**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение**

**Дальнезакорская средняя общеобразовательная школа**

Социальный проект

 **«Русский ниндзя»**

*(для учащихся начальных классов)*

Работа учащихся 7 класса:

Бузикова Валерия

Салова Наталья

 Лысцова Людмила

Руководитель проекта:

 Сидорова Алла Ивановна

 Работа допущена к защите «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022 г.

Подпись руководителя проекта \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Сидорова А. И./

с. Дальняя Закора

2022г.

**Оглавление**

 1.Обоснование темы проекта ……………………………. 3

2.План по осуществлению проекта …………….…….…. 3

3.Описание проекта. ……………………………………… 4

4.Заключение… ……………………………………...…… .6

5.Источники информации …………….…………………. 6

**Обоснование**

 Движение - это жизнь, а жизнь - это есть движение» - так гласит старая поговорка. Ученые подтвердили народную мудрость и доказали, что люди, которые ведут малоподвижный и сидячий образ жизни живут меньше, чем те, кто активно занимается спортом. Малоподвижный образ жизни всегда считался губительным для состояния здоровья человека. Лучше всех это понимают младшие школьники. Почти каждую перемену они бегают, прыгают, устраивают различные игры. Мы решили направить их энергию на пользу здоровья. Почему бы не провести для них спортивное соревнование? И нам пришла идея разработать свой проект по проведению спортивных соревнований, чтобы привлечь, заинтересовать детей к здоровому образу жизни.

**Цель**:подготовить и провести спортивные соревнования для младших школьников « Русский ниндзя».

**Задачи:**

1. провести анкетирование среди учащихся 1-4 классов, анализ анкет;

2. найти информацию в сети Интернет;

3. составить сценарий спортивного соревнования «Русский ниндзя»;

4. подготовить и провести соревнования: «Русский ниндзя».

**Для кого осуществляется проект:** для учащихся 1 - 4-х классов.

**Проектный продукт:** сценарий соревнования «Русский ниндзя».

**План по осуществлению проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Этап** | **Месяц** |  |
| 1 | Подготовительный  | Сентябрь | Выбор темы проекта, постановка цели и задач |
| 2 | Основной | Октябрь - декабрьЯнварьФевраль-март  | 1.Анкетирование2.Поиск информации3. Составление сценария4.Подготовить спортивное мероприятие  |
| 3 | Заключительный | Апрель | Оформление работы, подготовка презентации, Защита проекта. |

**Описание проекта**

 Сначала мы провели опрос среди учеников 2- 4 - х классов, чтобы убедиться в актуальности выбранной темы, предложив им анкету **(Приложение 1).** Далее мы обработали данные анкет. В ходе анкетирования нами было опрошено 28 учащихся 2-4 классов. С учетом того, что первоклассники еще не могут читать, для них мы провели устный опрос.

 Мы выяснили, что основная часть опрошенных детей на вопрос: **«**Любите ли вы заниматься спортом?» ответили положительно - 24 человека. Как выяснилось, 4 учащихся не любят спорт. На следующий вопрос: «Любите ли вы спортивные соревнования?» - 24 ученика ответили, что любят спортивные соревнования, «не знают» - 2 человека, 2 человека - не любят соревнования. На вопрос: «В какие игры вы играете?» ребята называли множество различных подвижных игр, которые проводятся на уроках физкультуры, но не назвали игры, в которые играют в свободное время дома и на улице.

 Проанализировав данные анкет, мы пришли к выводу, что ребята любят спорт и имеют представление о спортивных соревнованиях. И в очередной раз убедились в необходимости создания проекта спортивного праздника.

 Для начала мы посетили школьную и сельскую библиотеку с целью поиска необходимой информации, обратившись за помощью к Бычковой М.В. и Овечкиной А.Р., но там нужной нам информации мы не нашли.

 Далее мы решили поискать информацию в интернете. Ознакомились с различными сценариями спортивных соревнований. Все вместе обсуждали, какие эстафеты подойдут для проведения нашего праздника. При составлении сценария мы подходили к руководителю проекта Сидоровой Алле Ивановне, которая посоветовала подобрать эстафеты по наличию спортивного инвентаря. Также объяснила, как нужно соблюдать технику безопасности при проведении соревнования. Мы разработали сценарий проведения мероприятия для учащихся начальных классов.

