



Республиканский фестиваль
«Лето — пора спортивная!»
Номинация: «Ах, лето! Олимпийское лето!»

ОЛИМПИЙСКИЕ ЗАРИСОВКИ

Панорама спортивно-познавательного досуга
в Год народного единства





Государственное учреждение образования
«Средняя школа № 70 г. Минска имени Л.Н.Гуртьева»

Республиканский фестиваль
«Лето — пора спортивная!»
Номинация: «Ах, лето! Олимпийское лето!»

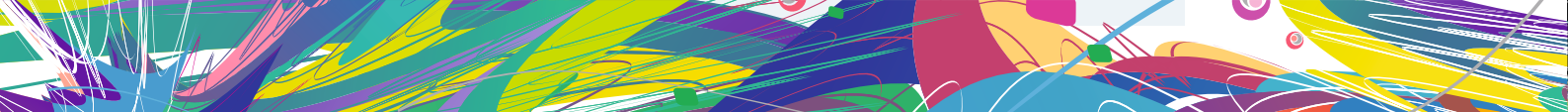


ОЛИМПИЙСКИЕ ЗАРИСОВКИ

Панорама спортивно-познавательного досуга
в Год народного единства

Творческая группа учащихся
под руководством учителя истории
Ковалевской Лидии Леонидовны,
учреждения образования
«Средняя школа № 70 г. Минска имени Л.Н.Гуртьева»,
Первомайского района

Минск 2021



АННОТАЦИЯ

Каникулы для каждого школьника — это долгожданная пора в любое время года. Но летние каникулы — самые увлекательные, самые любимые, самы-самые...

Летом возможности для отдыха практически безграничны. Каждый из наших школьников выбирает свою разновидность досуга. Кто-то вволю отсыпается, кто-то больше читает, кто-то смотрит любимые фильмы, видеоролики, кто-то создает блогерские проекты, кто-то ищет и находит тот самый стоп кадр, который получит миллион просмотров в социальных сетях, кто-то помогает родителям на дачном участке или у бабушки с дедушкой, кто-то гоняет на скутерах, велосипедах и других дозволенных средствах передвижения. И, конечно же, физкультура и спорт не остаются в стороне и у многих они в приоритете.

Чтобы летний отдых был интересным, познавательным, безопасным, задача у нас, взрослых, предельно проста — детский отдых надо организовать. Учителя учреждения образования «Средняя школа № 70 города Минска» вместе со своими учащимися на страничках республиканского фестиваля «Лето — пора спортивная!» предлагают познакомиться с панорамой спортивно-познавательного отдыха школьников и делиться творческими идеями.

