**Конспект занятия по легоконструированию**

**«Спорт и его значение в жизни человека»**

**Цель:**Уточнять и расширять знания о видах **спорта**

Задачи: познакомиться о зимних и летних видах спорта; для мальчиков и девочек;

- познакомиться с историей Олимпиады;

- разви­вать интерес к различным видам **спорта**, желание заниматься **спортом**; совершенствовать навыки работы с Лего конструктором..

**Ход занятия**

- Ребята, мы часто слышим знакомые слова *«физкультура»*, *«****спорт****»*.

**СПОРТ** - вид физической культуры: игровая, соревновательная *деятельность* и подготовка к ней, основанные на использовании физических упражнений и направленные на достижение наивысших результатов.

**Физи́ческая культу́ра** — область социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление [здоровья](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D0%B5), человека в процессе осознанной двигательной активности.

Физкультурой может заниматься и маленький, и старый человек у которого слабое **здоровье**. **Спортом** занимаются по желанию, чтобы стать сильнее, крепче и **здоровее**. Но каждый физкультурник мечтает стать **спортсменом**.

Надо каждое утро делать зарядку, выполнять упражнения на от­крытом воздухе или при открытой форточке.

- Давайте сделаем с вами зарядку и укрепим свои мышцы.

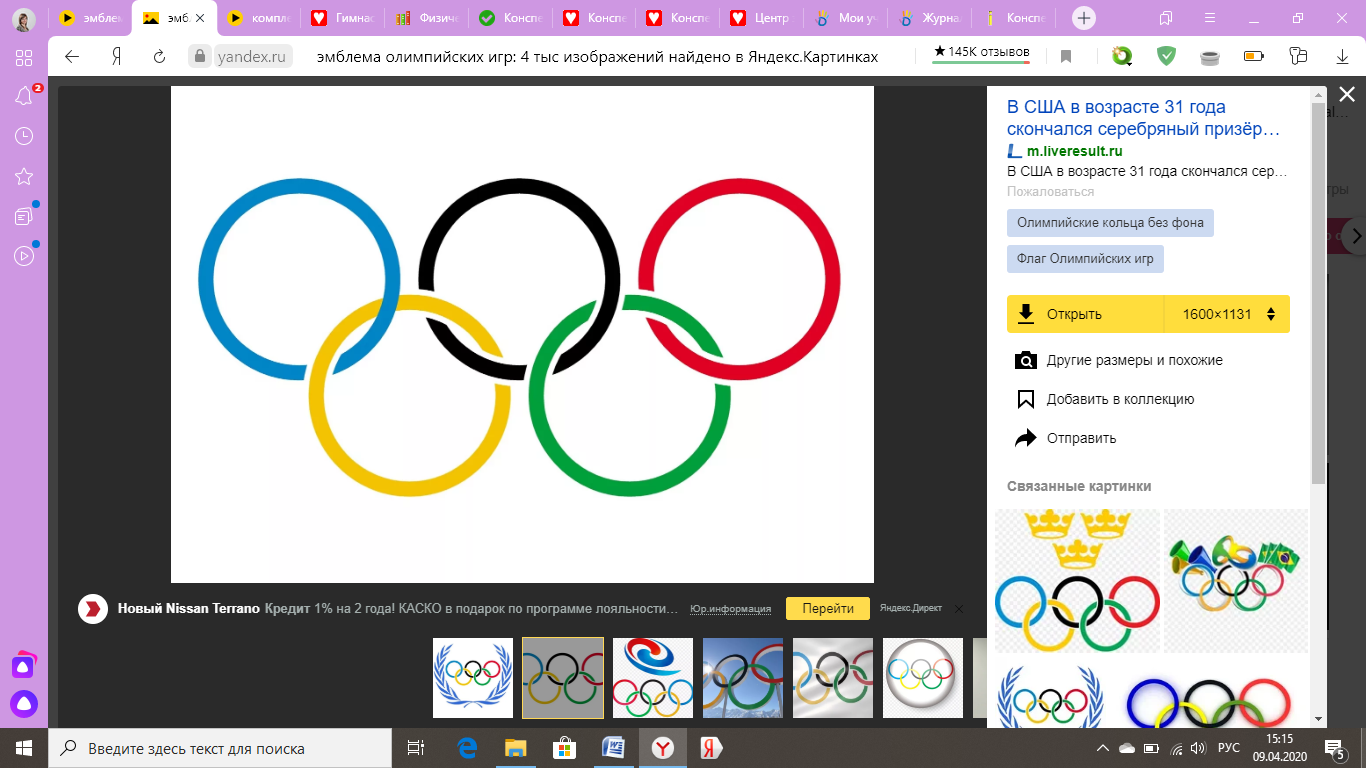
Комп­лекс упражнений под музыкальное сопровождение - *«Раз, два, три, ну-ка, повтори!» Выполните упражнения пройдя по ссылке* [*https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6498376513435402144&parent-reqid=1586434134117239-701106939920639116900210-production-app-host-vla-web-yp-128&path=wizard&text=комплекс+упражнений+«Раз%2C+два%2C+три%2C+ну-ка%2C+повтори!»%29*](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6498376513435402144&parent-reqid=1586434134117239-701106939920639116900210-production-app-host-vla-web-yp-128&path=wizard&text=комплекс+упражнений+)

