

Самостійне заняття № 21 (2 год.).

Тема: Організація та проведення свята „Нептуна”

Мета заняття: Організація та проведення свята „Нептуна”

Задачі заняття:

1. Підготовка до свята «Нептуна»
2. Складання сценарію свята «Нептуна»
3. Показові виступи Свята «Нептуна»

Завдання заняття:

Мабуть, найулюбленішим спортивним святом дітей у таборі відпочинку є свято Нептуна. Діти з великим бажанням і завзятістю готуються до свята, з нетерпінням чекають його проведення. І в кожному таборі, який розташований поблизу водоймища, як правило, відбувається це свято.

Керує підготовкою до свята Нептуна голова організаційного комітету (начальник табору). Він також відповідає за матеріальну частину, забезпечує виконання програми і сценарію, розподіляє обов'язки між вихователями й вожатими, які комплектують з учнів бригади, що допомагають їм у підготовчій роботі.

Учитель фізкультури (або інструктор з плавання) складає програму і сценарій, вчить дітей плавати, готує виступи, формує суддівську колегію і проводить свято. Йому допомагають члени організаційного комітету.

Під час розробки програми і сценарію свята враховують стать і вік учнів, їхню фізичну й спортивно-технічну підготовку, а також конкретні умови. Триває таке свято 1,5-2 год. (краще його проводити в другій половині дня - з 16,00 до 18,00). Програма складається з урочистої частини (5-10 хв.), показових виступів, спортивних змагань (50-60 хв.) і заключної частини (30- 40 хв.).

Орієнтовний сценарій свята „Нептун”

16.00. Шиккування учасників змагань. Рапорт фізоргів командуючому парадом про готовність загонів до участі у святі. Вітання учасників. Підйом прапора. Урочистий марш-парад учасників змагань.

16.10. Показові виступи. Беруть участь найсильніші плавці табору. Ця частина свята не тільки дуже цікава, а й повчальна. Адже діти, батьки побачать різні способи плавання. Обов'язково демонструються прийоми рятування потопуючого, транспортування його та надання йому першої медичної допомоги. Весело проходять комічні естафети й естафети з подоланням перешкод. I. Дистанція 25 м, старт із води. I етап -5м. Учень пливе, затиснувши ногами надутий гумовий круг. II етап -10м. Перший учасник передає круг партнерові, той пливе, працюючи тільки ногами; круг тримає випростаними руками. III етап - 5 м. Партнер з м'ячем (ватерпольним, гумовим, футбольним), одержавши естафету (круг) від іншого, затискає круг між ногами і веде м'яч руками. IV етап -5м. Учасник змагань одержує від

товариша по команді м'яч і круг, кладе м'яч на гумовий круг і, працюючи ногами, брасом пливе з предметами до фінішу. Перемагає команда, яка перша закінчить естафету.

2. Перший і третій учасники - на одному плоту, другий і четвертий - на іншому, розташованому навпроти на відстані 25 м. За командою перший учасник стартує. На 25-метровій дистанції він має подолати три перешкоди: пролізти через пінопластовий обруч або автомобільну камеру, пірнути під плаваючою жердиною і перелізти через перекинутий човен.

Коли перший учасник фінішує (торкнеться рукою плоту), стартує другий учасник. Він долає ці самі перешкоди у зворотному порядку. Перемагає команда, яка пропливе швидше.

До цієї частини також включають показові виступи стрибунів у воду, плавання з гандикапом, коли плавець-розрядник долає майже всю дистанцію (наприклад, 100 м), а його суперники - тільки частину (75 або 50 м). Організують заплив кваліфікованого спортсмена проти естафетної команди плавців (наприклад, спортсмен долає 100 м, а четверо дітей пливуть по 25 м кожен).

Під час пауз між номерами проводять змагання з перетягування каната, зустрічні естафети тощо.

До спортивних змагань вводять запливи на різні дистанції (залежно від контингенту учнів та їхньої підготовки - 25 і 50 м). різними способами (кроль, брас, дельфін), а також естафети (чотири учні мають проплисти по 25 м).

Так, змагання з плавання на 50 м проводять серед школярів 10-11 і 12-13 років, а також серед школярів 14-15 років. Коли змагаються діти 10-11 і 12-13 років, які пливуть 25 і 50 м, час подолання дистанції не беруть до уваги.

Переможців визначають окремо серед учнів 10-11, 12-13 і 14-15 років. Оцінюючи особисті результати, враховують загалом час, за який учень проплив дистанцію, а при визначенні команди-переможця виходять із суми очок, набраної командою в цілому. У спортивній частині запливи чергують з окремими показовими виступами. Це дає змогу відпочити учням, які беруть участь у двох номерах програми, оголосити результати попереднього запливу й підготуватися до наступного.

17.10. Заклучна частина. Під звуки сурм по озеру на імпровізованому троні, сплетеному з очерету й водоростей, в оточенні водяника, слуг та русалок пропливає з тризубцем у руці сам бог морів Нептун. Трон розташований на плоту або помості, поставленому на два човни, і прикрашений олімпійською емблемою. Володаря морів супроводить ескорт плавців у яскравих шапочках і з кольоровими кулями, прив'язаними до плавок. Кавалькада повільно наближається до берега. Слуги виносять Нептуна разом з треном на берег. Нептун вітає присутніх із святом і наказує своїм вірним слугам розвеселити гостей. Поки підводять підсумки, учасники художньої самодіяльності показують свою майстерність, проводять вікторини, атракціони, конкурси.