АНОНС

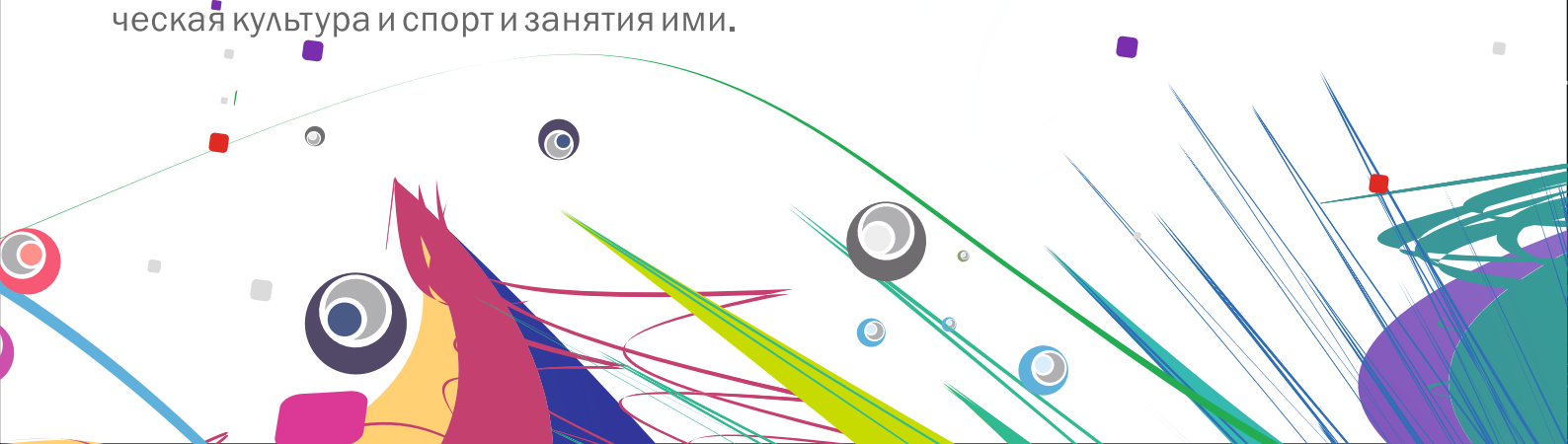
Мероприятия, освещенные в конкурсной работе «Олимпийские зарисовки», были предложены учащимся с целью знакомства ребят с частичкой огромного мира физической культуры и спорта, развития их познавательных и интеллектуальных возможностей. Все мероприятия объединены новыми знакомствами, новыми знаниями, положительными эмоциями, и все это — летом спортивным, летом олимпийским. Цикл мероприятий составлен исходя из возможностей организаторов и желания самих детей.

В ПРЕДДВЕРИЕ ИСТОРИИ

Юмористы, выступая перед публикой, рассказывают курьезные случаи из жизни окружающих, а может, и из своего жизненного опыта, и мы от души смеемся то над глупостью, то над невежеством.

Вот пример из практики. Одному мальчишке, достаточно взрослому, задали вопрос: «**Какие спортивные дисциплины относятся к легкой атлетике?**». Ответ был таков: «**Биатлон**». Изумлению не было границ, но это правда.

И вот у педагогов возникла идея: в формате познавательных экскурсий изучать, повторять то, что актуально сегодня, то, что будет востребовано всегда, а это физическая культура и спорт и занятия ими.



КЛЮЧЕВАЯ ИДЕЯ

Летом 2021 года, а именно с 28 июля по 8 августа, весь мир следил за XXXII Олимпийскими играми. И наша страна жила Олимпиадой.

Пять лет готовились спортсмены к этим играм — самым престижным спортивным соревнованиям для каждого из них. Это основное событие было главным для всех, кто любит спорт, кто занимается спортом профессионально, кто болеет за своих кумиров и кто просто знаком с будущими победителями и призерами Олимпийских игр.

Сегодня мир знает их имена, и мы гордимся ими — теми, кто прославил Республику Беларусь на Олимпиаде в Токио.



КОННЫЙ СПОРТ

ДАН СТАРТ ФЕСТИВАЛЮ

Обобщающее понятие, под которым понимаются различные способы езды, виды соревнований, спортивных игр и упражнений с использованием верховой езды и участием лошадей.

В одном из школьных трудовых лагерей, разнообразить будни школьников, была организована совместная с учреждением образования «Республиканское государственное училище олимпийского резерва» экскурсия в Республиканский центр олимпийской подготовки конного спорта и коневодства в агрогородке Ратомка. Идея школьниками и учащимися-спортсменами была поддержана и претворена в жизнь.

Каждый день учащимся в часы отдыха предлагались информационные блоки спортивной тематики, дома они составляли по одному-два вопроса о видах спорта, в которых участвуют на Олимпийских играх спортсмены республики Беларусь. И особенно о видах спорта с участием спортсменов, с которыми ребята подружились в преддверии Игр XXXII Олимпиады, а это Юрий Щербацевич, Эльвира Герман, Максим Недосеков.

Каждый день и взрослые, и дети друг от друга узнавали что-то новое. И сегодня с уверенностью можно сказать, что по теории на занятиях физической культурой эта трудовая, творческая, спортивная команда будет в лидерах и на предстоящем конкурсе «Олимпионок» уверенно и правильно будет отвечать на вопросы.

