**Министерство общего и профессионального образования**

**Ростовской области**

**Государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования**

**«Сальский индустриальный техникум»**

**Методическая разработка**

Спортивного праздника «День Здоровья»

Автор: преподаватель физической культуры С.Г.Шляпников

**Введение**

“День Здоровья” в Сальском индустриальном техникуме стал традиционным спортивным праздником. Но каждый из них мы стараемся сделать особенным.

Общение подростков со сверстниками и взрослыми – важнейшее условие для личностного развития. Именно в общении подросток усваивает необходимую информацию, систему ценностей, учится ориентироваться в жизненных ситуациях.

Здоровье – самое дорогое, что есть у человека. Бережное отношение к своему собственному здоровью нужно воспитывать с самого детства.

**Цель мероприятия:**

Оздоровления и привлечения студентов к здоровому образу жизни и командному духу в рамках профилактики негативных явлений в молодежной среде.

**Задачи:**

1.Пропаганда ЗОЖ.

2.Формирование здорового отношения к природе.

3.Выработка потребности заботиться о своём здоровье.

4.Создание творческой атмосферы в коллективе взрослых и детей.

**Оснащение:**

Музыкальная аппаратура;

Тематические плакаты о спорте и здоровье;

Флагшток и флаг России;

Спортивное оборудование:

обручи, флажки, скакалки, мячи, кегли, метки-конус, пневматические винтовки, мишени, пулеулавливатель, ограничители.

Таблички с названием станций, финишные ленты, указатели маршрутов;

**Формы проведения.**

-силовая подготовка, игры, конкурсы, эстафеты, спортивные состязания.

**Место и время проведения**.

Беговые дорожки и спортивные площадки стадиона «Локомотив» \_\_сентября 201\_ года с 8.30до13.30часов.

**Участники спортивного праздника.**

Студенты ГБОУ СПО РО «Сальский индустриальный техникум» 1-4курсов

**Судейская коллегия.**

1. Главный судья соревнований - директор ГБОУ СПО РО «СИТ» П.М.Овчаров.
2. Главный секретарь соревнований – зам.директора по ВР Л.Н.Безницкая
3. Судейская бригада: преподавательский состав ГБОУ СПО РО «СИТ»

**Организация спортивного праздника.**

-ФАНФАРЫ

**Внимание! Внимание!**

Здравствуй, родной техникум!

Здравствуйте, наши любимые учителя и ученики! Доброе утро уважаемые родители и гости! Итак учащиеся Сальского индустриального техникума здесь? Ответ: здесь!

(Перекличка)

Не так давно, а точнее 1 сентября на линейке мы встречались с вами, чтобы торжественно отпраздновать начало нового учебного года! Сегодня же у нас вновь праздник! Праздник спорта, праздник здоровья, молодости, надежды!

Сдача рапорта, поднятие флага (лучшие спортсмены техникума )

- приветственное слово к участникам и открытие спортивного праздника директор ГБОУ СПО РО «СИТ» П.М.Овчаров.

**Виды состязаний.**

1. ***Забег на 400м***. (все студенты +преподаватели).
2. ***Эстафеты и конкурсы по станциям.***

- «Снайпер» - пять представителей команды (группы) выполняют стрельбу из пневматического оружия по мишени. *Победитель определяется по наибольшему количеству выбитых очков (отв.-*

-«Баскетбол» - ведение б/мяча до метки обратно (вся группа). *Победитель определяется по наименьшему временю затраченному на прохождение дистанции(отв.-*

- «Бег с теннисной ракеткой и мячом» - удерживая мяч на ракетке пробежать до метки и обратно (вся команда).  *Победитель определяется по наименьшему временю затраченному на прохождение дистанции(отв.-* -

«Футбол» - микро-матч между двумя группами. (победа-5баллов;ничья- 4балла; поражение-3балла;(*отв-*

- «Прыжки» - вся группа выполняет прыжок в длину с места. Первый участник с линии старта ,второй с места приземления первого и т.д. ). *Победитель определяется по наибольшей длине всех прыжков (отв.-*