Потім Нептун наказує учням вишикуватися в колони. Головний суддя оголошує результати змагань. Нептун разом з русалками нагороджує переможців грамотами, медалями й призами, перев'язує стрічками чемпіонів,

дякує учасникам змагань за чесну й наполегливу боротьбу, бажає їм ще більших спортивних успіхів, повертається на свій корабель і відпливає.

18.00. Переможці спортивних змагань опускають прапор. Після цього організують найпростіші рухливі ігри у воді. До них залучають і глядачів. Для цього, звичайно, обирають місце, де невелика глибина (70-100 см) і рівне, чисте дно.

Після вечері влаштовують святкове вогнище з концертом художньої самодіяльності, балом-маскарадом.

Після засвоєння навчального матеріалу практичного заняття № 15 студенти мають *знати*:

- Сценарій свята «Нептуна».

вміти:

- Керувати підготовкою до свята «Нептуна».
- Складати програму до свята «Нептуна».

Контрольні питання

1. Хто керує підготовкою до свята Нептуна?
2. Що на святі обов'язково демонструються?
3. Що влаштовують після вечері?

Рекомендована література

Основна література:

1. Богданов Г.П. Уроки физической культуры в 9-10 классах. – Москва: Просвещение, 1982. – 191 с.
1. Булгакова Н.Ж. Отбор и подготовка юных пловцов. – Москва: ФиС, 1986. – 191 с.
2. Бутович Н.А., Чудовский В.И. Кроль – быстрееший способ плавания. – Москва: ФиС, 1968. – 128 с.
3. Васильев В.С. Обучение детей плаванию. – Москва: ФиС, 1989. – 96 с.
4. Глазирін І.Д. Курс лекцій з плавання (рукопис). – Черкаси, 2003. – 184 с.
5. Ганчар И.Л. Плавание: Теория и методика преподавания: Учебник – Минск: Четыре четверти; Экопесперктива, 1998. – 352 с.

6. Гусинский З.С. Инструкция по оказанию помощи пострадавшим на водах. – Москва, 1974. – 30 с.
7. Євген Приступа, Олег Слімаковський, Микола Лук'янченко. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: Методологія, теорія і практика. – Дрогобич: видання Тзов “Вимір”, 1999. – 449 с.
8. Каунсилмен Джеймс. Е. Наука о плавании. Перевод с англ.
9. Э.А. Голубевой. – Москва : ФЫиС, 1972. 431 с.
10. Каунсилмен Джеймс. Е. Спортивное плавание. Пер. с англ. Москва: ФиС, 1982. – 208 с.
11. Короп Ю.А., Цвек С.Ф. Обучение детей плаванию. – Київ: Радянська школа, 1985. – 96 с.
12. Короп Ю.А., Цвек С.Ф. Плавать должен каждый. – Київ: Здоров'я, 1985. – 96 с.
13. Кубышкин В.И. Учите школьников плавать: Книга для учителя. – Москва: Просвещение, 1988. – 112 с.
14. Макаренко Л.П. Подготовка юних пловцов. Москва: ФиС, -- 1974. – 285 с.
15. Макаренко Л.П. Техническое мастерство пловца. – Москва: ФиС, -- 1975. – 224 с.
16. Макаренко Л.П. Учите плавать малишей. Москва: ФиС, -- 1985 – 31 с.
17. Макаренко Л.П. Юный пловец: Уч. пособие для тренеров ДЮСШ и студентов факультетов физической культуры. Москва: ФиС, -- 1983 – 288 с.
18. Никицкий Б.Н. Плавание. Учебное пособие для факультетов физ. воспитания пед. институтов. – Москва: Просвещение, 1969. – 324 с.
19. Никицкий Б.Н. Плавание: Учебник для студентов. – Москва: Просвещение, 1981. – 304 с.
20. Парфенов В.О. Плавание. Учебник для фак. физ. воспитания пед. институтов. Изд. 3-е перед. и доп. – Киев: Высшая школа, 1974. – 300 с.
21. Плавание: Правила соревнования. – Москва: ФиС, 1988. – 31 с.
22. Плавание: Учебник для институтов физ. культуры. Н.А. Бутович, В.Я. Лопухин, Л.П. Макаренко и др. Под ред. Н.Ж. Булгаковой. – Москва: ФиС, 1979. – 320 с.

Додаткова література:

23. Бакшеев М.Д. Возрастные особенности формирования техники старта в плавании на спине: Авторефер. дис. ... канд. пед. наук. – Омск, 1990. – 20 с.
24. Бишаева А.А. Совершенствование движений в процессе физического воспитания с учетом возрастных возможностей двигательных функций. (Исследования на детях 5 – 10 лет): Авторефер. дис. ... канд. пед. наук. – Москва, 1976. – 20 с.
25. Булах И.М. Плавание от рождения до школы. Минск: Полымя, 1991. – 106 с.
26. Булгакова Н.Ж. Плавание в пионерском лагере. – Москва: ФиС, 1970; 47 с.
- Вайцеховский С.М. Физическая подготовка пловца. – Москва: ФиС, 1976, 142 с.