

**Государственное автономное образовательное учреждение  
среднего профессионального образования  
«Барабинский медицинский колледж»**

Цикловая методическая комиссия общеобразовательных дисциплин

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**  
внеаудиторного спортивного мероприятия,  
«В гостях у Осени»

**Дисциплина: «Физическая культура»**

для специальности: 060101 Лечебное дело

Курс I

Барабинск – 2012

Рассмотрена на заседании ЦКМ ОГСЭД

протокол № 3

от «18» октября 2012г.

Председатель ЦМК

Вришачкова Н.В.  
(Ф.И.О.) 

Разработчик: М.А. Щербакова, преподаватель I квалификационной категории

## СОДЕРЖАНИЕ

Методический лист	4
Формирование требований ФГОС при проведении спортивного мероприятия	5
Актуальность проведения спортивного мероприятия	6
Примерная хронокарта	7
Содержание мероприятия	8
Перечень оборудования и оснащения	10
Список используемой литературы	11

## МЕТОДИЧЕСКИЙ ЛИСТ

Спортивное мероприятие «В гостях у Осени»

**Вид занятия:** аудиторное

**Продолжительность занятия:** 90 минут

**Уровень усвоения информации:** 2 (выполнение деятельности по образцу, инструкции под руководством преподавателя).

**Образовательные цели:** формировать знания о здоровом образе жизни, о современных оздоровительных системах физического воспитания; овладеть навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическим упражнениями.

**Воспитательные цели:** формировать потребность в занятиях физкультурно-оздоровительной деятельности, воспитывать бережное отношение к собственному здоровью, чувство ответственности.

**Развивающие цели:** формировать развитие двигательных и умственных качеств студентов через физические и познавательные упражнения, укреплять индивидуальное здоровье.

Привлечь к занятиям физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

## **ФОРМИРОВАНИЕ ТРЕБОВАНИЙ ФГОС**

при проведении спортивного мероприятия «В гостях у Осени»

**В результате проведения мероприятия студент должен знать:**

- о роли физической культуры в общекультурном и социальном развитии человека.

**В результате проведения мероприятия студент должен уметь:**

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

**Проведение спортивного мероприятия у студентов формируется следующая общая компетенция:**

**ОК 13.** Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ**

Спортивное мероприятие проводится с целью организации досуга среди студентов, привлечение их к занятиям физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей, повышения мастерства и выявления сильнейших команд, а также пропаганды здорового образа жизни и развития коммуникабельности, творческих способностей студентов, активной жизненной позиции. Таким образом, при проведении мероприятия, формируется понятие сущности о здоровом образе жизни, занятий физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

## ПРИМЕРНАЯ ХРОНОКАРТА

### спортивного мероприятия «Веселые девчата»

№	Название этапа	Цель этапа	Оснащение этапа	Время
1	2	3	4	5
1.	Организационный момент	Мобилизация внимания, выявление готовности к проведению	Спортивная форма	4
2.	Актуальность темы	Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	Методическая разработка	
3.	Выступление ведущего, поздравление	Слушают поздравление	Спортивная форма	5
4.	Представление команд, жюри	Знакомство с командами, членами	Спортивная форма	15
5.	Объяснение ведущего системы судейства	Записывают (за Iм-1 балл; IIм-2 б; IIIм-3 б; и т.д.)	Спортивная форма	6
6.	Конкурс №1. «Письмо от Осени»	Выявление сильнейшей команды. На скорость каждый участник добегают до конверта, вынимает из него одну букву, возвращается обратно и передает эстафету. Последний игрок возвращается, и команда собирает слово из букв и поднимает его вверх	Конверты и буквами	6
7.	Конкурс №2. «Венок от Осени»	Выявление сильнейшей команды. По команде, каждый из игроков команды бежит до назначенного места, находит заданный цвет листа и приклеивает его в венок Осени, потом возвращается к линии старта и передает эстафету следующему игроку	Венок Осени, разноцветные листья	6
8.	Конкурс №3. «Волшебное дерево»	Выявление сильнейшей команды. По сигналу, каждый из игроков добегают до «волшебного дерева», на котором висят шары с нарисованными на них буквами, срывает ему нужный шар, возвращается обратно и передает эстафету следующему участнику	«Волшебное дерево», шары (воздушные) с написанными на них буквами	6
9.	Конкурс капитанов №4	Выявление сильнейшего, ловкого капитана. Капитанам дается листок, на котором написано слово. По сигналу нужно разобрать слово в алфавитном порядке. Выигрывает капитан, первым выполнивший задание	Листы со словами, буквы	5
10.	Конкурс №5. «Прыжки в мешках»	Выявление сильнейшей команды. По сигналу, игроки команд встают ногами в мешок и прыжками перемещаются до противоположной стойки, назад возвращаются обычным бегом, неся мешок в руках	Мешки	6
11.	Конкурс №6. «Сбор картофеля»	Выявление сильнейшей команды. По сигналу, первый игрок команды бежит вперед и раскладывает в «лунки» «картофель» (мешочки с песком), добегают до противоположной стойки, оббегаете и возвращается. Второй игрок собирает «картофель» и т.д.	Мешочки с песком	6
12.	Выступление девушек с песней «Осень»	Выступающие и болельщики слушают, аплодируют	Спортивная форма	6
13.	Построение команд в одну шеренгу	Мобилизация внимания		3
14.	Выступление членов жюри	Подведение итогов мероприятия, определение баллов, выявление победителей		7
15.	Выступление ведущего	Поздравление, вручение грамот, выход из спортивного зала		9

