

Сценарий занятия | 8–9 классы

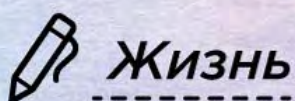


ИНСТИТУТ ИССЛЕДОВАНИЯ  
ДЕТСТВА, СЕМЬИ  
И ВОСПИТАНИЯ

РАЗГОВОРЫ  
О ВАЖНОМ



# МАССОВЫЙ СПОРТ В РОССИИ



10 марта 2025 года

## СЦЕНАРИЙ занятия «РАЗГОВОРЫ О ВАЖНОМ» для обучающихся 8–9 классов

### Занятие 25 Массовый спорт в России

**Дата проведения занятия:** 10 марта.

**Цели занятия:** формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, представлений о влиянии спорта на развитие личностных качеств человека; стимулирование к занятиям спортом; информирование о современных возможностях в области массового спорта; развитие чувства гордости за достижения России в области спорта.

**Формирующиеся ценности:** жизнь.

**Основные смыслы:**

- Развитие массового спорта – основа здорового и продуктивного общества, способного успешно справляться с вызовами будущего, а также долгосрочный вклад в здоровье каждого человека и всей нации.
- Спорт – один из путей самосовершенствования и социализации человека, становления его личностных качеств и взаимоотношений с людьми.
- Спорт – часть культуры и традиций России.
- В России созданы большие возможности для включения людей разных поколений в занятия массовым спортом.

**Продолжительность занятия:** 30 минут.

**Рекомендуемая форма занятия:** беседа с использованием презентации, видеоматериалов и интерактивного задания.

**Комплект материалов:**

- сценарий;
- методические рекомендации;
- видеоматериалы;
- интерактивное задание;
- презентация.

**Этапы занятия**

**Мотивационно-целевой этап:** просмотр видеоролика-анонса, беседа.

**Основной этап:** беседа, просмотр и обсуждение видеоролика-интервью, видеоролика «ГТО», выполнение интерактивного задания, работа со статистическими данными.

**Заключительный этап:** просмотр и обсуждение фрагмента фильма, беседа, работа с цитатами выдающихся отечественных спортсменов.

### Мотивационно-целевой этап

*Учитель организует просмотр видеоролика-анонса с Катей Темновой.*



**Учитель:** Сегодня мы будем говорить о спорте, его роли в жизни каждого человека и его значении для страны в целом. Как вы думаете, зачем вообще люди занимаются спортом? Что они получают от этого?

*Ответы обучающихся.*

**Учитель:** Да, вы правы. Одни стремятся стать сильными и выносливыми, другие хотят поддерживать форму, а кого-то привлекает ощущение радости и бодрости после тренировки. Но важнее всего то, что физические упражнения укрепляют наше здоровье – сердце, легкие, мышцы и улучшают работу мозга.

Можете ли вы привести конкретные примеры влияния спорта на здоровье человека?

*Ответы обучающихся.*

**Учитель:** Важнейшая составляющая заботы о здоровье — физическая активность, подразумевающая преимущественно массовый, а не профессиональный спорт. Как вы понимаете, что такое массовый спорт, и чем он отличается от профессионального спорта?

*Ответы обучающихся. Учитель направляет беседу, задавая уточняющие вопросы, например:*

- Какие виды массового спорта популярны у ваших сверстников, какие виды больше всего нравятся лично вам? Почему?

- Какие массовые спортивные мероприятия проводятся в нашем регионе/городе/районе? Участвовали ли вы в них?
- Какие виды спорта или физической активности вы считаете доступными и интересными для большинства людей? Почему?

**Учитель:** Массовый спорт открыт для всех и включает такие доступные активности, как, например, пробежки, плавание и велосипедные прогулки. Он укрепляет здоровье, развивает социальные навыки и способствует взаимодействию, играя важную роль в оздоровлении нации.