 Придумали название по примеру телевизионной программы «Русский ниндзя» **(Приложение 2).**

 В свою программу мы решили  включить музыкальный номер, чтобы украсить праздник. За помощью мы обратились к руководителю танцевального кружка Акимовой Татьяне Николаевне, которая согласилась выступить на празднике со своей танцевальной группой «Непоседы». Также подошли к учащимся 5 класса, чтобы они приняли участие на празднике в качестве группы поддержки и дали им выучить кричалки, которые заранее были нами подготовлены. Мы хотели распределить обязанности, но в ходе нашей работы делали всё сообща.

Наша программа состояла из десяти эстафет, для проведения которых нужен был спортивный инвентарь. За помощью мы обратились к учителю физической культуры Алле Ивановне. Она дала нам баскетбольные мячи, обручи, кегли, стойки.

 Для оформления спортзала мы решили в магазине приобрести ватманы, гуашь, кнопки, воздушные шары. Деньги мы взяли из своих копилок. Для награждения участников соревнования купили сладкие призы. На это мы потратили восемьсот пятьдесят рублей.

 Далее мы приступили к оформлению. Нарисовали спортивные плакаты про спорт, написали кричалки на плакатах, сделали большой плакат с надписью «Русский ниндзя», раскрасили. Мы написали объявление о проведении спортивного праздника.

Собрав всех учащихся начальных классов, мы разделили их на три команды, раздали девиз и название команд. Люда отвечала за первую команду «Сильные», Наташа за вторую команду «Смелые», Лера отвечала за третью команду «Стрела». Договорились с ребятами, что каждая команда подберёт для себя футболки определённого цвета. Первая команда оденет зелёные футболки, вторая команда - черные, третья команда жёлтые. Для себя мы тоже придумали одежду: футболки и повязки похожие на героев из мультфильма «Ниндзя». На больших переменах в спортзале с учениками начальных классов мы проводили репетиции.

 В качестве жюри пригласили своих родителей.

Заранее с учителями начальных классов обговорили день и время проведения праздника, а также написали объявление о проведении соревнования ребятам нашей школы.

 В день проведения оформили спортзал шарами, плакатами и приготовили спортивный инвентарь.

 Настал день соревнований. И наш спортивный зал превратился в весёлый стадион! Интересно  было наблюдать за настроем ребят, глаза радостно сияли в предчувствии того, что можно будет побегать, попрыгать. Ребята быстро переходили от одних действий к другим, где показали свои лучшие качества: взаимовыручку, находчивость и смекалку. Участники соревнований состязались в силе, ловкости, быстроте!

 Мы считаем, что у нас получилось провести соревнования, как было задумано. Участники соревнований состязались в силе, ловкости, смекалке и быстроте! Пришедшие ребята пришли поболеть за команды на соревнованиях. Присутствие родителей в качестве жюри положительно сказалось на нашем эмоциональном настрое, чувствовалась поддержка с их стороны. Команды и все присутствующие почувствовали атмосферу праздника. Праздник прошёл в дружной и тёплой обстановке.

Но мы заранее не учли некоторые моменты, связанные с организацией детей во время проведения спортивных соревнований. Ребята быстро уставали от ожидания своей очереди начала прохождения испытания. Периодически некоторые из них выходили из спортзала, не предупреждая участников команды. Нам трудно было поддерживать дисциплину в командах. Дети не были готовы к такому количеству конкурсов.

Для себя мы сделали следующий вывод, что количество эстафет необходимо было сократить до 8-ми, так как дети были уже рассеянны и им с трудом давались последние испытания. После проведения соревнований кто-то немножко расстроился, кто-то немножко устал, а кто-то ушёл довольный и радостный.

Сценарий спортивного соревнования можно использовать, как для младших классов, так и на летней оздоровительной площадке. Такой спортивный праздник можно смело проводить и в детском саду.

**Заключение**

 В заключение мы можем сказать, что цель нашей работы была достигнута. Были выполнены поставленные в начале работы задачи:

- провели анкетирование среди учащихся 1-4 классов;

- обработали результаты анкет;

- нашли информацию в сети интернет;

- разработали сценарий проведения праздника «Русский ниндзя».

- провели спортивные соревнования для младших школьников «Русский ниндзя».

 Таким образом, мы сделали вывод, что есть много интересных и увлекательных эстафет, и мы не будем оказываться от них. Младших школьников можно направить в правильное русло. Спортивные эстафеты вызыва­ют у игроков положительные эмоции, помогают ребятам быть в хорошей физической форме. Физическая активность укрепляет организм и предотвращает развитие различных заболеваний.

