, самодисциплину, коллективизм, товарищество, дружбу, взаимовыручку и другие качества.

Народная мудрость гласит: «Здоровье – всему голова». Здоровье – бесценный дар природы, источник счастья. Поэтому особое внимание в лагере будет уделяться физкультуре и спорту.

Кроме физкультурно-спортивного направления программа предусматривает и разностороннее развитие детей: интеллектуальное, экологическое, нравственное, эстетическое, патриотическое, гражданское.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. «Здоровому -

каждый день праздник», - гласит восточная мудрость. Вот поэтому мы взяли для нашего пришкольного лагеря физкультурно-спортивное направление. Считаем, что в основе игротеки летнего оздоровительного лагеря должны быть спортивные и подвижные игры, а также познакомить детей с историей Олимпийских игр.

Программа рассчитана на летний период (июнь)

С созданием РДДМ у молодежи нашей страны появилось множество возможностей для самореализации (12 направлений РДДМ). При этом,

можно участвовать в направлениях не только в учебное, но и в каникулярное время. Поэтому программа основана на направлении «Физическая культура и спорт.»

Профилем лагеря является профориентация и профессией отряда стала Мастера спорта. Отряд будет базироваться на спортивной площадке МАОУ «СОШ №78 г. Челябинска»

Актуальность программы заключается в том, что, физическое воспитание является одним из стратегических направлений современного образования. При этом воспитание физических качеств и своего здоровья начинается с формирования самостоятельного и ответственного отношения ребенка к своей малой родине, месту, где он родился.

Главная идея программы: научить детей быть здоровыми, физически крепкими.

Результативность программы выявляется при помощи данных анкетирования, проведения соревнований, конкурсов, викторин.

Данная программа **по своей направленности** является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

По **продолжительности** программа является может краткосрочной, реализуется в течение одной лагерной смены.

Основной состав лагеря – это учащиеся образовательных учреждений в возрасте 7–14 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, сиротам, опекаемым из семей, детям из категории «трудные» и группа «риска», а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Цель и задачи программы

Цель - организация отдыха и оздоровления учащихся школы в летний период**,** создание условий для укрепления здоровья детей.

Задачи:

1. Создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива.

2. Сокращение разрыва между физическим и духовным развитием детей посредством игры, познавательной и трудовой деятельностью.

3. Вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере.

4. Формирование у школьников навыков общения и толерантности.

5. Утверждение в сознании школьников нравственной и культурной ценности.

6. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья.

7. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.

Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены

- Безусловная безопасность всех мероприятий
- Учет особенностей каждой личности
- Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря
- Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря
- Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течении каждого дня
- Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря
- Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых

- Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

Содержание и формы реализации программы.

Современных детей объединяет желание быть значимыми для себя и полезными для других, им нужна забота, понимание и внимание взрослых. Правильная организация деятельности детей в летний период является связующим звеном между школьной и социальной педагогикой, основанными на принципах гуманизма, толерантности, демократии и самодеятельности.

Реализация программы возможна с помощью обеспечения педагогическими кадрами, организации качественного питания и медицинской помощи. Одной из главных направлений летнего лагеря - *физкультурно-оздоровительная деятельность.*

Задачи физкультурно-оздоровительной деятельности:

- Вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;
- Выработка и укрепление гигиенических навыков;
- Расширение знаний об охране здоровья.

Основные формы организации:

- Утренняя гимнастика (зарядка)

- Спортивные игры на спортивной площадке
- Подвижные игры на свежем воздухе («Пустое место», «Колесо», «Тропа здоровья»)
- Эстафеты (спортивная игра «Веселые старты»)

Работа по патриотическому и гражданственному воспитанию ведётся в течение всей смены.

Программа предполагает следующее:

1. разрядка и восстановление (отдых, восстановление физических и психологических сил, снятие напряженности, избавление от учебных программ)
2. развлечения и любимые занятия
3. саморазвитие и самореализация (развитие творческих и физических сил)

4. образовательная компенсация (получение знаний вне школьных программ)

Для оздоровления детей созданы следующие условия:

1. Спортивный зал;
2. Спортивная площадка;
3. Медицинский кабинет;

Физическое здоровье детей укрепляется следующими средствами:

1. Полноценное питание детей;
2. Витаминизация;
3. Гигиена приема пищи;
4. Режим дня;
5. Рациональная организация труда и отдыха;
6. Утренняя гимнастика на свежем воздухе;
7. основной деятельности в лагере на свежий воздух.