## **СОДЕРЖАНИЕ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «В ГОСТЯХ У ОСЕНИ»**

Конкурс проводят в спортивном зале. Количество участников – 21 человек. Зал украшен разноцветными листочками деревьев и плакатами. Звучит музыка, и ведущий приглашает команды на построение.

**Ведущий:** «На спортивную площадку приглашаем, студенты, вас!  
Праздник спорта и здоровья начинаем мы сейчас!

Осень – жёлтенькое слово жёлтенькой картинки,

Потому что пожелтели листья на осинке!

Осень – ласковое слово, тёплые денёчки,

Потому что солнце дружит с лёгким ветерочком!

Ребята, наша Осень немного задержалась, но она прислала гонцов с письмом. Давайте его прочитаем».

**Конкурс №1. «Письмо от Осени».** Напротив каждой команды лежит конверт с буквами внутри. По сигналу каждый игрок бежит до конверта, вынимает из него одну букву, возвращается обратно и передаёт эстафету. Когда последний игрок возвратится, команде нужно собрать слово из букв и поднять руки вверх со словом «ВВЕРХ». Первая команда составляет слово «ОСЕННЯЯ», вторая – «ЦВЕТНАЯ», третья – «ВЕТЕРОК». Выигрывает команда, первой собравшая своё слово.

В конце игры ведущий зачитывает слова, которые собрали студенты.

**Ведущий:** «Ребята, теперь мы будем из листьев делать венки для Осени.

**Конкурс №2. «Венок для Осени».** В середине зала разбросаны разноцветные листья. Первый игрок каждой команды бежит до назначенного места, находит заданный цвет листа и приклеивает его в венок Осени, потом возвращается к линии старта и передаёт эстафету следующему игроку. Все игроки выполняют то же задание. Первая команда ищет красный лист, вторая – жёлтый, третья – зелёный. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

**Ведущий:** «Златокудрая девица

Разукрасит всё в пути.

Бродит осень-баловница,

От неё ведь не уйти».

**Появляется Осень:** «Здравствуйте, дети! Спасибо вам за красивые украшения! В благодарность осень подарит Вам ягоды, фрукты, овощи. Всё это растёт на волшебном дереве».

**Конкурс №3. «Волшебное дерево».** По сигналу первый игрок бежит до «волшебного дерева», на котором висят шары с нарисованными на них буквами, срывает нужный ему шар, возвращается обратно и передаёт эстафету следующему участнику. Каждая командасобирает свою букву: первая команда – «Я» (ягоды), вторая – «Ф» (фрукты), третья – «О» (овощи). Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

**Осень:** «Огородный алфавит  
С буквами живёт на грядке.  
Каждая из них стоит  
В установленном порядке».

**Конкурс капитанов №4.** Капитанам команд даётся листок, на котором написано слово. По сигналу нужно слово разобрать по буквам в алфавитном порядке (например «редис: Д, Е, И, Р, С»). Выигрывает капитан, первым выполнивший задание.

**Ведущий:** «Молодцы, ребята! Осень богата своим плодородием. Давайте и мы с вами соберём картофель, но прежде проверим мешки, в которые будем складывать наш урожай, на крепость».