Творческая группа, а это актив учащихся восьмых классов со своими учителями, познакомилась с определенными видами спорта, и девиз всех экскурсий и встреч был таков: **«Знаний много не бывает!»**

ПЕРВЫМ, ЧТО УЗНАЛИ:

1. Игры XXXII Олимпиады в Токио были перенесены из-за пандемии COVID 19 с 2020 года на 2021, но остались как игры 2020 года.
2. Российские спортсмены входят в составе сборной Олимпийского комитета России (ROC).
3. Каратэ, серфинг, скалолазание и скейтбординг впервые включены в программу Олимпийских игр 2020 года.
4. В программе Олимпийских игр 2020 года представлено 33 летних вида спорта, объединяющих 50 дисциплин.
5. Спортсмены из 205 стран, а также олимпийская команда беженцев участвовали в церемонии открытия Олимпийских игр.
6. Команда беженцев из 11 спортсменов на Олимпийских играх впервые участвовала в 2016 году в трех видах спорта, а на Играх в Токио Олимпийская сборная беженцев МОК представлена 29 атлетами в 12 видах спорта.
7. Команду Республики Беларусь в 20 видах спорта представило 109 спортсменов.

ЭКСКУРСИЯ

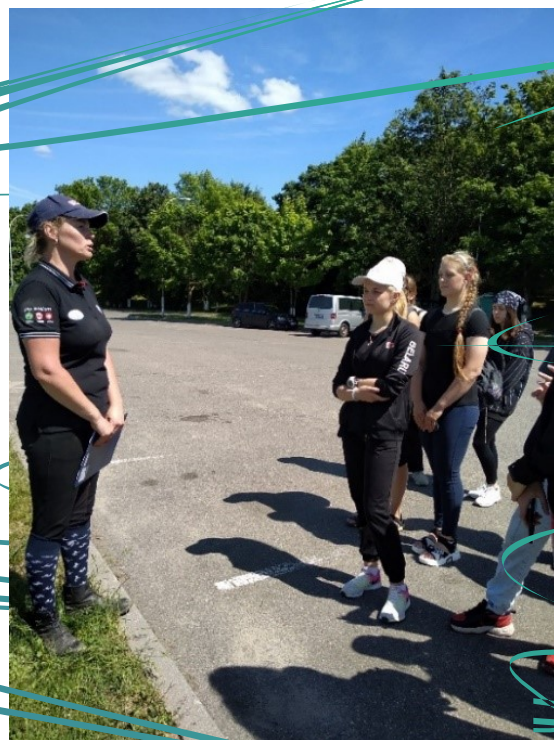
Наше лето олимпийское началось с экскурсии. На фотографии мы и наш замечательный гид Алла, которая нас познакомила с очень сложным, зрелищным видом спорта, а именно с конным спортом.

Впервые этот вид спорта был включён в программу Игр Олимпиад в 1900 году. В конном спорте существует конкур, выездка и троеборье. На Олимпийских играх в Токио нашу страну представляли два спортсмена со своими лошадьми, а в троеборье участвовал только один спортсмен А. Зеленко, с лошадью Карло-Гранде (вторая лошадь заболела, и в соревнованиях пара — лошадь и спортсмен — не участвовала.)

Лошади — добрые, доверчивые животные, но с ними шутки плохи, надо быть предельно внимательными и осторожными — это правило было

главным в продолжение всей экскурсии. Первый опыт знакомства и общения с лошадьми у ребят есть! Осталось только научиться самостоятельно ездить — и вперед, к следующим Олимпийским играм!

Также мы узнали и про душ для лошадей, и каждый из нас побывал в роли наездника, правда, по тренировочной площадке проехали с помощью профессионала. И манеж видели, и площадку для международных соревнований, и даже, увы, сгоревшую конюшню. Все впечатляло. В конце экскурсии гид задала нам вопросы, мы ее поблагодарили и, впечатленные, поехали домой.