 Начните день правильно! Помните: здоровье, радость жизни и счастье в ваших руках!

**Источники информации**

<https://infourok.ru/scenariy-prazdnika-veselie-starti-262480.html>

<http://pozdav.ru/page/scenarij-sportivnogo-prazdnika-veselye-starty>

[http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/08/23/stsenariy-sportivnogo](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/08/23/stsenariy-sportivnogoprazdnika-veselye-starty)

[prazdnika-veselye-starty](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/08/23/stsenariy-sportivnogoprazdnika-veselye-starty)

**Приложение 1**

Анкета

1.Любите ли вы заниматься спортом?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.Какие игры вам больше нравятся?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3.В какие игры вы играете?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4.Как часто вы бы хотите, чтобы проходили соревнования?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5.Хотели бы вы спортивную эстафету с родителями?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6.Любите ли вы спортивные соревнования?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Приложение 2**

*Сценарий спортивного соревнования в начальных классах*

*«Русский ниндзя»*



**Цель:** популяризация здорового образа жизни среди младших школьников.

**Задачи:**

- формировать позитивное отношение к занятию физической культуры;

- обеспечить участникам эмоциональное самовыражение, самораскрытие.

**Оформление**: плакаты про спорт. В центре зала на стене плакат с надписью «Русский ниндзя», воздушные шары.

**Музыкальное сопровождение**: детские песни из кинофильмов.

**Инвентарь:**

 Воздушные шарики – 3 + 2 запасных; баскетбольные мячи – 3; волейбольные мячи - 3; обручи – 9-15; конусы/стойки – 3; кегли - 12 штук ; теннисные мячи 15-20 шт.; 3 ведерка; 6 листов бумаги;

**Место проведения:**спортзал.

**Участники соревнований:** В спортивных мероприятиях принимают участие учащиеся 1-4 классов, классные руководители, учителя физической культуры и гости. К началу состязаний каждая из команд должна иметь название и девиз.

**Ход мероприятия:**

**Ведущий:** Мы рады приветствовать вас на нашем спортивном празднике **“Русский ниндзя ”.**

 Все хотят соревноваться,
            Пошутить и посмеяться,
             Силу, ловкость показать,
            И сноровку доказать.
            Этой встрече все мы рады,
            Собрались не для награды.

**Ведущая**: Наш спортивный праздник — «Русский ниндзя » мы начинаем с выступления спортивного танца группы « Непоседы».

***1.Первый конкурс****:* ***«Представление команд»***

Теперь пришло время познакомиться с участниками праздника.
Каждая команда представляет себя в любой творческой форме (название, девиз, эмблема и т. д.).

**Команда№1**

Название: **«Сильные»**

Девиз: Ни шагу назад, ни шагу на месте,
А только вперёд и только вместе.

**Команда № 2**.

Название: **«Смелые».**

Девиз: Светить всегда, светить везде,
И помогать друзьям в беде.

**Команда №3**

Название: **«Стрела».**

Девиз: Как стрела мы будем мчаться, вам за нами не угнаться.

**Ведущий:** Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить наши команды будут наши родители …. (представление членов жюри).

**Слово жюри:** Мы хотим вам пожелать.

 Показать себя на пять.

 Выиграть место призовое,

 Лучше первое, а не второе!

**Ведущий:** И так,начинаем соревнования. Как говорится: "На старт, внимание!"

**Ведущий:** Чтоб проворным стать атлетом,
 Проведем мы эстафету.
 Будем бегать быстро, дружно,
 Победить всем очень нужно!

***2.******Эстафета с мячом***

 По сигналу ведущего, первый участник команды, держа в руках волейбольный мяч, бежит до финишной отметки (линия, стул, кегля). Пройдя её, он возвращается обратно, обычным бегом и передает эстафету следующему участнику, передавая волейбольный мяч.

**Ведущий:** Эстафета! Эстафета!

Пронесемся, как ракета!

Есть в ней правило одно –

Один за всех и все за одного!

***3.Эстафета*  *«Дружба»***

 Участники команды стартуют парами, удерживая лбами воздушный шар, добегают до финишной отметки и возвращаются к месту старта, передавая шар следующей паре. Побеждает, тот, кто первым закончил эстафету. Следует иметь в запасе несколько надутых шаров.

**Ведущий:** Мои друзья, опять вперёд.

 Состязанье снова ждёт!

