



МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
по проведению внеклассного мероприятия
«ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ
СПОРТИВНЫХ ПРАЗДНИКОВ»

по специальностям:

38.02.02 Страхование дело (по отраслям)

23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений

Рассмотрено на заседании
цикловой комиссии
общеобразовательных дисциплин
Протокол № _____
от «___» _____ 2015 г.
Председатель цикловой комиссии
_____ Лавровская Н.В.

Методические указания рекомендованы для использования в учебном процессе, предназначены для студентов, обучающихся по специальностям:

- 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений;
- 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта;
- 38.02.02 Страхование дело (имущественное).

Составитель: С.А. Голубь - руководитель физвоспитания.

Оглавление

Введение.....	3
Требования к организации и проведению дней здоровья.....	4
Спортивный конкурс «Первый парень»	6
Праздник спорта и здоровья.....	8
Конкурс капитанов.....	10
Внеклассное мероприятие по физической культуре «От студента к Олимпионику»	11
Спортивный праздник «Салют, первокурсник»	15
Заключение	20
Список используемой литературы	21
Приложение 1	22

Аннотация

Содержание дней здоровья, спорта и туризма тесно связано с учебно-воспитательным процессом и является продолжением действующих учебных программ по физической культуре. В процессе подготовки и проведения дней здоровья, и спорта происходит закрепление и совершенствование учебного материала, изученного на уроках физкультуры. Кроме этого, у обучающихся расширяются и углубляются знания о видах спорта и физкультурно-спортивной деятельности.

Введение

Одной из наиболее эффективных форм работы с учащимися является организация и проведение в течение учебного года дней здоровья, и спорта. Перед организаторами данных мероприятий поставлена задача использования разнообразных активных форм отдыха, снимающих накопленное в процессе обучения психическое, интеллектуальное и физическое утомление, и способствующих улучшению физической и умственной работоспособности учащихся.

Содержание дней здоровья, спорта и туризма тесно связано с учебно-воспитательным процессом и является продолжением действующих учебных программ по физической культуре. В процессе подготовки и проведения дней здоровья, и спорта происходит закрепление и совершенствование учебного материала, изученного на уроках физкультуры. Кроме этого, у учащихся расширяются и углубляются знания о видах спорта и физкультурно-спортивной деятельности. В условиях спортивных соревнований формируется стойкая мотивация для занятий тем или иным видом спорта.

Нельзя не учитывать еще один существенный фактор – привлечение к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и спортивных соревнованиях практически всех учащихся, в том числе отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Данный контингент учащихся с успехом привлекается к оформлению мест соревнований, участию в мероприятиях в качестве членов жюри, судейству спортивных соревнований, а также участию в различных конкурсах, например, рисунков на спортивную тему, семейных фотографий на тему «Здоровый образ жизни» и др.

Использование многообразных форм организации и проведения дней здоровья, и спорта в практике работы активизирует пропаганду регулярных занятий физической культурой и спортом среди учащихся, приобщает их к систематическим занятиям в физкультурных кружках и спортивных секциях.

Одним из важнейших требований, предъявляемым к дням здоровья, и спорта, является достижение максимального оздоровительного эффекта для учащихся. Выбор и использование упражнений, подвижных и народных игр, спортивных соревнований должны соответствовать возрастно-половым особенностям учащихся и проводиться при безусловном соблюдении действующих правил безопасности занятий по физической культуре и спорту.

Требования к организации и проведению дней здоровья

Дни здоровья, и спорта проводятся в качестве физкультурно-спортивного праздника с участием всех студентов обучающихся в колледже. При этом рекомендуется планировать и проводить мероприятия одновременно со всеми группами.

Тематика дней здоровья, и спорта должна учитывать возраст учащихся, климатические и погодные условия, наличие спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, участие родителей, классных руководителей, других педагогических работников.

В содержание дней здоровья, и спорта следует включать подвижные, народные и спортивные игры, игры на местности, соревнования по смотру уровня физической подготовленности учащихся, открытые старты (дни рекордов) на лучшего бегуна, прыгуна, метателя и т.д. Особой популярностью у учащихся пользуются такие соревнования, как «Неделя лыжника», «День бегуна», «Весёлые старты», а также общеколледжские соревнования по, баскетболу, волейболу, теннису настольному.