Выражаем благодарность Республиканскому центру олимпийской подготовки конного спорта и коневодства в агрогородке Ратомка за организованную экскурсию.

ВОПРОСЫ ОТ АЛЛЫ:

- Какие животные примут участие в Играх XXXII Олимпиады? Выберите вариант ответа — собаки, коты, панды, лошади, все перечисленные, животные не участвуют.
- Кто на Олимпийских играх является главным другом человека? (Лошадь. Остальные участники соревнований — это соперники.)
- Едят ли лошади морковь? (Да).
- Что такое драйвинг? (Это соревнования экипажей, запряженных лошадьми, а мы думали, что-то связанное с морем!)

СТРЕЛКОВЫЙ СПОРТ



вид спорта, в котором участники соревнуются в стрельбе из огнестрельного и пневматического оружия. Подразделяется на пулевую стрельбу и стендовую стрельбу.

ЗНАКОМСТВО СО СТРЕЛКОВЫМ СПОРТОМ.

Накануне Олимпийских игр в Токио любители узнавать все новое, а именно учащиеся школы со своим классным руководителем познакомились с **Юрием Щербацевичем**, участником Олимпийских игр-2020. Он рассказал много интересного о своем любимом виде спорта.

«Пулевая стрельба — это сложный вид спорта, в котором от стрелка требуется не только совершенная техника при выстреле, но и умение владеть своими эмоциями, быть выдержанным.

Стрелковый спорт появился в олимпийской программе в 1896 году, и примечательно, что этим видом спорта занимался Пьер де Кубертен — основатель современных Олимпийских игр».

О планах мы спортсмена не спрашивали, только сказали: «Будем держать кулачки и верить в Вас!» И держали, и верили, но на олимпийский пьедестал он, к сожалению, не поднялся. Мы знаем, что быть в финале и расположиться на седьмой позиции соревнований по стрельбе из малокалиберной винтовки с 50-м из трех положений — это тоже успех!

МЫ УЗНАЛИ, ЧТО



- **трап** — это упражнение выполняется на траншейном стенде и спортсмен стреляет по мишени, которая удаляется от стрелка по трем различным траекториям полета (прямо, вправо или налево от стрелка с отклонением до 45 градусов).
- **скит** — это упражнение выполняется на круглом стенде с восемью стрелковых номеров, расположенных полукругом и стрельба ведется по одиночным мишеням и дуплетам, которые вылетают из башен, расположенных справа и слева от спортсмена на площадке.
- **микст** — это соревнования смешанных пар.



ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ СТРЕЛОК

1. Оружие — это не игрушка, с ним шутить нельзя.
2. Гильзы от пуль с собой не забирать — будут проблемы.
3. Не стрелять без команды.
4. Целиться друг в друга шутки ради — запрещено.
5. Соблюдать все правила безопасных занятий стрельбой из любого вида оружия и на всех стрелковых площадках.

И многие другие правила, которые неукоснительно выполняют как начинающие спортсмены, так и профессионалы.



ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Легкая атлетика — «королева спорта» — это олимпийский вид спорта, включающий бег, ходьбу, прыжки, метания и легкоатлетические многоборья (десятиборье у мужчин и семиборье у женщин.)