По итогам смены самых активных ребят награждаем грамотами.

Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы необходимо выполнение ряда условий:

1. Чёткое представление целей и постановка задач.
2. Конкретное планирование деятельности.
3. Кадровое обеспечение программы.
4. Методическое обеспечение программы.
5. Педагогические условия.
6. Материально-техническое обеспечение.

Реализация программы проходит с помощью коммуникативных, творческих, развивающих и подвижных игр; организации коллективных творческих дел, выполнению заданий по рефлексии лагерных дел, физических коррекционных упражнений.

Этапы реализации программы.

Детям предлагается «построить» « Спортивный городок», в котором их ждёт много приключений, множество интересных и увлекательных встреч, в котором будут жить все дружно, заботясь, друг о друге и об окружающих, и при этом,развивая свои физические качества.

Iэтап -организационный,который называется «Создание Спортивного городка» – места для проживания спортсменов (участвуют все дети). Строительство « Спортивного городка» – дети, воспитанники лагеря распределяются на спортивные команды(отряды). У каждой команды есть свой тренер (староста). Обязанности участников строительства такого городка определяются тренерами «Спортивного городка» и воспитателями лагеря - составление графика дежурства, выявление талантов, желаний и способностей. «Знакомство с планом строительства « Спортивного городка» – основные дела «команды и тренеров».

IIэтап- основной – строительство « Спортивного городка». Каждый день жители проводят свои интересные дела или участвуют в общих делах. Все это отражается на физическом росте спортивных качеств каждой команды. Итоги каждого дня подводятся на «Полянке» у «Олимпийского огня», где каждому команде в качестве поощрительного приза дарятся бумажные медальки.

III этап-заключительный этап – последний день лагерной смены. Проводится презентация « Спортивного городка»: подведение итогов работы спортивных команд. Так «Спортивный городок» возрожден. Составляются списки ребят для награждения дипломами « Спортивного городка». Готовятся грамоты.

Критерии эффективности программы.

Для того чтобы программа заработала, нужно создать такие условия, чтобы каждый участник процесса (взрослые и дети) нашел свое место, с удовольствием относился к обязанностям и поручениям, также с радостью участвовал в предложенных мероприятиях. Для выполнения этих условиях разработаны следующие критерии эффективности:

- Постановка реальных целей и планирование результатов программы;
- Заинтересованность педагогов и детей в реализации программы, благоприятный психологический климат;
- Удовлетворенность детей и взрослых предложенными формами работы;
- Творческое сотрудничество взрослых и детей.

Содержание программы

п/п	Название мастер-класса	Теоретические занятия	Практические занятия
1	«Олимпийские игры древности и современности»	1. История возникновения олимпийских игр. 2. Какие современные виды спорта вошли в состав олимпийских игр. 3. Викторина Олимпийские игры»	1. «Малые олимпийские игры» - спортивная игра.
2	История развития спорта России. «Русские забавы»	1.Как появился спорт в россии 2.Знакомство с правилами народных игр	1. Подвижные игры на воздухе, эстафета. перетягивание каната, прыжки в мешках и т.д. 2. Русские народные игры: «Городки», «Лапта», «Горелки»
3	«Здоровым быть модно ! »	1. Беседа «Известные спортсмены Челябинской бласти».	Создание коллажа «Здоровым быть модно!»

4	Основы туристической подготовки	Основы туристской подготовки	Спортивно-туристическая игра «Ориентирование»

Основные направления содержания деятельности и методика занятий включают в себя:

Организацию учащихся на мастер-классы «Олимпийские игры древности и современности», «Русские забавы», «Основы туристской подготовки»

Анализ, отслеживание результативности через викторины, подвижные игры.

Отслеживание результативности: Проведение викторины «Олимпийские игры»

Знание детьми правил народных итр

Анкетирование

Ожидаемый результат:

Приобретение новых знаний об Олимпийских играх, современных визах спорта, входящих в их состав.

Знание правил народных игр «Городки», «Горелки», «Лапта»

Знание замен спортсменов, прославивших Южный Уэаз на Олимпийских играх.

.Создание коллажа «Здоровым быть модно!»

Умение участвовать в коллективной творческой деятельности.