Подготовка и проведение дней здоровья, и спорта требует участия не только преподавателей физической культуры, но и всего педагогического коллектива, а также членов совета коллектива физкультуры и родительского актива.

На этапе организации и подготовки физкультурно-оздоровительного мероприятия или соревнований по виду спорта на преподавателя физической культуры возлагается организация тренировок и репетиций с учащимися, проведение совещаний с классными руководителями, физорганами, капитанами команд, судьями, обсуждение и корректировка содержания положения о днях здоровья, спорта и туризма, соблюдение спортивных ритуалов.. При организации и проведении дней здоровья, и спорта необходимо красочно оформить места проведения соревнований.

При подготовке мест соревнований необходимо соблюдать не только санитарно-гигиенические нормы, но и действующие правила безопасности проведения занятий физической культурой и спортом

При проведении дней здоровья и спорта, а также различных соревнований врач или медсестра обязаны присутствовать на месте соревнований и, при необходимости, оказывать медицинскую помощь.

Для организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий со студентами разрабатываются сценарные планы, в которых, как правило, указываются:

- описание организации начала мероприятия, например, торжественное построение учащихся, вступительное слово представителя администрации, представление членов жюри, выступления родителей, приглашенных и т.п.;
- перечень участвующих команд, их капитаны и классные руководители;
- порядок участия команд в конкурсах и прохождения этапов эстафет;
- место и время показательных выступлений лучших спортсменов колледжа, номера;

– художественной самодеятельности и т.п.

Описание организации закрытия мероприятия, т.е. торжественное построение учащихся, заключительное слово представителя администрации, подведение итогов мероприятия, награждение победителей, призёров, классных руководителей и т.п.

Накануне дней здоровья и спорта спортивным активом колледжа проводится в каждой группе организационная и воспитательная работа по максимальному привлечению всех студентов к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. Классный руководитель, совместно со студентами определяют задачи каждому студенту, разрабатывают и рисуют эмблему, выбирают девиз, определяют спортивную форму и др. Отдельно оговариваются условия участия в мероприятии, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Большую помощь в организации и проведении спортивных соревнований и праздников может оказать физкультурный актив учреждения образования (физорги групп, студенты старших групп). Преподаватели физкультуры проводят с физкультурным активом семинары, методические занятия, на которых вырабатываются практические навыки организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий.

Соревнования по видам спорта, могут планироваться и проводиться в рамках общеколледжской круглогодичной спартакиады.

Спортивные соревнования и физкультурно-оздоровительные мероприятия могут проводиться в следующих формах:

- соревнования по видам спорта между группами;
- матчевые встречи между группами, командами параллелей групп;
- дни бегуна, прыгуна, спринтера, многоборца, баскетболиста и т.д. (проводятся как лично-командные, так и личные);
- первенства колледжа по видам спорта (проводятся как лично-командные, так и личные);
- комплексные соревнования по народным, подвижным и спортивным играм, лёгкой атлетике, лыжным гонкам, гимнастике;
- конкурсы в отдельных упражнениях (метания снежков, набивных мячей, броски баскетбольного мяча по кольцу и др.).

Спортивный конкурс «Первый парень»

Этот конкурс я обычно провожу перед 23 февраля для студентов первых-вторых курсов, но и для других возрастных групп этот конкурс тоже подходит.

Первый этап – отборочный для участия в конкурсе. Он же является жеребьёвкой для следующего этапа конкурса.

Желающие принять участие в конкурсе на звание «Лучший парень» по команде ведущего бегут через весь спортзал и захватывают кубики. Кубиков меньше, чем участников. Тот, кому не достался кубик, выбывает. Затем кубики по одному убираются, и забег повторяется до тех пор, пока не останется 8 участников.

В дальнейшей борьбе за звание «Первый парень» принимают участие 8 человек, прошедших отборочный тур. Но на этом первый этап не заканчивается. Забеги повторяются, выполняя роль жеребьёвки. Первому выбывшему присваивается восьмое место, второму – седьмое, третьему – шестое и так далее до 1 места. Этот этап делит участников на пары для участия в следующем конкурсе: первая пара – занявшие 1 и 8 места, вторая пара – 2 и 7 места, третья – 3 и 6 места, четвёртая – 4 и 5 места.