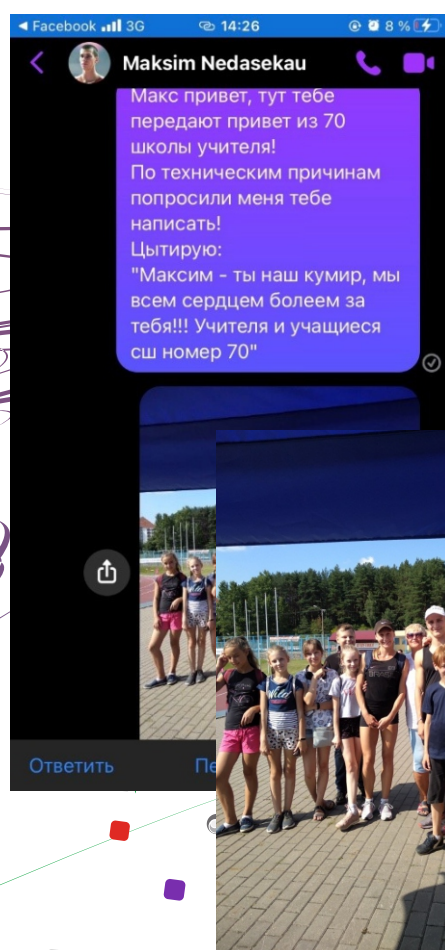
Наша школа находится в Первомайском районе столицы, а неподалеку, рядом с лесным массивом, расположился «Республиканский центр олимпийской подготовки по легкой атлетике». И там мы тоже побывали и подружился с **Максимом Недосековым**, красавчиком Максом — сегодняшним нашим кумиром.

Мы встретились с ним перед тренировкой, на которой присутствовала **Эльвира Герман** — барьеристка, тоже участница Игр XXXII Олимпиады. Мы пообщались со спортсменами, пожелали удачи и посмотрели начало тренировки.

Некоторые из детей даже пробежали со спортсменами один разминочный круг. Честно, было тяжело, но добежали.

Максим рассказал, как учился в РГУОР и как тренировался всю свою сознательную жизнь, ведь спорт — это труд, ежедневный, напряжённый, честный, с удачами, а порой и разочарованиями. И это разочарование мы наблюдали, когда была не взята высота 2,35 см с первой попытки, но уверенность, поддержка и хорошая спортивная форма взяли верх, и Максим — бронзовый призер Олимпийских игр. А высота 2,37 см — это покоренная высота как для чемпионов Олимпиады, а их два, так и для бронзового призера.

Поздравляем, желаем здоровья и новых высот как в спорте, так и в жизни!



МЫ УЗНАЛИ, ЧТО

- соревнования по легкой атлетике проводятся на Олимпийских играх современности с 1896 года, и тогда в Афинах разыгрывалось 12 комплектов наград;
- в Токио "королева спорта" разыграла 46 комплектов наград: 24 у мужчин и 22 у женщин;
- впервые в программу Олимпиады добавлена смешанная эстафета 4x400.

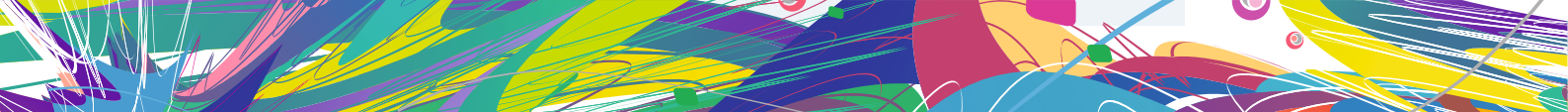
ПОСЛЕСЛОВИЕ

Это лето стало для нас летом олимпийским, летом единения, летом новых знакомств и дружбы, летом позитива, новых знаний спортивных и трудовых успехов.

Вместе со своими учителями учащиеся школы приглашают к стартам (Приложение) всех желающих и особенно новых друзей из РГУОР. Это наш шаг к единству и в спорте, и в учёбе, и в нашем обществе.

Спасибо всем, кто принимал нас, кто помог этим летом наш отдых сделать спортивно-познавательным. До свидания «Лето – пора спортивная – 2021!» До новых интересных встреч и победных стартов!





ПРИЛОЖЕНИЕ

Метатели

Место проведения: лесная поляна, спортивная площадка, спортивный зал.

Раздаточный материал: шишки, теннисные мячи, мячи для настольного тенниса.

Содержание.

Все участники мероприятия рассчитываются на первый, второй, после чего образуют пары. Каждый из игроков в руках держит шишку (мяч).