«Олимпийские игры древности и современности»

Олимпийские игры с каждым годом приобретают большую популярность. С каждым разом все больше и больше участников из

различных стран стремятся к победе в Олимпийских играх. Они охватывают практически все категории населения Земного шара, так как, например, существуют Параолимпийские игры, Студенческие Олимпийские игры и т.д. Поэтому эта тема нам кажется интересной и актуальной для изучения.

Цель: Сравнить Олимпийские Игры в древности и современном мире по следующим критериям:

1. Подготовка участников;
2. Правила Олимпиад; Обстановка;
3. Награждения победителей; Виды спорта.

Задачи:

1. Узнать историю Олимпийских игр;

2, Выявить особенности проведения Олимпиады в Древней Греции;

3. Узнать, чем отличаются Олимпийские игры древности и современности.

ИСТОРИЯ олимпийских игр

Слово «олимпийский» происходит от названия горы Олимп и местности Олимпия в Греции.

В начале VIII века (с 776г по 394г.) до н.э. в этой местности греки начали проводить большие спортивные состязания. Они назывались Олимпийскими играми или Олимпиадами. Всего было проведено 293 олимпиады в Олимпии.

Древние греки создали множество прекрасных легенд о появлении первых Олимпийских игр. По одной из них, игры основал Геракл,

2.КАК ПРОВОДИЛИСЬ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ В ДРЕВНЕЙ ГРЕЦИИ

За 10 месяцев до начала состязаний все участники игр обязаны были приступить к тренировкам в своем родном городе. Уже за месяц до открытия игр атлеты прибывали в Южную Грецию и там, поблизости от Олимпии, продолжали тренироваться. В античных Олимпийских играх соревновались и были зрителями только мужчины (в состязаниях могли участвовать все свободные греки: бедные и богатые, знатные и незнатные).

Праздник в Олимпии занимал до пяти дней. Перед началом спортивных состязаний атлеты приносили жертвы богам, давали клятву бороться честно. Во время Олимпийских игр на всей территории Греции объявлялось священное перемирие. Бывшие враги могли состязаться за право быть самыми сильными, быстрыми, ловкими.

На первых играх атлеты состязались только в беге на 192,27 м. Позже, судя по дошедшим до нас изображениям на старинных вазах, скульптурах в игры были включены состязания по борьбе, прыжкам, метанию диска, стрельба из лука (так называемое пятиборье). Играми руководили «элладоники», они были и тренерами, и судьями. Победителей называли «олимпионики», их награждали оливковой ветвью, или лавровым венком, имя объявляли на стадионе.

Греки видели в Олимпийских играх не только чисто спортивные состязания. Поэты здесь читали стихи, ораторы состязались в искусстве красноречия, а музыканты исполняли свои лучшие произведения.

3. ОТЛИЧИЯ ОЛИМПИЙСКИХ игр ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ

1. Раньше к Олимпийским играм готовились в течении 10 месяцев. Сейчас, чтобы хотя бы попасть на них, нужно выиграть много соревнований и спортсмен может готовиться к ним всю жизнь.

2. В древности участниками, судьями и зрителями могли быть только мужчины. Сейчас участниками, судьями и зрителями могут быть и женщины.

з. В древности Олимпиады проводились 5 дней. Сейчас они проводятся около 14 дней. В наше время Олимпиады могут быть летние и зимние, несмотря на место проведения,

4. Раньше победителей награждали почётом и лавровыми венками. Они бесплатно могли ходить на разные мероприятия (театры и т.д,). В наше время победителей награждают медалями и славой,

5. В программу Олимпиады раньше входило пятиборье (бег, метание диска, метание копья, борьба, прыжки в длину), гонки на колесницах, рукопашный бой. Сейчас программа Олимпийских игр охватывает огромное количество видов спорта. Здесь и сохранившийся с древности бег, метание диска, и абсолютно новые виды спорта, такие как керлинг, скелетон, биатлон, прыжки с трамплина.

Олимпийские игры древности не утратили своей значимости и по сей день. Несмотря на свою долгую историю. Олимпийские игры сохранили свои некоторые традиции, как например - Олимпийский огонь, некоторые вида спорта, периодичность проведения. Но, всё таки, изменилась длительность, награждения и программа Олимпийских игр. Звание чемпиона Олимпийских игр даётся на все времена, бывших олимпийцев не бывает. Олимпийские игры пропагандируют различные виды спорта, их занятием, способствуют укреплению мира между народами. Призывают обычных людей не бояться ставить перед собой добрые цели и добиваться их, как это делают олимпийцы.