**Конкурс №5. «Прыжки в мешках».** По сигналу первый игрок каждой команды, располагающийся у стартовой стойки, встаёт ногами в мешок и начинает прыжками перемещаться до противоположной стойки. Назад он возвращается обычным бегом, неся мешок в руках, затем передаёт его как эстафету следующему участнику, который выполняет то же задание, и т.д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

**Ведущий:** «Мешки наши крепкие, давайте теперь собирать картофель».

**Конкурс №6. «Сбор картофеля».** По сигналу первый игрок команды от стартовой стойки бежит вперёд и раскладывает в «лунки» «картофель» (мешочки с песком), добегают до противоположной стойки, обегает её и возвращается назад, где передаёт эстафету следующему игроку. Тот в свою очередь собирает «картофель» и т.д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

Выступление девушек с песней «Осень».

**Ведущий:** «Наш праздник подошёл к концу. Награждение команд грамотами.

***До новых встреч!***

*(Под музыкальное сопровождение и аплодисменты  
команды покидают спортивный зал.)*

## ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ И ОСНАЩЕНИЯ

### **Конкурс № 1. «Письмо от Осени»**

- конверт с буквами;
- столы.

### **Конкурс № 2. «Венок для Осени»**

- разноцветные листья;
- венки.

### **Конкурс № 3. «Волшебное дерево»**

- 3 стойки;
- воздушные шары (с нарисованными на них буквами).

### **Конкурс № 4. Капитанов**

- листок с написанными словами.

### **Конкурс № 5. «Прыжки в мешках»**

- мешки;
- стойки.

### **Конкурс № 6. «Сбор картофеля»**

- мешочки с песком;
- стойки.

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Научно-методический журнал: «Физическая культура в школе» – 2012 г., №5.

**ИТОГОВАЯ ТАБЛИЦА СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «В ГОСТЯХ У ОСЕНИ»**

Название команд	Название конкурсов							Очки	Место
	Представление команд	«Письмо от Осени»	«Венок для Осени»	«Волшебное дерево»	Капитанов	«Пряжки в мешках»	«Сбор картофеля»		
205 гр.									
206 гр.									
207 гр.									

**I**место – 1 очко

**II**место – 2очка

**III**место – 3очка

**Главный судья** \_\_\_\_\_

**Главный секретарь** \_\_\_\_\_

**ИТОГОВАЯ ТАБЛИЦА СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «В ГОСТЯХ У ОСЕНИ»**

Название команд	Название конкурсов							Очки	Место
	Представление команд	«Письмо от Осени»	«Венок для Осени»	«Волшебное дерево»	Капитанов	«Прыжки в мешках»	«Сбор картофели»		
205 гр.	2	1	1	2	1	2	1	10	I
206 гр.	3	2	2	1	3	1	2	14	II
207 гр.	2	3	3	3	2	3	3	19	III

I место – 1 очко

II место – 2 очка

III место – 3 очка

Главный судья \_\_\_\_\_

Главный секретарь \_\_\_\_\_

**ИТОГОВАЯ ТАБЛИЦА СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «В ГОСТЯХ У ОСЕНИ»**

Название команд	Название конкурсов							Очки	Место
	Представление команд	«Письмо от Осени»	«Венок для Осени»	«Волшебное дерево»	Капитанов	«Прыжки в мешках»	«Сбор картофели»		
205 гр.	3	1	1	2	1	2	1	11	IV
206 гр.	3	2	2	1	3	1	2	14	II
207 гр.	3	3	3	3	2	3	3	20	III

I место – 1 очко

II место – 2 очка

III место – 3 очка

Главный судья Тамар М.С.

Главный секретарь Крижанова А.Ю.

**ИТОГОВАЯ ТАБЛИЦА СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «В ГОСТЯХ У ОСЕНИ»**

Название команд	Название конкурсов						Очки	Место	
	Представление команд	«Письмо от Осени»	«Венок для Осени»	«Волшебное дерево»	Капитанов	«Прыжки в мешках»			«Сбор картофеля»
205 гр. „Максимум“	2	1	2	2	1	2	1	10	I
206 гр. „Рыцарский кид“	3	2	2	1	3	1	2	14	II
207 гр. „Осенние зephyры“	2	3	3	3	2	3	3	19	III

I место – 1 очко

II место – 2 очка

III место – 3 очка

Главный судья Талай Е.С.

Главный секретарь Крижанкова Е.Ю.