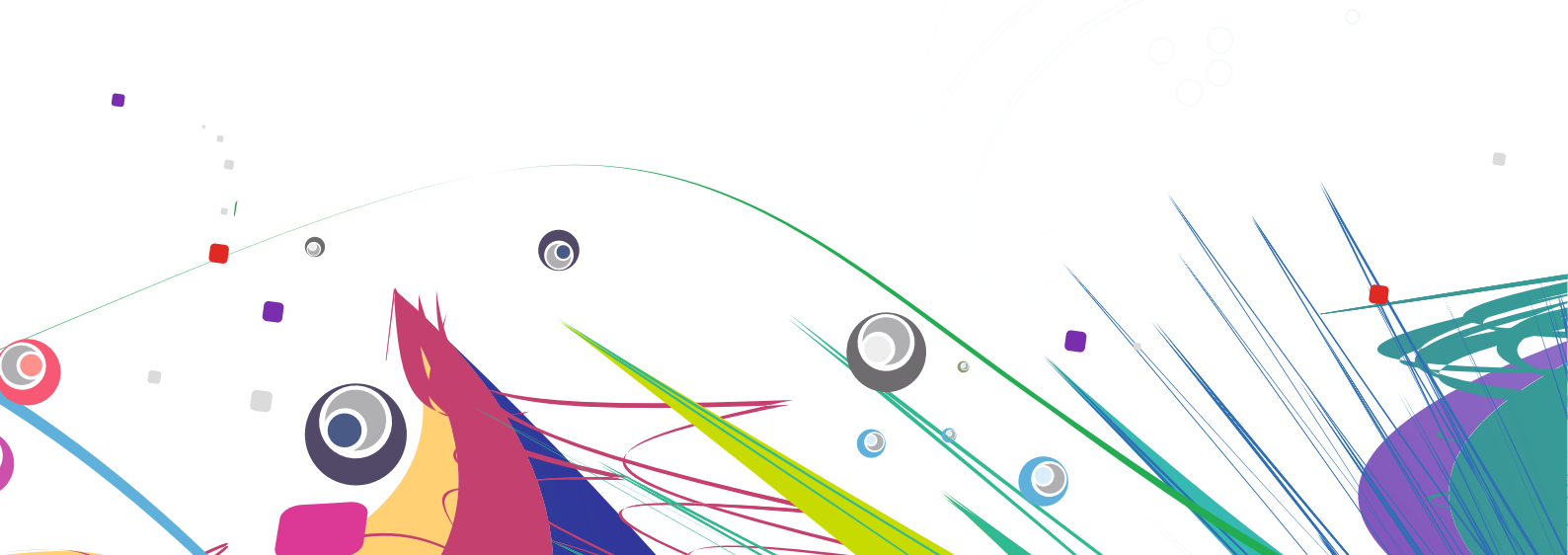
Перед началом игры определяются места для первых и вторых номеров, а именно: первые номера стоят лицом в сторону метания, а вторые – сбоку справа (слева) от метających на определенном расстоянии.

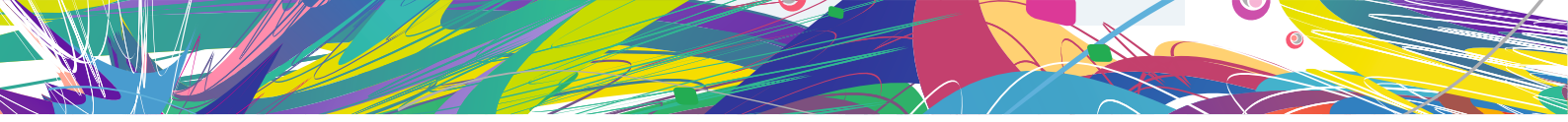
По сигналу руководителя первые номера метают шишку (мяч) вверх-вдаль, а вторые (партнеры) в этот момент стараются попасть в летящий предмет, своим «снарядом».

После первого этапа партнеры меняются местами и продолжают задание. Если попадание было успешным, игроку начисляется бонусный балл.

