



Спортивні естафети до Дня українського козацтва 8 клас «Козацькі забави»

Мета: розширити кругозір учнів про козацтво; популяризувати фізичну культуру та здоровий спосіб життя, виховувати почуття дружби, колективізму, взаємовиручки. Розвиток фізичних якостей.

Обладнання: обручі 2 шт., ядро (м'ячик) 2 шт., конуси, 2 шт. волейбольні м'ячі, крупи, стаканчики 4 шт, канат.

Хід естафет

Вчитель. Доброго дня, вам, дорогі друзі! Щиро раді вас вітати!

Проведемо спортивні естафети до Дня українського козацтва «Козацькі забави».

Отже, запрошуємо наших учасників.

Наша зустріч – це подорож у минуле, присвячена славетним сторінкам української історії, козацькій родині, точніше, - нашій родині, бо всі ми - нащадки козацької слави, козацьких традицій, козацької мудрості. В наших жилах тече кров сміливих, відважних, розумних – вільних козаків. 14 жовтня – одне з найбільших 12 церковних свят року - свято Покрови Пресвятої Богородиці. І не тільки. 14 жовтня ми відзначаємо День українського козацтва! Козак – лицар честі і мужній захисник незалежної країни.

Для козаків Покрова була найбільшим святом. Цього дня відбувалися вибори отамана. Наші лицарі вірили, що Свята Покрова охороняє їх, а Пресвяту Богородицю козаки вважали своєю заступницею і покровителькою. Воїни, козаки, що стояли на захисті християнської віри та свого народу, молилися, щоб Богородиця захищала їх, покривала своїм покровом і визволяла від несподіваної смерті.

Сьогодні ми свято починаєм,
Де про славу козацьку згадаєм,
Аби не забути історію роду,
Аби бути гідним свого народу.

Вчитель.

Впродовж століть в Україні свято Покрови набуло козацького змісту та отримало другу назву – Козацька Покрова. З 1999 року свято Покрови в Україні відзначається як День українського козацтва.

Отже, розпочинаємо наші естафети.

Естафета «Ведіння м'яча з перешкодою». Кожен член команди повинен провести м'яч по черговою правою та лівою рукою до гімнастичного обруча, який тримають учні; потім пролізти через нього, тримаючи при цьому м'яч двома руками; і знову переходять на ведіння м'яча тільки вже однією рукою (лівою) рукою, і таким же чином повертаються назад (але ведуть м'яч правою рукою до обруча, та двома руками після) та передають м'яч іншому члену команди.

Естафета «Влучники».

Команди шикуються у колони, кожному гравцю з команди надається одна спроба влучити у кільце із обруча, естафета вважається завершеною коли перший гравець коли перший гравець який кидав м'яч знов став першим. (з кожної команд беремо 2 гравця один тримає обруча на відстані 3-4 м., інший ловить м'яч та передає наступному гравцеві, а також рахує кількість попадань у ціль).

Естафета «Поїзд» За моїм сигналом отамани біжать навколо поворотного прапорця, підбігають до команди, чіпляють одного воїна (зачіпають обов'язково правою рукою за ліву), вони вдвох оббігають навколо прапорця й назад, чіпляють третього воїна й усе повторюється, доки не заберуть останнього.

Естафета «Вперед, назад» Перша пара гравців біжать спиною один до одного, тримаючи один одного під руки бубликом (правим боком приставним кроком), добігають до конуса, та повертаються назад до команди, і стають в кінці колони. Естафета продовжується до тих пір доки перша пара знову не стане першою.

Естафета «Козацька спритність»

Учні поділяються парами, стають спиною один до одного, беруться за руки, відвівши їх у сторони. Між спиною треба покласти м'ячик. Пари рухаються приставним кроком до конуса, а потім назад до своєї команди. Естафету передають, поклавши м'ячик між спинами інших гравців наступної пари.

Естафета «Майстерня художників»

На прикріплених аркушах паперу зображені козаки команда повинна розмалювати козака . Один учасник біжить – розмальовує голову, повертається, тоді наступний – тулуб і т.д.

Естафета «Забава кашоварів»

В центрі залу на столах знаходяться змішані макарони (різних форм). По сигналу потрібно всією командою прибігти до столів і як найшвидше розібрати на окремі тарілки все змішане (тобто: на одній тарілці тільки один вид, на другій – тільки інший) і всією командою потім повернутися назад.

Естафета «Перетягування канату»

Дві команди шикуються навпроти один одної (колонами, на відстані 3-4 м.), їм надається канат (посередені якого зав'язаний бантик), за сигналом вчителя кожна команда разом, намагається перетягнути канат на свій бік, так щоб бантик був найближчий до їх команди.

Естафета «Танцюристи»

Команди шикуються у колони, навпроти кожної команди розташований конус на відстані 8м., кожен член команди повинен просунутись до конуса (дівчатка-кавириачкою, хлопці- гопаком), назад до своєї команди гравець повертається бігом, та передає естафету наступному гравцеві, сам становиться вкінець колони. Естафета продовжується до тих пір доки перший гравець знову не стане першим.

Перешикування у шеренгу, встановлення дихання.

Вчитель.

Інтелектуальний конкурс: **«КОЗАЦЬКА КМІТЛИВІСТЬ»**

- Кого називали козаком? (Вільну людину).
- Хто стояв на чолі козацького війська? (Гетьман).
- Як називали хати, в яких жили козаки? (Курінь).
- Де розташовувались козацькі табори? (Запорізька Січ).
- Про яку деталь козацького вбрання казали: «Широкі, як Чорне море». (Шаровари).
- Як називалась козацька зачіска? (Оселедець).
- З ким вели війни козаки за незалежність? (З Туреччиною, Польщею).
- Які імена козацьких гетьманів вам відомі? (Богдан Хмельницький, Іван Мазепа, Петро Полуботок...)
- А чи знаєте ви ім'я дивовижного гетьмана – силача, який легко міг зламати руками підкову? (Іван Підкова).
- Що таке булава? (Кулясте потовщення на кінці палиці, символ влади кошового отамана)
- Як називали козацький човен завдовжки близько 20 м? (Чайка)

Вчитель. Ось і підійшли до закінчення наші естафети. Козаки, шикуйсь!



