***Урок-змагання***

 ***8-9 класи***

**«Олімпійські перегони»**

****

 **Вчитель фізичної культури**

 **вищої кваліфікаційної категорії,**

**звання «Старший вчитель»**

**Чернявщинський ліцей**

**Циба О.І.**

**Мета:** пропаганда здорового способу життя,формування високих моральних якостей,удосконалення спортивної майстерності, сприяти розвитку фізичних якостей, творче використання засобів фізичної культури, організація активного відпочинку

***Хід заходу:***

***Ведучий* 1**:У стародавні далекі часи

 Біля священного підніжжя Олімпу.

 Де славнозвісні всемогутні боги

 Із Зевсом на чолі творили раду,

 У тихім місті, вздовж ріки Алфей,

 Олімпія знайшла притулочок собі.

 І саме тут, свято миру, сили і краси

 На Зевса честь славетно відбувалось.

***Ведучий 2:***Олімпійські ігри зародились у Стародавній Греції ще у УІІІ ст. до н.е. і регулярно проводились понад тисячу років. Безпосередньо зародження Олімпійських ігор пов'язують із іменами легендарного грецького героя Геракла, царя Пелопса, спартанського законодавця Лікурга та еллінського царя Іфіта.

***Ведучий 3:*** Вважають, що Олімпійські ігри Стародавньої Греції почали свій відлік у 776 р. до н.е., коли офіційно було зафіксовано ім'я першого переможця Ігор Коройба, який за професією був пекарем.

***Ведучий 4:*** Ігри у Стародавній Греції проводились кожні чотири роки на честь батька богів і людей Зевса. Всі змагання та конкурси проходили у давньогрецькому поселенні Олімпія, що було розташоване у північно-західній частині півострова Пелопоннес на півдні Еллади.

***Ведучий 1:*** Під час Ігор дотримувались священного миру. Будь-які військові конфлікти та сутички в регіоні, де відбувались Олімпійські ігри, заборонялись.

***Ведучий 2:*** Учасниками Ігор могли бути вільні греки - чоловіки та юнаки. Для жінок у Греції проводились Герії - Ігри на честь богині Гери.

***Ведучий 3:*** Перші Олімпійські ігри тривали один день, а програма включала лише один вид спорту - біг. Із розквітом і зростанням популярності Ігор їх програма змагань поступово розширювалась. У період розквіту вони проходили протягом п'яти днів. Програма змагань включала біг на різні дистанції, панкратіон (поєднання боротьби з кулачним боєм), пентатлон (п'ятиборство, до якого входили стрибки у довжину, біг, метання диска, метання списа і боротьба), кулачний бій, перегони на колісницях.

***Ведучий 4:*** Нагородження переможців відбувалося у п'ятий день олімпійських святкувань. Переможців Олімпійських ігор увінчували вінком з гілок оливи, а також пов'язували вовняними стрічками навколо голови, рук та ніг.

***Ведучий 1:*** На світ олімпіоніки являлись

 І перемогами своїми прославлялись,

 Оливи гілку на чолі несли.

***Ведучий 2:*** Проіснували Ігри декілька віків,

 А потім римський імператор Феодосій

 Заборонив їх існування, а роки,

 І варвари й стихії

 Знесли, прибрали з пам'яті людської

 Славетне місто ритуалів і споруд.

***Ведучий 3:*** І ось людина — П'єр де Кубертен,

 Французький педагог, барон, спортсмен,

 З палким натхненням взявся за роботу,

 Щоб відродити славу давніх днів,

 Щоб олімпійське гасло засіяло всім.

***Ведучий 4:*** У червні 1894 р. П'єр де Кубертен скликав у Парижі Міжнародний конгрес для вирішення питання про відновлення Олімпійських ігор. Це був історичний Конгрес, тому що на ньому було ухвалено рішення про проведення Ігор І Олімпіади сучасності та створення Міжнародного олімпійського комітету на чолі з Деметріусом Вікеласом, представником Греції, та П'єром де Кубертеном як секретарем.

***Ведучий 1:*** Ігри І Олімпіади сучасності відбулись в Афінах 1896 року. В Іграх взяли участь 245 спортсменів із 14 країн світу, які змагались у 9 видах спорту.

***Ведучий 2:*** І слалося диво! Вже друге століття

 Священний вогонь олімпійський палає.