История развития спорта в России

История физической культуры и спорта в России уходит далеко в прошлое. Оно берет свое начало еще на ранних этапах спортивных игр, которые были в быту древних народов. Самыми распространенными считались игры в лапту, с мячом, городки, кулачные бои, катание на санях, ходьба на лыжах. Для того, чтоб каждая игра была показательной, ее использовали в виде зрелища. В таких массовых играх принимало большое количество народа, в большей части это были села, соседние улицы и даже соседние города.

Из всех видов, которые зародились еще в древние века, и берет начало Российский спорт. Это можно отметить в гребле, верховой езде, катании на лыжах и других вариантах физического развития. Спорт смог выйти на государственный уровень во время правления Петра 1. Именно он смог ввести такую дисциплину в школах России. Каждый урок был примером и от него отталкивались при подготовке кадров, для развивающейся промышленности. Физическое воспитание было практически самой важной дисциплиной в школах. На них использовалась гимнастика, танцы, стрельба, гребля. Для того, чтоб молодой человек смог поступить в учение в офицерский состав, ему нужно было обязательно овладеть многими навыками, практически во всех видах спорта.

Годами позже, примерно в 19 веке, спорт получил дополнительный стимул, благодаря тому, что появилось большое количество частных школ для высшего общества и аристократии. Так же, появилось большое количество литературы, в которой подробно расписывались все виды спортивной деятельности и упражнения. Помимо этого, появляется популярный журнал «Охотник», «Спорт», «Циклист». Все они посвящены российскому спорту. В городах появляется огромное

количество спортивных площадок, тиров, обществ и клубов. Между ними, регулярно происходят соревнования по первенству в каком-либо виде спорта.

Многие мыслители земли русской начинают пропагандировать достижения в спорте. Они считают, что каждый человек должен им заниматься и пытаются высмеивать пухлых людей. Ведь для того, чтоб развить умственные познания и способности, вначале нужно позаботиться о своем здоровье и крепости тела. К концу 19 века, началось глобальное развитие спорта в России. В каждом городе появилось большое количество спортивных организаций. Теперь спорт стал доступен не только интеллигенции, а и простым студентам, служащим. Открылось несколько гимназий, которые стали специализироваться на каком-либо виде спорта. В 1894 году, представитель российского народа Бутовский был отправлен в Грецию, для подготовки проведения Олимпиады. Там его наградили Золотым Командорским крестом, что во все времена считается довольно престижной наградой.

В эти годы, широким распространением стали пользоваться лыжный и конькобежный спорт. Стало довольно активно развиваться фигурное катание, хоккей, футбол, легкая атлетика и бокс. Довольно важную роль, во всем развитии спорта, смогли сыграть встречи с зарубежными представителями. Началось большое количество побед в международных соревнованиях.

Практически в каждом виде спорта была своя победа и награда.

В начале 20 века, развитие спорта началось в рядах студентов. Правительство приняло ряд законов, для того, чтоб физическими упражнениями занимались в каждом учебном заведении. В крупных

городах появилось большое количество секций по гимнастике, гребле, силовой борьбе, плавании, легкой атлетике. Такое глобальное развитие и восприятие спорта, дает огромный толчок для развития спорта в России.

Несколькими годами спустя, в Петербурге основывается лига посвященная футболу. Такое важное событие оценили многие люди того времени. Начались розыгрыши футбольных кубков среди большого количества команд. На примере этого города, гак же начали появляться подобные лиги в других городах, таких как: Москве, Киеве, Риге, Одессе, Харькове, Твери. После их открытия, уже начинаются футбольные соревнования между командами городов.

В 1913 году, появился специальный комитет, который контролировал развитие спорта во всей России. В него входили педагоги и общественные деятели, а так же представители самых крупных спортивных сообществ государства. Они следили и устраивали многочисленные соревнования за определенные кубки, практически по всем видам спорта. В начале 1914 года, на территории всего государства присутствовало около 800 обществ и спортивных клубов. Они объединяли в своей численности 50 тысяч спортсменов, по всем существующим категориям в спорте. В стране начался новый этап развития спорта. Начали происходить спортивные соревнования на первенство области, города, да и всей страны. Большое количество русских спортсменов приняли участие в международных состязаниях, отмечая свой высокий уровень и достижения.

РУССКИЕ НАРОДНЫЕ ИГРЫ И ЗАБАВЫ

Цель: познакомить детей с народными играми

Задачи:

познакомить детей с правилами игры в «Городки», «Лапта»,

«Горелки»; формировать навыки игровой деятельности, умения играть в команде.