Далее в каждом конкурсе принимают участие всё те же 8 человек. Все конкурсы проходят по олимпийской системе – проиграл, выбыл. После первого круга выбывшим даются 5-е места. Победившие в оставшихся двух парах борются за 1 и 2 место, проигравшие – за 3 и 4. Место – это заработанный балл на данном этапе конкурса.

На третьем-пятом этапах конкурса участники делятся на пары по принципу: один участник – занявший 1-4 место в предыдущем конкурсе, второй участник – занявший 5 место в предыдущем конкурсе.

Второй этап – силовой конкурс – перетягивание каната. Два участника встают по обе стороны центральной линии зала, держа в руках канат. Каждый старается перетянуть соперника на свою сторону. Кто сумеет это сделать, тот победил.

Третий этап – конкурс – «Дуэль». Два студента из исходных положений на противоположных лицевых линиях спортзала по сигналу ведущего начинают сближение. У каждого по 3 теннисных мяча. Попадание в любую часть тела противника является победой. При желании можно применить и более лёгкие мячи (детские, тряпочные).

Четвёртый этап – конкурс «Баскетбол». Два участника стоят у противоположных баскетбольных щитов. По команде ведущего они начинают ведение баскетбольного мяча через весь зал к противоположному баскетбольному щиту и производят бросок в кольцо. Если попадания нет, то участники снова начинают ведение мяча через зал к противоположному щиту с кольцом и производят бросок и т.д. Следующий бросок можно делать только в противоположное кольцо. В этом конкурсе выигрывает тот, кто первым наберёт 3 попадания.

Пятый этап – конкурс – «Футбол». Два участника от противоположных ворот по сигналу ведущего бегут к мячу, который находится в середине

спортзала. Нужно забить мяч в ворота соперника.

По наименьшей сумме баллов (занятых в этапах конкурса мест) определяется победитель и призёры конкурса.

За первое место присваивается звание «Первый парень» колледжа.

В разное время можно ввести и другие этапы конкурса:

- бой поролоновыми дубинками на гимнастической скамейке;
- бой на рапирах с проколом воздушных шариков;
- толчок штанги;
- метание в цель 10-ти теннисных мячей из корзины в цель на результат и время;
- вольная борьба на матах;
- боксирование без ударов в голову и ниже пояса.

Соревнования в единоборствах проходят очень зрелищно и эмоционально.

Пять конкурсов по времени занимают около часа. Это время оптимально для того, чтобы поддерживать у участников интерес к происходящему.

Праздник спорта и здоровья

Ведущий: Добрый день, уважаемые наши гости, участники праздника, учителя! Приглашаю вас на наш спортивный праздник, где каждый может посоревноваться в ловкости, быстроте, меткости, силе и находчивости.

Спорт, ребята, очень нужен.

Мы со спортом крепко дружим.

Спорт - помощник!

Спорт - здоровье!

Спорт - игра

Физкульт - ура!

Ведущий: Открывает наш спортивный праздник выступление команды девушек сборной колледжа по фитнесу.

Ведущий: Команды на построение шагом МАРШ!

Название команд, девиз приветствие.

Эстафета 1. Пока горит свеча.

Правила и ход эстафеты: Команды становятся на линии старта. Первому дается свеча. По сигналу ведущего первые участники бегут к финишу и обратно, следя за тем, чтобы свеча не погасла, и передают свечу следующему игроку. И так вся команда. Побеждает команда, закончившая первой.

Эстафета 2. Преодоление препятствий на скейтборде.

Команды становятся на линию старта. Первому игроку дается Скейтборд и лыжные палки. По сигналу ведущего участники едут к финишу отталкиваясь палками и объезжая стойки. И так вся команда. Побеждает команда, закончившая первой.

Ведущий:

Учись дорожить мгновением,

Ведь жизнь ускоряет бег.

И доли секунд - решения...

В этом залог побед!

Эстафета 3 Хоккейный поединок.