Самые главные соревнования у **спорт­сменов** называются ***Олимпийские игры.***

Каждый **спортсмен** мечтает выступить и по­бедить в них.

Послушайте легенду о происхождении Олимпийских игр!

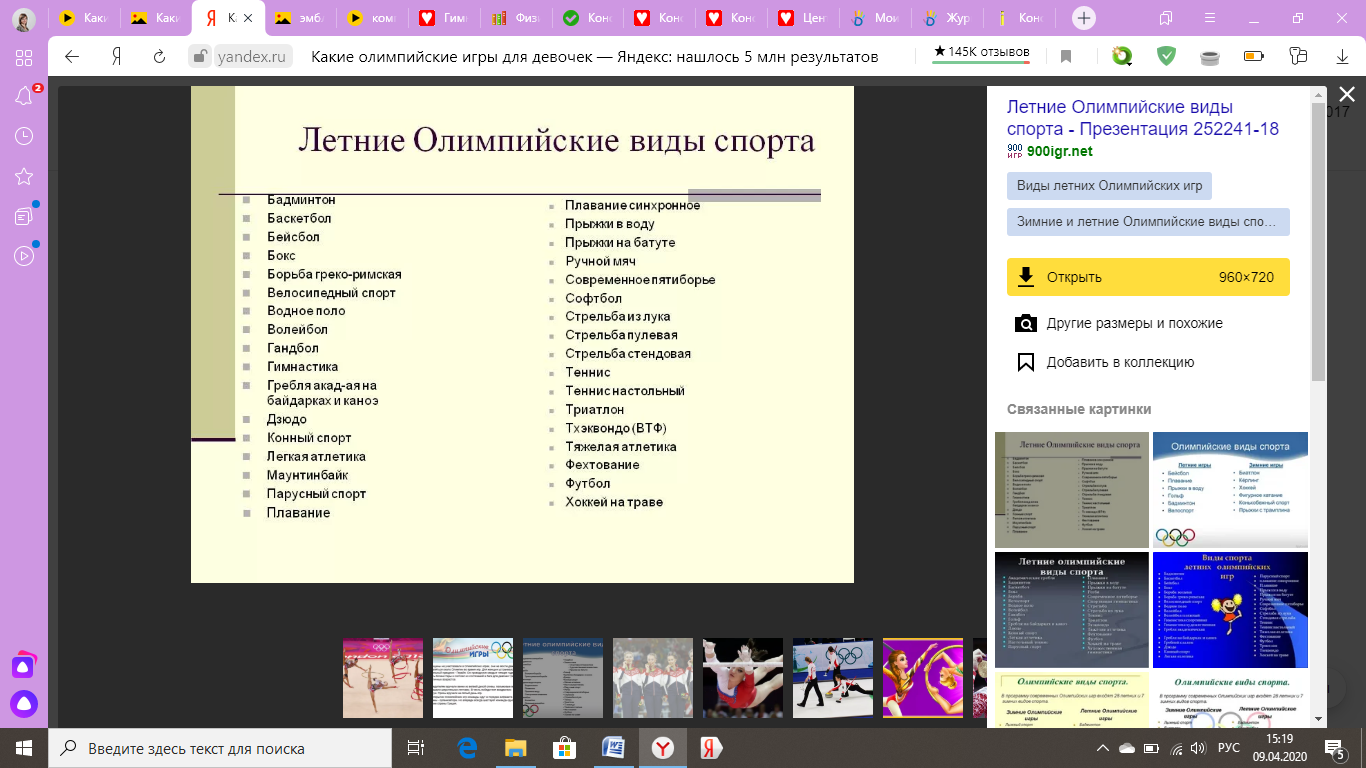
Молва связывает возникновение Олимпийских игр в древности с именем Ифита, владыки края Олимп. Годы его правления то и дело омрачались кровавыми распрями с соседями. И однажды, когда вот-вот должна была вспыхнуть очередная война со Спартой, Ифит предложил спартанцам вложить мечи в ножны и, заключив мир, устроить в честь этого события состязания атлетов, *«дабы не оружием и кровью, а силой и ловкостью величие людей утверждать»*. Предложение было принято, и Олимпия навсегда стала местом мир­ных **спортивных баталий**. Прошло много времени. И вот в 1896 г. над столицей Греции Афина­ми вновь вспыхнул олимпийский огонь. Отсюда началось исчисление со­временных Олимпийских игр.