Яркие и самобытные черты культуры любого народа как нельзя лучше проявляются в созданных им играх. На протяжении многих столетий русские народные шры были частью как повседневной жизни, так и обязательным «гвоздем программы» любого праздника и для детей, и для взрослых. Они выступали в роли не только отличного способа весело и интересно провести время, а еще и являясь отличной психологической разгрузкой, хорошим средством самопознания, ненавязчиво обучающим подрастающее поколение ловкости, смелости, храбрости, доброте, взаимовыручке, благородству и самопожертвованию во имя общего блага.

В жизни русского народа, как отмечали ученые-историки, народные игры, отражавшие особые черты славянского менталитета, общественный устрой и общее мировоззрение, всегда занимали очень важное место. Они имели огромное воспитательное значение, требовали от участников игрищ и забав не только физических усилий, а еще и недюжего ума, ловкости, хитрости, присутствия духа в любой ситуации, неутомимости и настойчивости. Обычно все игры проводились на свежем воздухе и на неограниченном пространстве, что, несомненно, содействовало физическому развитию подрастающего поколения, его закалке и подготовке к непростой взрослой жизни.

Русские игры отличались разнообразием, в них участвовали и дети, и взрослые, которые в редкие от тяжелой работы праздничные дни могли себе позволить повеселиться, соревнуясь в силе или ловкости, хоть не намного откинув серые будни повседневности. Русские народные игры можно условно поделить на мужские («Бабки», «Лапта», «Городки»,

«Взятие снежного городка»), детские («Ладушки», «Сорока-ворона»), коллективные («Горелки»,

«Прятки», «Ручеек», «Прятки», «Поводырь»).

ЛАПТА

«Лапта» - русская народная командная игра, в которой использовались бита (она была лопатообразной, отсюда и название игры) и мяч, проводилась она на открытом естественном пространстве, разделенном на две стороны: «город» и «кон», занимаемые разными командами. Игра заключалась в том, что игрок одной команды должен был ударить мяч би той посильнее в сторону принадлежащую противнику, чтобы он улетел подальше и пробежаться за это время в стан «врага» и обратно, причем, чтобы тебя не «осалили» мячом, пойманным игроками команды противника. Удачная пробежка приносила команде очко, у кого было их больше, тот и победил. Эта игра способствовала сплочению людей, вырабатывала в них чувство крепкого товарищества, взаимной поддержки, верности и конечно вырабатывала внимательность и ловкость.

ГОРОДКИ

«Городки» (по другому «Рюхи», «Чушки», «Свинки»). В этой игре с определенного расстояния специальной битой па расчерченной площадке выбивались расставленные «городки» - фигурки из нескольких деревянных чурок, сделанных из березы, липы, бука и т.д. Основной задачей было выбивание 15-ти основных фигур, каждая из которых имела свое название, используя минимальное количество бросков. Соревнования но выбиванию фигур могут быть как личные, так и командные. Игра отличается увлекательностью, требует наличия

ловкости и силы, выдержки, меткости и отличной координации движений.

РУЧЕЁК

В давние времена ни одни праздник не обходился у молодежи без веселой, мудрой и весьма многозначительной игры «Ручеек», в который переплеталась такие важные для молодых людей чувства как выбор симпатии, борьба за свою любовь, испытание силы чувств, ревность, волшебное прикосновение к руке свой избранницы.

Участники игры становились друг за другом парами, брались за руки и поднимали их высоко над головой, образуя длинный коридор из сцепленных рук. Игрок, которому пара не досталась, проходил внутри своеобразного коридора-ручейка и, разбивая пару, уводил в конец коридора своего избранника или избранницу. Человек, оставшийся один, шел в начало, выбирая себе новую пару. Таким образом «ручеек» постоянно находится в движении, чем больше людей, тем игра веселее и увлекательнее.

ГОРЕЛКИ

«Горелки» - веселая, озорная и подвижная игра, развивающая внимание и скорость. Игроки разбивались на пары и становились в колонны, выбранный водящий становился спиной к ним, не смотря назад. Перед ним на некотором расстоянии рисуется линия, участники напевали веселую песенку «Гори-гори ясно» и по её окончании на слове «беги» пара размыкает руки и бежит к линии, а водящий должен поймать одного из них, пока они не сомкнули руки за чертой. С пойманным он становится в пару, а его партнер, оставшийся один, становится следующим водящим.