Команда становится на линию старта. Первому игроку дается воздушный шар и хоккейная клюшка. По сигналу ведущего игроки клюшкой ведут воздушный шар обходя стойки. И так вся команда. . Побеждает команда, закончившая первой.

Эстафета 4 Репка.

Каждому участнику дается эмблема :дед, бабка, внучка, жучка, мышка и репка. Репка садится на стул на финише, участники эстафеты бегут обегая репку и

возвращаясь обратно к команде передовая эстафету захватывая другого игрока (игрок цепляется с заде образуется змейка) и так до последнего игрока(мышка), Вся команда должна взять на руки репку и донести её до линии финиша. Побеждает команда, закончившая первой.

Эстафета с фибулами 5

Первый и второй участник команды прижимают мяч туловищами и передвигаются до финиша и обратно, передовая мяч второй паре участников.

Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

Конкурс капитанов

Игра в Дартс. Побеждает капитан набравший большее количество очков.

Ведущий:

Судьи были к вам справедливы и строги,

Но в конце концов, поверьте,

Скажут нам, что вы - молодцы!

Подведение итогов

Жюри объявляет итоги праздника, подчеркивая старания детей и болельщиков. Проводится награждение.

Ведущий: Вот и закончился наш спортивный праздник. И пусть мир движений подарит вам бодрость, здоровья, счастье повседневного общения с физической культурой и спортом.

Затем участники праздника (согласно занятым местам) под марш и аплодисменты болельщиков делают круг почета и покидают спортивный зал.

ПРОТОКОЛ

Название эстафеты	Команда «Дельфины»	Команда «Пингвины»
“Пока горит свеча”		
Преодоление препятствий на скейтборде		
Хоккейный поединок		
Эстафета 4 «Репка»		
Эстафета с фибулами		
«Конкурс капитанов»		
<u>ИТОГИ</u>		

Эстафеты оцениваются по шести бальной системе, за каждое штрафное очко снимается один балл.

Внеклассное мероприятие по физической культуре «От студента к Олимпионику»

Введение

Приоритетной задачей образовательного учреждения является охрана и укрепление здоровья студентов, создание условий для их полноценного физического и психологического развития, приобщение к здоровому стилю жизни. В средних профессиональных учебных заведениях существенную роль занимает физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня.

Содержание внеклассного физкультурного мероприятия (спортивного часа) определяется: педагогическими задачами, возрастными особенностями, состоянием здоровья и физической подготовленности студентов; содержанием программы по физической культуре; условиями его проведения; желанием студентов.

При планировании содержания спортивного часа руководствуются такими рекомендациями:

- целесообразно включать в программу мероприятий упражнения, которые интересны студентам;
- большинство применяемых упражнений (игр) должно быть знакомо студентам; они могут быть обновлены путем введения неожиданных условий, необычных пособий и способов организации. В то же время, чтобы повысить интерес студентов, следует использовать и незнакомые им упражнения (игры);
- упражнения (игры) должны быть разнообразными по двигательному содержанию;
- упражнения (игры) высокой интенсивности требуется чередовать с упражнениями низкой и средней интенсивности;
- необходимо заранее предусмотреть рациональные способы организации студентов, отводя на организационные моменты минимальные затраты времени;
- необходимо создать такую психологическую атмосферу, чтобы каждый студент чувствовал себя свободно, естественно, чтобы он радостно и непринужденно участвовал во всех упражнениях и заданиях.

Далее предлагается вариант внеклассного мероприятия по физической культуре (спортивный час).

Цели и задачи:

- распространение олимпийских и паралимпийских идеалов для создания дружественной среды для XXII Олимпийских зимних Игр и XI Паралимпийских зимних Игр в Сочи в 2014 году;
- интеграция олимпийского знания в образовательную систему России для формирования полного представления об олимпийском движении и индустрии спорта;

- популяризация физической культуры и спорта;
- укрепление здоровья студента;
- воспитание взаимовыручки и дружбы у студентов.