***4. Эстафета «Белочка, несущая орех»***

Приготовьте для каждой команды по 5—7 обручей, в зависимости от длины дистанции, и по одному волейбольному мячу (ореху). Обручи расположите на земле так, чтобы из одного можно было допрыгнуть до следующего. Причем они могут лежать не на прямой линии. Задача «белочки»: — пронести орех, прыгая с «дерева» на «дерево» (из обруча в обруч), до финишной отметки и обратно. Можно усложнить задачу, давая по 2—3 мяча. Побеждает, тот, кто первым закончит эстафету.

**Ведущий:** Молодцы, ребята! Вы отлично показали свою ловкость, быстроту!

**5. Эстафета *« Золотые ворота»***

 В эстафете принимает все члены команды. Участник стоит на линии старта, на линии площадки расположены обручи в вертикальном положении. По сигналу, первый участник команды бежит, пролезает внутрь каждого обруча, оббегает ограниченную стойку и бегом возвращается обратно. Эстафета считается законченной, когда все участники команды выполнят задание, после пересечения линии старта – финиша.

**Ведущий:** А теперь ребятки, отгадайте**-**ка загадки. **Команды по очереди отгадывают загадки:**

**6. *Шестой конкурс:*  *«Эрудит»***

Я за лето сил набрался

И значительно подрос,

Спортом много занимался,

Пробежал легко я... (Кросс)

Рядом идут по снежным горам,

Быстрей помогают двигаться нам.

С ними помощницы рядом шагают,

Нас они тоже вперед продвигают. (Лыжи и лыжные палки)

Соревнуемся в сноровке,

Мяч кидаем, скачем ловко,

Кувыркаемся при этом.

Так проходят... (Эстафеты)

Ноги в них быстры и ловки.

То спортивные... (Кроссовки)

Подтянуться мне непросто,

Я же небольшого роста.

Знает каждый ученик,

Что подтянет нас... (Турник)

Не похож я на коня,

А седло есть у меня.

Спицы есть, они, признаться,

Для вязанья не годятся.

Не будильник, не трамвай,

А звоню я, то и знай. (Велосипед)

 **Ведущий:** Пусть не сразу все дается,
 Поработать вам придется!
 Ждут вас обручи, мячи,
 Ловкость всем ты покажи!

**7. Эстафета  *«Сбор урожая»***

 Первому участнику команды дается  ведерко с теннисными мячами. Возле стойки лежат обручи. Задача игрока добежать до обруча и рассыпать мячи. Следующий участник должен собрать все мячи и т. д. Эстафету передаем касанием рукой. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

**Ведущий:** По болоту мы шагаем,

 Ноги выше поднимаем

 Торопись, не утони,

 Добежишь, листы верни.

**8. Эстафета *“Переход болота”***

У первых участников по 2 листка бумаги. Задача : пройти через “болото” переступая по “кочкам” - листам бумаги. Нужно положить “кочку” на пол, встать на нее двумя ногами, а другую “кочку” положить впереди себя.

Побеждает та команда, которая первая прошла “болото” (общее расстояние 5 - 6м.). Побеждает та команда, которая  первой закончит эстафету.

**Ведущий:** «Кто точней метает в цель,

Давайте узнаем мы теперь.

Метко в цель мячи бросайте —

Очки команде прибавляйте».

**9. Эстафета *«Попади в цель».***

    Команда в колонне по одному, в руках у первого участника цветной резиновый  мяч. По сигналу участник выполняет бросок мяча, стараясь попасть в лежащий на расстоянии 3 метров обруч. За каждое попадание начисляется - 1 очко. За ним подходит следующий игрок и так по очереди. Побеждает команда, которая больше забросит мячей.

**10.Эстафета *«Полоса препятствий».***

Пролезть в обруч, пробежать «змейкой» вокруг фишек. Побеждает, тот, кто первым закончил эстафету.

**Ведущий:** А теперь пока жюри подводит итоги, мы немного поиграем в викторину!

1. Что символизируют пять переплетенных колец? (Объединение в олимпийское движение пяти континентов.)
2. Какие звания присваивают спортсмену пожизненно: чемпиона Европы, чемпиона мира, олимпийского чемпиона, чемпиона России? (Олимпийского чемпиона).
3. Олимпийский девиз? (Быстрее, выше, сильнее)
4. Основатель современного олимпийского движения? (Пьер де Кубертен).