ПРЯТКИ

Игра в «Прятки» - популярное детское развлечение, отличающееся веселостью, азартностью и подвижностью, она способствует развитию смекалки, выдержки и находчивости, учит работать в команде. Играть в неё можно как вдвоем, так и командой. Выбирают водящего, который становится лицом к стене и закрывает глаза, остальные убегают и прячутся, водящий должен их найти и назвать по имени.

ЛАДУШКИ

Любимой игрой-потешкой для совсем маленьких деток были всем хорошо известные «Ладушки», призванные развеселить ребенка, заинтересовать его веселыми стишками, сопровождающиеся движениями рук и головы, хлопаньем в ладошки, увлекательной мимикой лица. Данная игра хорошо развивает мелкую моторику рук и координацию движений, учит навыкам общения и конечно приносит малышу массу позитивных эмоций.

ЧЕЛЯБИНСК ОЛИМПИЙСКИЙ: СПОРТСМЕНЫ ИЗ ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ — УЧАСТНИКИ И ПОБЕДИТЕЛИ олимпийских игр

Цель: познакомить детей с известными спортсменами Челябинской области

Задачи:

1.Познакомить детей с достижениями спортсменов Л.Скобликовой,

О.Фаткулиной, С.Бажановой

2.Способствовать приобщению к здоровому образу жизни

3. Воспитывать патриотизм

На протяжении всей истории участия нашей страны в Олимпийских играх спортсмены из Челябинской области показывали всему миру высокие результаты. Спортсмены из Челябинской области принимали участие в главных стартах четырёхлетия начиная с 1956 г.

Спорту на Южном Урале всегда придавалось большое значение. Система олимпийской подготовки в области была налажена ещё в советское время. Тогда особое внимание уделяли циклическим видам спорта. Сегодня власти тоже поддерживают спорт: строятся новые спортивные сооружения, проходят крупные соревнования.

В Челябинской области открыто несколько баз олимпийской подготовки и школ олимпийского резерва, в стенах которых готовят настоящих «звёзд» отечественного спорта. Только в Челябинске работает 50 школ различных направлений.

Особых успехов наши спортсмены добиваются в таких летних видах, как дзюдо, бокс, лёгкая атлетика, водное поло, гребля, волейбол и гандбол. Этот список продолжает расширяться благодаря молодым и перспективным южноуральцам, вступающим в спортивную борьбу.

Олимпийская история СССР началась в 1952 г. Тогда впервые на Игры в Хельсинки (Финляндия) отправилась делегация от Советского Союза. Первым же южноуральцем, отправившимся на Игры, стал Владимир Лощилов, который выступал в дисциплине «толкание ядра» на Олимпиаде 1956 г. В 1960-е гг. спортсмен ушёл из спорта и посвятил себя медицине. Имя первого южноуральского олимпийца увековечено на мемориальной доске у входа на стадион им. Е. Елесиной (Челябинск) [3. С. 2].

Игры в Инсбруке пресса всего мира назвала «Олимпиадой Скобликовой», 24-летняя уральская спортсменка совершила то, чего до

неё не удавалось никому. Лидия Скобликова четыре раза выходила на ледяную дорожку, и всякий раз её финиш венчала золотая олимпийская медаль.

Вспыхнувшая ещё в Скво-Вэлля, «уральская молния» надолго озарила конькобежный небосвод, В начале 1960-х гг, она показала себя быстрейшей на дистанциях 1000, 1500 и 3000 м. Спринт оставался её слабым местом. Но к Играм в Инсбруке Скобликова «подтянула» и пятисот метровку. Эго позволило ей принять победную эстафету у нашего дуэта фигуристов. Они победили поздно вечером 29 января, а на следующее утро Скобликова почти на секунду улучшила олимпийский рекорд на дистанции 500 м. Каждый из трёх следующих дней приносил ей новую высшую награду.

Четыре дистанции скоростного бега на коньках резко отличаются одна от- другой, каждая из них требует от спортсменки иной тактики, предъявляет особые требования к силе и выносливости. Успешно выступив на всех четырёх дистанциях, Лидия Скобликова доказала, что обладает неиссякаемым запасом моральных и физических сил, редким талантом.

В 1983 г, президент Международного олимпийского комитета Хуан Антонио Самаранч вручил «ледовой королеве» серебряный знак Олимпийского ордена «за вклад в популяризацию олимпийских идеалов и выдающиеся достижения в спорте 14. С. 67].