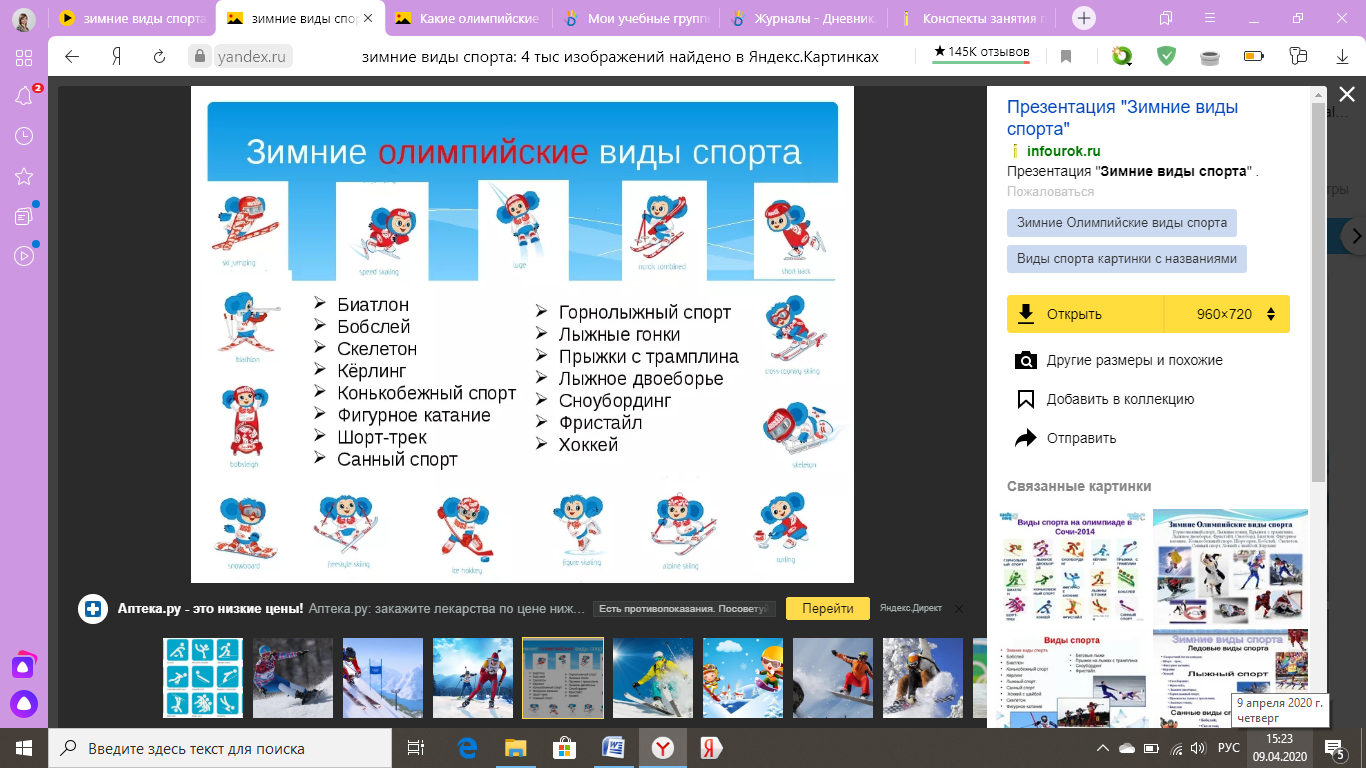
- Ребята, посмотрите на эмблему современных Олимпийских игр. **

Это пять олимпийских колец. Что обо­значает *Пять континентов.*

Это знак единства и дружбы **спорт**­сменов пяти континентов.

Голубое кольцо символизирует Европу, желтое -Азию, черное - Африку, зеленое — Австралию, красное — Америку.





В жизни каждого человека, спорт играет очень важную роль. Спорт улучшает здоровье, поддерживает людей в хорошей физической форме и придаёт людям энергию и положительный заряд эмоций. Совершенно неважно, каким видом спорта заниматься. Это может быть плавание, и футбол и баскетбол и даже обычная езда на велосипеде положительно скажется на вашем здоровье. **Сегодня мы с вами будем строить "Бассейн" или на выбор "Футбольное поле"**

