

Спортивно-массовые мероприятия как средство формирования ЗОЖ в школе
Спортивно-развлекательное мероприятие "Встречаем весну"

Братцева Наталья Сергеевна
МБОУ СОШ № 4 пос. Нижний Куранах
Алданский район

Цель: Привлечь учеников к активному участию в спортивных мероприятиях, пропаганда ЗОЖ.

Задачи:

- сохранять и укреплять физическое и психологическое здоровье детей;
- воспитывать организованность, самостоятельность;
- способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы, сопереживания, чувства коллективизма, взаимовыручки, творческой активности.

Место проведения: школьный двор

Атрибуты и инвентарь: спортивный канат, валенки, мяч, клюшка, костюмы сказочных героев

Участники: ученики начальных классов, сказочные персонажи, ведущие.

Общую координацию действий по реализации проекта осуществляет заместитель директора по воспитательной работе, педагог дополнительного образования, учитель физкультуры. Непосредственную организацию запланированных мероприятий выполняют учитель физкультуры и лидеры ДОО «Радуга». Школьный медицинский работник несет ответственность за безопасность приводящихся соревнований и за допуск к ним участников. Классные руководители оказывают помощь в организации и формировании команд своих классов. Общее руководство проектом и контроль за его функционированием осуществляет заместитель директора школы.

В настоящее время забота о физическом состоянии человека становится все более актуальной. Плохая экология и некачественные продукты питания оказывают на здоровье человека негативное влияние. Именно поэтому детей нужно приучать к здоровому образу жизни еще со школьной скамьи, поскольку позже это будет сделать сложнее.

В нашей школе большое внимание уделяется спорту, проведению спортивных мероприятий, праздников, которые позволяют прививать устойчивый интерес и формировать ценностные ориентации подрастающего поколения в контексте ведения здорового образа жизни.

Спортивный праздник — это масштабное мероприятие, посвящённое популяризации физической культуры, спорта и здорового образа жизни. Он объединяет людей разных возрастов, профессий и интересов, создавая атмосферу единства и радости. Такие праздники включают в себя соревнования, показательные выступления, мастер-классы и развлекательные программы, направленные на вовлечение участников и зрителей в активную деятельность. Они способствуют укреплению духа соперничества, развитию командного взаимодействия и пропаганде спортивных ценностей.

С помощью проведения данных мероприятий можно с легкостью повысить настроение, усвоить новые навыки и укрепить здоровье учащихся. В толковом словаре Ожегова С.И, представлено следующее определение словосочетания «Спортивный праздник»: - это день торжества, радости игр и развлечений, установленный в честь или в память кого или чего-нибудь». Целью спортивного праздника является формирование культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья через участие в спортивно-оздоровительном мероприятии.

Спортивный праздник для учеников младших классов - это всегда веселые аниматоры, красочный реквизит, необычные задания, веселые эстафеты, которые приносят большую пользу, и в то же время становятся любимым развлечением для школьников. Эстафеты, забеги, прыжки и метания — каждый вид состязаний становится маленькой историей, наполненной эмоциями и волей к победе. Дети смеются, участвуя в весёлых стартах, а взрослые вспоминают свои спортивные достижения.

Влияние спортивно-развлекательного мероприятия на психическое и социальное развитие учащихся.

Психологическое влияние

Участие в спортивном мероприятии не только укрепляет здоровье, но также важно для психического развития учащихся. Здесь стоит выделить несколько аспектов:

Формирование уверенности в себе: достигнутые результаты в соревнованиях развивают мотивацию и уверенность в своих силах.

Стрессоустойчивость: соревнования учат управлять эмоциями и избегать нервозности в ответственных ситуациях.

Дисциплина и настойчивость: регулярные тренировки и подготовка к соревнованиям способствуют осознанию важности дисциплины и упорства, которые необходимы для достижения целей.

Социальное развитие

Спортивно-развлекательное мероприятие способствует социальному развитию учащихся, где каждый участник учится взаимодействовать с другими.

Ключевыми аспектами здесь являются:

Командная работа: способствует развитию навыков общения и сотрудничества.

Конфликты и их разрешение: соревнования помогают детям учиться решать конфликты и принимать поражения, что в конечном счете способствует формированию эмоционального интеллекта.

Существование общей цели: участие в команде позволяет детям чувствовать себя частью чего-то значимого, что укрепляет общую сплоченность и доверие друг к другу.

Спортивно-развлекательное мероприятие "Встречаем весну» было нацелено на формирование у учащихся, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также на профилактику вредных привычек, охват максимального количества учащихся школы оздоровительными мероприятиями.