*-*«Посылка»- команда строится в колонну по росту. У направляющего мяч. По команде передается мяч назад до замыкающего. Замыкающий с мячом перебегает вперед и передает мяч назад и т.д. пока вся команда не выполнит передачу. ). *Победитель определяется по наименьшему временю затраченному на прохождение дистанции(отв.-*

- «Ковбой» - участники по очереди выполняют бросок обруча на стул. *Победитель определяется по наибольшему количеству удачных попыток(отв.-*

- «Скакалка» - участники по очереди выполняют прыжки на скакалке с продвижением вперед до метки и обратно. *Победитель определяется по наименьшему временю затраченному на прохождение дистанции(отв.-*

- «Танцы» - группа в полном составе выполняет танцевальные движения под музыку. *Победитель определяется по решению судьи.( отв.-*

- «Дружба» - группа становится в круг, руки на плечах рядом стоящих, и выполняют приседания. *Победитель определяется по наибольшему количеству приседаний юноши за 2минуты, девушки за 1минуту. (отв.-*

- «Силовая» - участвуют по 10 человек от группы. Юноши выполняют подтягивание на перекладине, девушки выполняют отжимание от скамейки. *Победитель определяется по наибольшей сумме выполненных раз. (отв.-*

- «Фан-клуб» - группа демонстрирует девиз команды и кричалки находясь на трибуне. *Победитель определяется по решению судьи.( отв.-*

- «Гусеница» - группа передвигается в низком приседе руки на плечах впереди идущего. *Победитель определяется по наименьшему временю затраченному на прохождение дистанции(отв.-*

- «В цель» - участники выполняют бросок м.мяча в «корзину» *Победитель определяется по наибольшему количеству удачных попыток(отв.-*

По окончанию прохождения группами спортивных станций, судейская бригада переходит к подведению итогов.

Во время подведения итогов прохождения станций среди групп техникума проводятся следующие состязания:

***3.Конкурс песни. (о спорте, о здоровье)***

***4.Эстафета 4-100метров.***

***5. Перетягивание каната.***

***6.Товарищеская встреча по мини-футболу.***

Подведение итогов и награждение участников спортивного праздника.

На всех этапах состязания ведется общекомандный зачет.

Построение команд-участниц по группам.

Награждение Гл. судьей победителей и призеров соревнований.

Закрытие праздника.

**Заключение.**

В спортивном празднике приняли участие \_\_\_\_\_\_обучающихся и \_\_\_\_\_преподавателей.

Обучающиеся к началу праздника были в спортивной форме.

На протяжении всего мероприятия нами использовались методы стимулирования и мотивации. Стиль общения с обучающимися доверительный, построен на взаимном уважении. Обучающиеся проявляли находчивость, умение взаимодействовать в группах. В процессе спортивного праздника наблюдалась мотивация учащихся к проводимому занятию: учащиеся любят спорт, освоили технические и физические упражнения. При выполнении заданий прослеживается то, что обучающиеся получают удовлетворение в своих личностно-ориентированных потребностях, которые выражены в использовании полученных умений и навыков в пределах проведенного мероприятия.

При решении оздоровительной задачи было уделено внимание на функциональное состояние обучающихся, сочетание нагрузки с активным отдыхом.

При решении воспитательных задачи мы уделяли внимание дисциплине, взаимодействию в коллективе при выполнении групповых упражнений. Старались создать доверительную обстановку и развития такого качества, как уверенность в себе.

Проведенный спортивный праздник соответствует поставленным задачам. Задачи этого мероприятия работают на перспективу.

Благодаря разнообразию форм и методов построения мероприятия, у обучающихся повысился интерес к дальнейшим занятиям спортом и здоровому образу жизни.

**Приложения**





**Схема расположения станций**

**4** (футбол)

**1**(снайпер)

Трибуна С

**2**(ведение б/мяча) **3**(бег с теннисной ракеткой и мячом)

|  |
| --- |
| **5** прыжок в длину |

ФУТБОЛЬНОЕ ПОЛЕ

**6**(посылка

упр.с б/мячом)

**14**(в цель)

**7**(ковбой)

**13**(гусеница)

**12**(фан.клуб) **11**(силовой) **10** (дружба)  **9**(танцы)  **8**(скакалка)

Трибуна В

Трибуна А