**Загадки для зрителей:**

Меня хлопали лопатой,
Меня сделали горбатой.
Меня били, колотили,
Ледяной водой облили,
А потом с меня, крутой,
Все скатилися гурьбой. (Горка)

На рояль я не похожа,
Но педаль имею тоже.
Кто не трус и не трусиха,
Прокачу того я лихо.
У меня мотора нет.
Как зовусь? (Велосипед)

Ног от радости не чуя,
С горки снежной вниз лечу я!
Стал мне спорт родней и ближе.
Кто помог мне в этом (Лыжи)

Взял дубовых два бруска,
Два железных полозка.
На бруски набил я планки.
Дайте снег! Готовы…(Санки)

Жюри объявляет результаты соревнований.

**Награждение команд**. Места распределились следующим образом: 1 место , 2 место, 3 место. Команды были награждены сладкими призами: шоколадные медальки и т.д.

**Ведущий:** Вот и узнали мы победителей. Скажем спасибо жюри и зрителям. Командам желаем новых побед. Будьте здоровы, до новых встреч!

***Протокол соревнований «Русский ниндзя»***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название эстафеты** | **Команда** ***«Сильные»*** | **Команда** ***« Смелые»*** | **Команда** ***«Стрела»*** |
| 1. | ***«Представление команд»*** |  |  |  |
| 2 | ***Эстафета с мячом*** |  |  |  |
| 3 | ***Эстафета Дружба*** |  |  |  |
| 4. | ***Эстафета «Белочка, несущая орех»*** |  |  |  |
| 5. | ***Эстафета «Сбор урожая»*** |  |  |  |
| 6. |  ***Конкурс «Эрудит»*** |  |  |  |
| 7. | ***Эстафета «Золотые ворота»*** |  |  |  |
| 8. | ***Эстафета******«Переход болота»*** |  |  |  |
| 9. | ***Эстафета «Попади в цель»*** |  |  |  |
| 10. | ***Эстафета «Полоса препятствий»*** |  |  |  |
|  | **Общий итог:** |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  **05.08.05.** |

 |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Согласовано: Председатель П.К.МКОУ Дальнезакорской СОШ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.2013-08-26 | Утверждаю: Директор МКОУ Дальнезакорской СОШ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Берденникова И.А..2013-08-26 |

**инструкция № 30.47**

**По охране труда при проведении спортивных игр**

***1. Общие требования безопасности.***

1.1. К занятиям допускаться лица, прошедшие медицинский осмотр и прослушавшие инструктаж по охране труда.

 1.2. Опасные факторы:

- травмы при падении на скользком полу;

- выполнение упражнений без разминки;

- травмы при грубой игре и невыполнение требований судьи.

1.3. На занятиях должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4. По окончании занятий включающий спортивные игры, принять душ или тщательно вымыть руки и лицо с мылом.

***2. Требования безопасности перед началом занятий.***

2.1. Занятия проводятся на спортивных площадках и в залах имеющих размеры, отвечающие требованиям правил игры.

2.2. Занятия должны проходить на сухой площадке. Если игра приводиться в зале, пол должен быть чистым, вымытым и сухим. Запрещается проводить занятия на полу, натертом мастикой.

2.3. Запрещается играть с кольцами с браслетами на руках, серьгами в ушах и другими украшениями. Ногти должны быть коротко острижены.

2.4. Необходимо провести разминку.

2.5. Все острые и выступающие предметы должны быть заставлены матами и ограждены.

**3.** ***Требования безопасности во время занятий.***

3.1. НА занятиях необходимо строго соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания судьи, преподавателя, капитана команды.

3.2.Все занимающиеся обязаны быть в спортивной форме (спортивный костюм, трусы, кеды, кроссовки.)

3.3. Тренировочные игры должны проходить в соответствии с правилами данных видов спорта.

3.4. Занятия должны проходить под руководством преподавателя, тренера или инструктора – общественника.

3.5. При выполнении упражнений поточным способом учащиеся должны соблюдать дистанцию и интервал.

***4. Требования безопасности в аварийных ситуациях***

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю (преподавателю).

4.2. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия эвакуировать учащихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага в возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.3. При получении учащимся травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, а также родителям пострадавшего, при необходимости отправить в ближайшее лечебное учреждение.

***5.Требования безопасности по окончании занятий***

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкция составлена:

Зам. директора по БЖД Щукин А.П. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_