В спортивной летописи области есть и взлёты, и падения. Каждые четыре года на главные спортивные соревнования от нашего региона отправлялась команда атлетов, на которых возлагались большие надежды. Игры 2000 г., проходившие в Сиднее (Австралия), стали одними из самых результативных для сборной региона [1. С. 23].

Большой радостью стала победа в прыжках в высоту челябинской спортсменки Елены Елесиной. Ей удалось обойти явных фавориток — шведку Кайсу Бергквист и южноафриканку Хестри Клоэ результатом 2,01 м. Олимпийское «золото.» стало вершиной спортивной карьеры Е. Елесиной, а свой личный рекорд спортсменка установила в 1990м, когда победила в Играх доброй воли с результатом 2,02 м. В 2003 г. в Челябинске был построен современный легкоатлетический комплекс, которому было присвоено имя легкоатлетки. После рождения второго сына Е. Елесина объявила о завершении спортивной карьеры (2005).

Одной из самых знаменитых южноуральских спортсменок по праву можно назвать заслуженного мастера спорта России по волейболу Екатерин}' Гамову. Летом 2000 г. юная спортсменка была признана лучшей блокирующей и была включена в заявку на участие в Играх того же года. В Австралии российские волейболистки заняли второе место. Спустя четыре года в тяжёлой финальной игре в Афинах сборная России уступила китаянкам. Е. Гамова во второй раз стала обладательницей серебряной олимпийской медали. В 2010 г. Екатерина была признана лучшей спортсменкой России.

Из Сиднея с медалью вернулся челябинский дзюдоист Юрий Стёпкин. Южноуральскому спортсмену удалось завоевать бронзовую награду.

Спортивная карьера Стёпкина началась в Курске, а в 1995 г. он переехал в Челябинск. По словам спортсмена, на Южном Урале были условия лучше для тренировки дзюдоистов. В копилке спортсмена имеются награды всех достоинств за участие в соревнованиях самого высокого уровня: чемпионатах Европы (2000), Универсиады (1995). В 2008—2010 гг. возглавлял министерство физической культуры, спорта и туризма Челябинской области.

Стоит отметить, что Игры-2008 в Пекине не оправдали надежд на медальный урожай как всей сборной России, так и южноуральцев. В Олимпиаде того года приняли участие свыше 20 спортсменов, в разное время бывшие воспитанниками спортивных школ Челябинской области. Из них лишь В. Хамутцких стал призёром Игр. Такое выступление многие называли провальным, пытаясь разобраться в причинах неутешительных результатов. Говорили и о психологическом давлении на спортсменов, и о несовершенстве системы подготовки, и о странном судействе китайской стороны.

Так, по итогам выступлений в соревнованиях по олимпийским видам спорта лучшими признаны чемпионка Европы по тхэквондо Анастасия Барышникова, серебряный призер Олимпийских игр в Сочи конькобежка Ольга Фаткулина и другое участники Олимпиады — хоккеистки Александра Вафина и Анна Виноградова, а также фристайлист Егор Коротков, чемпион Европы по бадминтону Владимир Иванов, чемпион Европы по легкой атлетике Александр Иванов, чемпионка мира боксёрша Анастасия Белякова, бронзовый призёр чемпионата мира дзюдоист Ренат Саидов и чемпионка Европы по тяжёлой атлетике Елена Шадрина.

В конькобежном спорте Челябинскую область представила на Олимпийских играх 2014 г. Ольга Фактулина, многократная чемпионка России в спринтерском многоборье, чемпионка страны на дистанции 1 000 м и дважды на дистанции 500 м, участница олимпиады в Ванкувере.

Челябинская область на протяжении многих лет является одним из самых эффективных «поставщиков» ценных кадров в сборную России, в том числе и для участия в Олимпийских и Паралимпийских играх. Спортсмены Южного Урала из года в год демонстрируют всё более выдающиеся результаты, поэтому нет ничего удивительного, что 65

представителей нашего региона реально претендуют на участие в летних Играх 2016 г. На Олимпийских и Паралимпийских играх 2012 г. в Лондоне Челябинская область была представлена 19 спортсменами, из которых 14 олимпийцев и 5 паралимпийцев.

В заключение отметим, что Челябинская область славится спортивными традициями, олимпийскими чемпионами и чемпионами мира.