 Мільйони атлетів з усіх континентів

 На форум спортивний всіх разом збирає.

 Щоб мірятись силою, знать, хто найшвидший,

 Хто вищу за інших планку здолав.

***Ведучий 3:*** Олімпійські ігри проходять кожні чотири роки, щоразу у різних містах світу. Зимові Олімпійські ігри також проводяться кожні чотири роки. На них представлені види спорту, для яких потрібен сніг або лід. Перші офіційні зимові Олімпійські ігри відбулися у французькому містечку Шамоні 1924 року. В них узяли участь 258 спортсменів із 16 країн світу. З 1994 року зимові Олімпійські ігри та Ігри Олімпіад проводяться з інтервалом у два роки.

***Ведучий 4:*** До олімпійської символіки належать олімпійська емблема, олімпійський прапор, олімпійське гасло, олімпійський гімн, олімпійський вогонь та олімпійський смолоскип.

***Ведучий 1:*** Символом Олімпійських ігор є п'ять переплетених кілець, що символізують толерантність і дружбу між усіма, хто бере участь в Олімпійських іграх, з п'яти континентів нашої планети.

***Ведучий 2:*** Гаслом Олімпійських ігор є слова «Citius. Altius. Fortius», що означає «Швидше. Вище. Сильніше».

***Ведучий 3:*** Олімпійська емблема визначена Олімпійською Хартією, правовим документом олімпійського руху. Основним елементом емблеми є п'ять кілець у поєднанні з іншими елементами.

***Ведучий 4:*** П'ять кольорових кілець - синє, чорне, червоне, жовте, зелене на білому полотнищі - це олімпійський прапор. Він урочисто піднімається на головній спортивній арені міста-організатора на церемонії відкриття Олімпійських ігор.

***Ведучий 1:*** Олімпійський вогонь запалюють в Олімпії. За допомогою естафети олімпійського вогню він закінчує свою подорож у великій чаші олімпійського стадіону, в якій палає протягом усіх олімпійських змагань.

***Ведучий 2:*** Під час церемонії відкриття Олімпійських ігор атлет, представник країни-організатора Ігор, підходить до щогли, бере краєчок Олімпійського прапора, здіймає праву руку і виголошує Олімпійську присягу: «Від імені всіх учасників я обіцяю, що ми будемо брати участь у цих Олімпійських іграх, поважаючи та дотримуючись правил, за якими вони проводяться, в істинно спортивному дусі, в ім'я слави спорту та честі наших команд».

Спортивні арбітри також складають присягу про повагу до спортсменів та об'єктивне суддівство.

Щоб у дійсності спорт був таким, як у «Оді».

Натхненно яку Кубертен написав.

***Ведучий З:*** Про те, що спорт - чесність.

Про те, що спорт - сила.

 Про те, шо спорт - миру посол на Землі,

 Про те, шо він - радість і справедливість,

 І плідність, і виклик, й могутній прогрес.

 Що він - благородство,

 Що він - будівничий,

 Що він - насолода для тіла й душі!

 До спорту і ти приєднатись спіши!

А зараз ми проведемо малі Олімпійські ігри

 Естафети «Олімпійські перегони»

1. Представлення команд;

2. Біг з м’ячем до відмітки і назад.

3. Передача м’яча між ногами , оббігти стійку.

4. Необхідно пролізти в резинове кільце 3 р.

5. Конкурс капітанів , крутить обруч на тулубі.

6. Стрибки через скакалку 20 с.

7. Метання м’яча вціль.

8. Перетягування в парах.

9. Перетягування канату.

10. Підтягування.

11. Стрибки у довжину з місця.

***Ведучий 4:*** Слово надається нашим шановним гостям.

Виступи гостей.

***Ведучий 1:*** Дорогі друзі! От і закінчився наш олімпійський урок. Сподіваємось, що ви отримали нові знання, познайомилися з, дізнались про те, скільки необхідно докласти сил, здійснити важкої щоденної роботи для того, щоб завоювати медаль, особливо - олімпійську. Пам'ятайте, у кожного є своя олімпійська сходинка, своя олімпійська висота, і щоб її досягти потрібно мати велике бажання, віру у свої сили і щоденно докладати зусиль для здійснення своєї мрії. Бажаємо кожному із вас обов'язково її досягти!

 До нових зустрічей.