В этом году мы много говорим об образе будущего и о том, как его воплотить. А может ли спорт помочь вам воплотить ваш образ будущего? Как?

*Ответы обучающихся.*

### Основной этап

**Учитель:** Наше государство уделяет большое внимание развитию массового спорта, считая это долгосрочным вкладом в здоровье нации. Как вы понимаете это выражение?

*Ответы обучающихся.*

**Учитель:** Вы правы. Активные занятия физкультурой и спортом снижают заболеваемость, продлевают жизнь и улучшают самочувствие, таким образом улучшая качество жизни людей.

Мероприятия по развитию массового спорта включают поддержку школьного и студенческого спорта, корпоративные программы, а также создание условий для занятий физической культурой в общественных пространствах и по месту жительства (*презентация к занятию*).

В 2019 году по решению Президента России Владимира Путина стартовал Федеральный проект «Спорт – норма жизни» нацпроекта «Демография». Его основные цели: повышение качества жизни людей, формирование культуры спортивной жизни, продвижение и развитие массового спорта, создание и улучшение условий для занятий физической активностью (*презентация к занятию*).<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Информация о проектах в области развития массового спорта представлена в приложении к методическим рекомендациям к занятию.

Как вы думаете, почему государство уделяет большое внимание развитию массового спорта?

*Ответы обучающихся. Учитель направляет беседу, задавая уточняющие вопросы, например:*

- Каковы цели государственной политики в области развития массового спорта?
- Как массовый спорт способствует укреплению здоровья нации? Приведите примеры.
- Какие мероприятия реализуются для развития массового спорта в России / в регионе / в населенном пункте?
- Какие изменения происходят в инфраструктуре для занятий спортом в России / в регионе / в населенном пункте?
- Как, по-вашему, можно сделать спорт интереснее и привлекательнее для детей и взрослых?
- Какую личную привлекательность вы видите в участии в проектах, направленных на развитие массового спорта?

*Учитель организует просмотр и обсуждение видеоролика-интервью с олимпийским чемпионом и трехкратным чемпионом мира по лыжным гонкам Никитой Крюковым. Примерные вопросы для обсуждения:*

- Как Никита Крюков объясняет, почему важно заниматься спортом?
- Почему, по мнению спикера, в спорте важны не только победы, но и поражения?
- Какие слова олимпийского чемпиона имеют непосредственное отношение к вам лично?

**Учитель:** Известно ли вам, что такое Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО и как он возрождается в России?

*Ответы обучающихся.*

*Учитель организует просмотр и обсуждение видеоролика «ГТО». Примерные вопросы для обсуждения:*

- Зачем сдают нормы ГТО?
- Как комплекс ГТО связан с оздоровлением нации?
- Принимали ли вы участие в сдаче норм ГТО? Планируете ли сдавать нормы ГТО?

**Учитель:** Наряду с традиционными формами физической активности, такими как занятия в спортивных залах и на стадионах, в последние годы все большую популярность приобретает доступный каждому человеку уличный спорт.

Что такое уличный спорт и какие его виды вы знаете?

*Ответы обучающихся. Учитель направляет беседу, задавая уточняющие вопросы, например:*

- Занимаетесь ли вы уличным спортом? Каким именно?
- Какие меры безопасности следует соблюдать при занятии уличным спортом?
- Как уличный спорт помогает поддерживать физическую форму?
- Почему уличный спорт популярен среди людей разного возраста и профессий?

**Учитель:** В современном мире меняются подходы к физической активности, появляются новые формы, которые объединяют традиционный спорт с цифровыми технологиями. Например, фиджитал-спорт<sup>2</sup>, совмещающий реальный мир с виртуальным, и киберспорт<sup>3</sup> – соревновательные игры, которые требуют стратегического мышления, координации и реакции.

В прошлом году была утверждена Концепция развития фиджитал-движения на территории Российской Федерации на период до 2030 года (*презентация к занятию*).

Как вы считаете, почему фиджитал-спорт считается перспективным направлением?