Содержание соревнований Условия проведения соревнований

№ п/п	Испытание	Инвентарь	Судейство
1	Тройной прыжок с места	Рулетка	Преподаватель, 2 студента-помощника
2	Штрафные броски в корзину	Баскетбольные мячи	Преподаватель, 3-4 студента-помощника
3	Челночный бег 10×10	Секундомер	Преподаватель, 2-3 студента-помощника
4	Бросок медбола на дальность	Три медбола, маты	Преподаватель, 2-3 студента-помощника
5	Полоса препятствий	Перекладина, брусья, скамейка, баскетбольные мячи, маты,	Преподаватель, 2-3 студента-помощника
6	Конкурс «знатоков»	Бумага, ручки	Преподаватель, 2-3 студента-помощника
7	Прыжки на скакалках	Скакалки, секундомер	Преподаватель, 2-3 студента-помощника
8	Подтягивание на перекладине («лестница»)	Перекладина, маты	Преподаватель, 2-3 студента-помощника

После каждого испытания, участники, занявшие последние места (2-4 человека) выбывают из дальнейших соревнований. Полуфинал проводится из 4 человек. Проигравшие разыгрывают 3-4 места. Победители полуфинала встречаются в очном поединке за звание сильнейшего участника соревнований.

Правила выполнения испытаний

Тройной прыжок с места. Выполняется разметка учебного норматива на оценку «удовлетворительно». Все участники выполняют одну попытку. Не выполнившие данный норматив выбывают из дальнейших соревнований.

Штрафные броски в корзину. Оставшиеся участники разбиваются на группы (в зависимости от количества баскетбольных щитов). Поочередно совершают 10 бросков в корзину. Выбывают 2-3 участника выполнившие броски хуже других.

Челночный бег 10×10. Участники распределяются по парам и бегут 10 раз по 10 м согласно правилам соревнований. Показавшие худшее время (2-3 человека) – выбывают.

Бросок медбола на дальность. Метание набивного мяча, из положения сидя, ноги врозь, мяч удерживается двумя руками над головой. Из этого положения испытуемый слегка наклоняется назад и метает мяч вперед как можно дальше. Из трех попыток засчитывается лучший. Длина метания определяется от воображаемой линии пересечения таза и туловища до ближней точки касания снаряда. 2 человека, показавшие худший результат - выбывают.

Преодоление полосы препятствий. По команде «Марш» участник пробегает 5 метров до гири и переносит ее к месту «Старта». Пробегает 10 метров и выполняет кувырок вперед, затем выполняет одно подтягивание (или подъем переворотом) и преодолевает гимнастическую скамейку. Следующее препятствие – ходьба на руках по жердям брусьев, Далее участник пробегает 5 метров и делает кувырок вперед (назад) на гимнастическом мате. Последнее испытание: бросок со штрафной линии трех баскетбольных мячей в корзину. Каждое попадание приносит участнику минус 5 секунд из общего времени преодоления полосы препятствий. Двое участников с худшим временем – выбывают. Далее предлагается вариант внеклассного мероприятия по физической культуре (спортивный час).

Конкурс «Знатоков». Оставшимся участникам задают вопросы по физической культуре. Два студента, ответившие слабее других – выбывают.

ВОПРОСЫ:

1. Назовите ведущую организацию международного олимпийского движения. (Ответ: Международный олимпийский комитет – МОК).
2. Когда и где пройдут XXI Зимние Олимпийские игры? (2014г. в г. Сочи).
3. С какого года проводятся Паралимпийские игры? (Ответ: Впервые с 1960 г. и регулярно с 1988г.).
4. В каком году был создан Российский олимпийский комитет? (Ответ: 1911 г.).
5. Назовите показатель ЧСС в покое у здорового нетренированного человека. (Ответ: 60 - 80 ударов минуту).
6. Назовите основные физические качества. (Ответ: сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость).
7. Что является основной формой подготовки спортсмена? (Ответ: Тренировка).
8. Назовите основные виды подготовки юного спортсмена, например, физическая, какие ещё? (Ответ: Техническая, тактическая, теоретическая, психологическая).
9. При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать:
а) через рот и нос попеременно; б) только через рот; в) через рот и нос одновременно; г) только через нос. (Ответ: в).
10. Два очка в баскетболе засчитывается при броске в корзину: а) из зоны нападения; б) из зоны защиты; в) с любой точки площадки; г) с любого места внутри трехочковой линии. (Ответ: г).
11. Правилами волейбола каждой команде во время игры предоставлено

максимум: а) два; б) три; в) четыре; г) пять... ударов (передач) для возвращения мяча на сторону соперника (не считая касания мяча на блоке). (Ответ: б).

