Урок-змагання з фізичної культури

 «Козацькі забави» до Дня козацтва та

 Дня Захисників і Захисниць України.

Мета: Розширити знання та світогляд учнів про козацтво; розвивати дружню атмосферу та почуття командності; сприяти розвитку фізичних навичок та зміцненню здоров,я.

Обладнання та інструменти:

М,ячі, обручі, великі м,ячі для скакання, мішки, шаровари(для хлопчиків),віночки(для дівчаток),відерка, горіхи, емблеми з назвами команд; грамзаписи маршу «Запорізький марш», пісні «Яка ти козачка, який ти козак?»

 Хід змагань

 Команди виконують пісню «Ми маленькі козачата».

 Діти одягають шаровари і віночки.

Кожна команда говорить своє кредо.

 Ігри – конкурси

Конкурс 1: «Спритні скакуни»

Вчитель:

 А, чи знаєте, діти, що козаки були відважні та сміливі люди, вони були дуже спритними наїзниками. Кінь – це вірний друг козака. Вони володіли глибокими вміннями та навичками у кінній справі. Ось і ми сьогодні поскачемо, як козаки.

Діти формують 2 команди, капітани мають по одному великому м,ячу для скакання.

Учасники по черзі проскакують певну відстань, повертаються і передають м,яч наступному учаснику конкурсу.

Конкурс 2: «Кращий бігун»

Вчитель:

Славні козаки були дуже швидкими. Саме в цьому конкурсі, кожен з вас може доказати, які швидкі є нащадки наших козаків.

(Кожному учаснику по черзі потрібно добігти до кеглі, оббігти її і передати естафету наступному козаку.)

Конкурс 3: «Кмітливі мисливці»

Вчитель:

Усі ми знаємо, що козаки були спритними та кмітливими мисливцями. Адже, вони самі добували собі їжу, а потім дуже смачно готували і українські страви .Ось і вам дорогі наші козачата, в цьому конкурсі потрібно проявити свою кмітливість і швидкість.

(На певній відстані стоять 2 крісла: на одному, біля команди, стоїть пусте відерко,а на 2-му, те до якого треба добігти, відерко наповнене горіхами. Кожен учасник повинен добігти до 2-го відерка – взяти горіх і закинути у пусте відро.)

Конкурс 4: «Втеча полоненого козака»

Вчитель:

 Ми знаємо, що іноді козаки потрапляли у полон. Але вони з полону втікали, а для того щоб втікнути від ворога, треба проявити кмітливість, силу та швидкість.

(Стрибки у мішках)

 Конкурс 5: «Відважні тягачі»

Вчитель:

 Козацька сила та міць – це основна риса козаків. Вони були сміливими та мужніми, захищали свою рідну землю від ворогів. Козаки вели довготривалі битви і для цього їм потрібні були сила та витривалість. Сьогодні ви, теж зможете випробувати свою силу у перетягуванні канату.

(Перетягування канату).Підсумки змагання(власні варіанти