*Ответы обучающихся. Учитель направляет беседу, задавая уточняющие вопросы, например:*

- Чем отличаются фиджитал-спорт и киберспорт?
- Может ли киберспорт заменить традиционные виды спорта?
- Хотели бы вы заниматься фиджитал-спортом или киберспортом? Почему?

---

<sup>2</sup> Фиджитал-спорт — это направление в спортивной индустрии, которое объединяет элементы физической активности и цифровых технологий. Соревнования проходят в два этапа: виртуальный этап, в ходе которого участники соревнуются в видеоиграх, симуляторах или в виртуальной реальности; физический этап, на котором аналогичные действия выполняются на спортивной площадке.

<sup>3</sup> Киберспорт – командное или индивидуальное соревнование на основе компьютерных игр.

- Какие правила необходимо соблюдать при занятии киберспортом?

Для подведения итогов данного этапа занятия учитель может предложить обучающимся выполнить **интерактивное задание (викторина «От бега к киберспорту»)**. Если на занятии нет возможности выполнить задание в интерактивном режиме, можно провести викторину в формате вопрос-ответ (Приложение 1).

**Учитель:** Важной составляющей заботы о своем здоровье является отказ от вредных привычек. Предлагаю вам ознакомиться с результатами опроса ваших сверстников. Перед вами их ответы о вредных привычках.

Учитель организует работу с итогами Мониторинга ценностных ориентаций молодежи<sup>4</sup> (презентация к занятию).

**Учитель:** Обратите внимание – самой распространенной вредной привычкой среди опрошенных является привычка поздно ложиться спать. А почти половина опрошенных ответили, что проводят много времени в гаджетах.

Альтернативой нездоровому образу жизни является занятие массовым спортом. Однако ответы участников опроса показывают, что спорт занимает совсем не первое место среди увлечений молодежи. Как же исправить ситуацию?

Ответы обучающихся. Учитель направляет беседу, задавая уточняющие вопросы, например:

- Как бы вы ответили на вопросы мониторинга?
- Совпадают ли данные мониторинга с вашим личным опытом и наблюдениями?
- Как вы думаете, почему у школьников наблюдается недостаток интереса к спорту?
- Как вы думаете, что могло бы вас вдохновить включить спорт в свой досуг?
- Почему забота о своем здоровье – это вклад в благополучие всей семьи и всего общества?
- Каким образом забота о своем здоровье сегодня может изменить вашу жизнь через 10 лет и помочь воплотить свой образ будущего?

<sup>4</sup> Мониторинг ценностных ориентаций молодежи. ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания», декабрь 2024 г.

## Заключительный этап

**Учитель:** Спорт закаляет характер человека. Спорт требует терпения, старания, воспитания волевых качеств. Если у спортсмена что-то не получается, он не бросает, а продолжает работать над собой. Это помогает воспитать упорство, силу воли, стремление к победе – то, что всегда пригодится человеку и в учебе, и в жизни.

Как вы считаете, почему успехи в спорте помогают почувствовать себя увереннее?

*Ответы обучающихся.*

**Учитель:** Многие ребята увлекаются командными видами спорта – футболом, хоккеем, баскетболом (*учитель может дополнить список теми видами спорта, которыми занимаются обучающиеся конкретного класса*). Давайте вместе подумаем: как занятия командными видами спорта помогают научиться взаимодействовать с другими людьми?

*Ответы обучающихся.*

**Учитель:** В команде важно не только самому играть хорошо, но и уметь поддерживать других, слушать, договариваться. Это очень полезный навык, который пригодится и в школе, и потом – в работе и жизни!

*Ответы обучающихся.*

**Учитель:** Предлагаю вам посмотреть фрагмент из фильма «Легенда № 17», который рассказывает о великом хоккеисте Валерии Харламове.