Полуфинал: прыжки на скакалках за 1 мин. За одну минуту участники должны совершить как можно большее количество прыжков через скакалку. Если происходит ошибка, то время не останавливается, а испытуемый продолжает прыгать дальше.

Финал: поочередное подтягивание на перекладине («лестница»). Два финалиста подтягиваются поочередно на перекладине, начиная с одного раза, затем подтягиваются 2 раза, 3 раза и т.д. Подтягивание проводится до тех пор, пока один из двух участников не сможет выполнить подтягивание. Участник, выполнивший наибольшее количество подтягиваний, объявляется победителем соревнований. Ему присваивается звание «**Олимпионик**».

Спортивный праздник «Салют, первокурсник»

Место проведения: спортивный городок.

Участники мероприятия: студенты первых курсов.

Цели:

- создание здорового, жизнерадостного жизнестойкого человека;
- творческого, гармонически развитого ребенка.

Задачи:

Воспитательная:

- умение заниматься в коллективе;
- ответственность за порученное дело;
- волевые качества (смелость, решительность, уверенность в своих силах, выдержка, настойчивость в преодолении трудностей, самообладание).

Оздоровительная:

- обеспечивает гармонию ребенка с самим собой, природой, окружающими людьми;
- направлено на охрану жизни и укрепление здоровья ребенка, совершенствованию функций организма;
- повышению – посредством закаливания – его защитных сил и устойчивости к различным заболеваниям и неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Оборудование: скакалки, медболы, гимнастические маты, эстафетные палочки, футбольный мяч, фитболы.

Вступительное слово преподавателя.

Вход команд на построение представление участников праздника, знакомство с судьями.

Построение, открытие праздника, объявление условий соревнований.

Правила проведения мероприятия

Спортивный праздник проводится со студентами первых курсов. Мероприятие проводится по круговой системе, состоящая из шести станций. На каждой станции от группы принимают участие 2-5 человека в соответствии с правилами проведения конкурсов. Судейская бригада на станциях состоит из наиболее подготовленных студентов прошедших инструктаж. Старшими судьями являются преподаватели физической культуры.

Условия выполнения испытаний на станциях:

1. Кто дальше?

Участвуют 5 человек от группы. Прыжки в длину с места. Победитель определяется по лучшей сумме прыжков 5-ти участников.

2. Упор присев - упор лёжа.

Участвуют 2 студента. Необходимо выполнить 6 повторений на время.

Победитель определяется по наименьшей сумме времени двух человек.

3. Бег к мячам.

Участвуют 2 студента. От мяча находящегося на линии «Старт», необходимо добежать поочерёдно до 3-х мячей находящихся на линии «Финиш» в 3-х метрах от первого. Победитель определяется по наименьшей сумме времени 2-х человек.

4. Футбол.

Участвуют 2 студента. Ведение футбольного мяча между стойками на дистанции 12 метров. Пробитие по пустым воротам стоящих на расстоянии 8 метров. Победитель определяется по наименьшей сумме времени двух студентов (попадание мяча в ворота - минус 3 сек.).

5. Легкоатлетическая эстафета 4x100м.

Участвуют 4 студента. Участники расходятся по этапам. Участники пробежав свой этап передают эстафетную палочку следующему участнику. Победитель определяется по финишированию команд.

6. Выжигалы с фитболами.

Участвуют по 10 студентов от группы. Выжигалы проходят на площадке 10x10м. Одна команда выжигает, вторая выжигается. У кого наименьшее время тот и победил. Проигравшая команда выбывает. Команда-победительница определяется по наименьшему времени затраченному для «выбивания» другой команды.

Общая командное место определяется по наименьшей сумме мест занятых в каждом конкурсе.