После первой пары исходную позицию занимает следующая пара, которая и продолжает игру.

Методические рекомендации.

- После выполнения задания каждая пара собирает предметы, которые метали, а по окончании своего этапа становится на безопасное расстояние от всех участников и наблюдает за ходом игры.
 - Игроки начинают выполнять задание только по команде руководителя.
 - В основном варианте игры задание выполняется правой рукой.
 - Варианты игры:
 - увеличить расстояния между парой;
 - второй номер стоит спиной к первому, а по команде руководителя быстро поворачивается кругом и старается поразить летящий предмет, выпущенный первым номером;
 - производить метание левой рукой;
 - метать всем вместе.
- 



КТО БЫСТРЕЕ И ЛОВЧЕЕ

Место проведения: лесная поляна или спортивная площадка.

Раздаточный материал: шишки или мячи для настольного тенниса, фишки для разметки.

Определяется линия для начала игры, а в пяти метрах от нее, раскладываются 5 – 8 фишек для разметки, на небольшом расстоянии одна от другой.

По сигналу руководителя все участники стараются быстрее найти по одной шишке, затем сразу же идут, но не бегут, во избежание столкновений, к линии, обозначающей начало игры и по очередному сигналу руководителя, метают в одну из фишек, затем возвращаются за следующим снарядом и выполняют это же действие.

Первый этап игры следует повторить три раза. Если участник на этом этапе не попал в фишку ни одного раза, он выбывает из игры.

Оставшиеся участники продолжают соревнование, и между ними определяется победитель. При этом условия игры усложняются, например, еще больше увеличивается расстояние между фишками и линией начала игры, метание производится левой рукой и т.д.

Игра проходит по тем же условиям, но участники, не поразившие цель, выбывают сразу.

Методические рекомендации.

1. Выбирать место для метания следует с большим количеством шишек. Шишки можно собрать до начала игры.
2. Каждый участник осуществляет подсчет результативных попаданий самостоятельно. Попадать в какую фишку определяет каждый игрок самостоятельно.
3. При проведении игры на спортивной площадке или в спортивном зале, метают теннисные шарики, которые разбросаны в пределах игровой зоны, которую определяет руководитель.

ВЕСЕЛЫЕ МЯЧИКИ

Место проведения: лесная поляна или спортивная площадка.

Раздаточный материал: мячики на резинке, длинный шпагат или шнур.

Между деревьями или стойками на площадке натягивается шпагат, к которому привязываются мячики на резинке (по количеству пар).

Варианты игры:

- За определенное время участник пары набивает подвешенный мячик одной ногой, можно попеременно правой, левой. По сигналу руководителя задание продолжают выполнять партнеры. Общий результат набивания мячика парой суммируется.
- Пары боксируют по мячу из различных исходных положений.
- Пары выполняют передачи мячика ногой друг другу (на время).
- Все участники игры парами проходят между подвешенными мячиками, стараясь не задеть их (боком, лицом вперед по ходу движения, спиной вперед).

Методические рекомендации.

Каждый руководитель игры самостоятельно определяет время для выполнения каждого задания и озвучивает условия для выявления победителей.



методический
ОНЛАЙНЦЕНТР
ПО ОЛИМПІЙСКОМУ ОБРАЗОВАНИЮ

Республиканский фестиваль
«Лето – пора спортивная!»
Номинация: «Ах, лето! Олимпийское лето!»

«ОЛИМПІЙСКИЕ ЗАРИСОВКИ»

Панорама спортивно-познавательного досуга
в год народного единства

Авторы-составители
Творческая группа учащихся под руководством учителя истории
Ковалевской Лидии Леонидовны, учреждения образования
«Средняя школа № 70 г.Минска имени Л.Н.Гуртьева»,
Первомайского района

Художественное оформление и компьютерная верстка: З.В. Голованова

■
■ © 00 «Белорусская олимпийская академия», 2021