*Учитель организует просмотр и обсуждение **фрагмента фильма «Легенда № 17»**. Примерные вопросы для обсуждения:*

- Как вы понимаете смысл этого фрагмента?
- Что имел в виду Валерий Харламов, сказав: «Мы – сборная Советского Союза»?
- Только ли к спорту имеет отношение урок, который преподал игрокам тренер?

*Ответы обучающихся.*



**Учитель:** Спорт помогает становиться сильнее, увереннее в себе и открывает новые возможности. А главное — спорт объединяет людей, создавая атмосферу дружбы, поддержки и стремления к победе.

Перед вами несколько высказываний наших великих спортсменов (*презентация к занятию*). Прочитайте их. Только ли в спорте важно то, о чем они говорят? Почему?

*Ответы обучающихся.*

**Учитель:** Сегодня мы говорили о значении массового спорта для каждого из нас и для общества в целом. Спорт – один из путей самосовершенствования и социализации человека, становления его личностных качеств, таких как дисциплина, ответственность, умение работать в команде. Развитие массового спорта – основа здорового и продуктивного общества, способного успешно справляться с вызовами будущего, а также долгосрочный вклад в здоровье каждого человека и всей нации.

## Постразговор

*Что посмотреть:*

- Художественный фильм «Легенда № 17», 2012 г., 6+
- Художественный фильм «Движение вверх», 2017 г., 6+
- Художественный фильм «Лев Яшин. Вратарь моей мечты», 2019, 6+

*Что почитать:*

- Гришин Е. Победители.
- Мелентьев В. Большой спорт.
- Иванова В. Королева гимнастики, или Дорога к победе.

*Проектная и внеурочная деятельность, внеклассные мероприятия:*

- Участие в подготовке и сдаче нормативов ГТО: <https://www.gosuslugi.ru/life/details/GTO>
- Участие в проекте «Лыжня России»: <https://лыжняроссии.рф/> и др.
- Посещение или виртуальная экскурсия в ФГБУ «Государственный музей спорта»: <https://museumsport.ru/>

*Дополнительные материалы:*

- Сайт Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) <https://www.gto.ru/>
- Сайт Министерства спорта России. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» <https://minsport.gov.ru/activity/mass-sport/gto/>
- Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО»: <https://tass.ru/info/1884743>

## Приложение 1

### Викторина «От бега к киберспорту»

#### 1. Что такое массовый спорт?

- 1) Спорт высших достижений
- 2) Профессиональный спорт
- 3) Физическая активность, доступная широкому кругу людей**
- 4) Олимпийские виды спорта

#### 2. Как массовый спорт влияет на здоровье нации?

- 1) Увеличивает продолжительность жизни человека
- 2) Снижает уровень заболеваемости
- 3) Повышает качество жизни населения
- 4) Все вышеперечисленное**

#### 3. Какие мероприятия проводятся в рамках проекта «Спорт — норма жизни»?

- 1) Соревнования по профессиональным видам спорта
- 2) Массовые спортивные праздники и фестивали**
- 3) Чемпионаты мира и Европы
- 4) Тренировочные сборы для спортсменов

#### 4. Что такое комплекс ГТО?

- 1) Программа подготовки олимпийских чемпионов
- 2) Система нормативов физической подготовки для различных возрастных групп**
- 3) Комплекс упражнений для реабилитации после травм
- 4) Международная спортивная федерация

#### 5. В каком году был возрожден комплекс ГТО в современной России?

- 1) 2010
- 2) 2014**
- 3) 2008
- 4) 2012

#### 6. Что такое фиджитал-спорт?

- 1) Гибрид реального и виртуального спорта**
- 2) Новый вид киберспорта
- 3) Вид соревнований, проводимых исключительно онлайн
- 4) Вид фитнеса, включающий элементы танцев

## 7. Что такое киберспорт?

1) Моделирование занятий спортом на компьютере

**2) Соревнования в видеоиграх**

3) Обучение спортивной теории через интернет

4) Использование цифровых технологий в подготовке спортсменов