Протокол соревнований по прыжкам

в длину с места

Группа	Фамилия участников	Результат	Сумма прыжков (см)	Место
С-091	1			
	2			
	3			
	4			
	5			
С-092	1			
	2			
	3			
	4			
	5			
С-101	1			
	2			
	3			
	4			
	5			
М-101	1			
	2			
	3			
	4			
	5			

Судья _____

Секретарь _____

Протокол соревнований Бег к мячу

Группа	Фамилия участников	Результат	Сумма времени	Место
С-091	1			
	2			
С-092	1			
	2			
С-101	1			
	2			
М-101	1			
	2			

Судья _____

Секретарь _____

Протокол соревнований по ведению футбольного мяча

Группа	Фамилия участников	Результат	Сумма времени	Место
С-091	$\frac{1}{2}$			
	$\frac{1}{2}$			
С-092	$\frac{1}{2}$			
	$\frac{1}{2}$			
С-101	$\frac{1}{2}$			
	$\frac{1}{2}$			
М-101	$\frac{1}{2}$			
	$\frac{1}{2}$			

Судья _____

Секретарь _____

Протокол соревнований легкоатлетической эстафеты

Группа	Результат	Сумма времени	Место
С-091			
С-092			
С-101			
М-101			

Судья _____

Секретарь _____

Протокол соревнований упражнения «Упор присев - упор лёжа»

Группа	Фамилия участников	Результат	Сумма времени	Место
С-091	$\frac{1}{2}$			
С-092	$\frac{1}{2}$			
С-101	$\frac{1}{2}$			
М-101	$\frac{1}{2}$			

Судья _____
Секретарь _____

**Протокол соревнований упражнений
«Пресс из положения лёжа за минуту»,
«Прыжки на скакалках за минуту»**

Группа	Фамилия участников	Результат	Сумма за минуту	Место
МН-101	1 2			
МН-0909	1 2			
МН-1009	1 2			

Судья _____
Секретарь _____

Протокол соревнований «Выжигалы с фибулами»

№	Группы				Выигрыш	Место
	С-091	С-092	С-101	М-101		
1						
2						
3						
4						

Судья _____
Секретарь _____

Группы	Место за 1 эстафету	Место за 2 эстафету	Место за 3 эстафету	Место за 4 эстафету	Сумма мест	Место
МН-101						
МН-0909						
МНИ 009						

Судья _____

Секретарь _____

Сводный протокол соревнований на спортивном празднике

Группы	Прыжки	Упор присев-упор лёжа	Бег с мячами	Футбол	Эстафета 4×100	Выжигалы	Сумма мест	Общее место
С-091								
С-092								
С-101								
М-101								

Судья _____

Секретарь _____

Сводный протокол соревнований на спортивном празднике

Группы	Прыжки	Скакалки, пресс	Бег с мячами	Веселые старты	Эстафета 4 × 100	Выжигалы	Сумма мест	Общее место
С-091								
С-092								
С-101								
М-101								

Судья _____

Секретарь _____

Заключение

Методически правильно организованная работа по подготовке и проведению физкультурных праздников призвана удовлетворить естественную потребность студентов в движении и способствовать своевременному овладению ими двигательными навыками и умениями, формировать положительную самооценку к себе и деятельности товарищей.

Такая работа ценна и тем, что создает условия для эмоционально - психологического благополучия, так как оказывает большое влияние, на воспитание характера, воли, нравственности, создает определенный духовный настрой, пробуждает интерес к самовыражению, способствует не только лучшему усвоению знаний и закреплению навыков, но и благотворно влияет на психику.

Физкультурные праздники являются действенной формой организации досуга детей, эффективным средством пропаганды физической культуры и спорта. Эти мероприятия требуют тщательной подготовки со стороны педагогического коллектива. Праздники должны стать традиционными.

При проведении физкультурных праздников студенты получают возможность проявлять большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Практика работы убеждает, что для результативной деятельности со студентами необходимо хорошо продуманная система подготовки преподавателей по физкультуре, тесный контакт с педагогическим и медицинским персоналом.

Список используемой литературы

1. Жарков А. Д. Технологии культурно - досуговой деятельности: учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств, М.; 2003.248 с.
2. Черный Г. П. Педагогическая технология массового праздника. М., 2000.
3. Силин А., Резник С. Организационное поведение. Учебник для вузов. Тюмень, 1998.

Праздник спорта и здоровья



Спортивный праздник «Салют первокурсник»

