

ПРОЕКТ

Физкультурно-оздоровительное мероприятие «Здоровый студент в здоровой семье!», посвящённое году семьи.

Оформление: Зал украшен шарами.

По периметру зала – рисунки соответствующей тематики.

Ведущие в костюмах спортивного стиля.

Под звуки спортивного марша команды со своими классными руководителями заходят в зал.

Ведущий 1: Здравствуйте, уважаемые классные руководители, участники и болельщики нашего физкультурно - оздоровительного мероприятия «Здоровый студент в здоровой семье!». Указом Президента РФ В.В. Путиным 2024 год в России объявлен Годом семьи.

Ведущий 2: Семья – это дом. Семья – это мир, где царят любовь и преданность. Это радость и печали, которые одни на всех. Это привычки и традиции. Это крепость, за стенами которой могут царить лишь покой и любовь.

Ведущий 1: Колледж ваша вторая семья! Здесь мы общаемся, советуемся, взрослеем. Для многих колледж - это что-то большее, чем место, где мы получаем образование. Недаром говорится, что студенческие годы - это лучшее время жизни.

Ведущий 2: Слово для приветствия команд предоставляется директору учебного заведения_____.

Ф.И.О.

Ведущий 1: Встречайте, группа_____с танцевальным номером.
название группы

Ведущий 2: Мы говорим Вам: «Здравствуйте, а это значит, мы всем Вам желаем здоровья!»

Ведущий 1: Начинаем наш конкурс «Здоровый студент - в здоровой семье!».

Ведущий 2: Оценивать конкурсы будет строгое, но справедливое жюри. Знакомьтесь (*представление жюри*):

1. _____

должность, Ф.И.О

Ведущий 1: Представляем команды.

Команда группы _____

номер группы, название команды

Ведущий 2: Первый конкурс «Интеллектуал»



Рис. 1 Конкурс «Интеллектуал»

Классным руководителям выдается конверт с заданием. В конверте находятся листы (по количеству участников) с напечатанными на них словами из пословицы. Вам необходимо собрать по словицу и построить свою команду в одну шеренгу.

Например: ЗДОРОВЬЕ, РАДОСТЬ И ТРУД - ВСЕГДА РЯДОМ ВМЕСТЕ ИДУТ.

(Победит команда, которая первая выполнит задание).

(Внимание! Свисток судьи).

Ведущий 1: Конкурс №2 «Змейка с мячом»



Рис. 2 Конкурс «Змейка с мячом»

У каждой команды по одному большому мячу. По сигналу участник начинает толкать мяч руками, обводя фишки, и возвращается обратно держа мяч в руках, и так вся команда.

Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием.

Приглашаются команды для участия.

(Внимание! Свисток судьи).

Ведущий 2: Конкурс № 3 «Ценный груз»

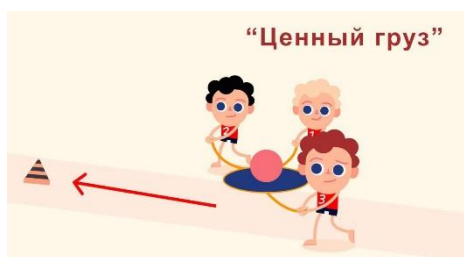


Рис 3 Конкурс «Ценный груз»

Каждой команде выдается круглая платформа с веревками на которой лежит мяч. Задача команды пронести мяч, чтобы он не упал. За каждое падение мяча добавляются 3 штрафные секунды. *(Победит команда, которая первая выполнит задание).*

Приглашаются команды для участия.

(Внимание! Свисток судьи).

Ведущий 1: Жюри, огласите результаты 1 и 2 конкурса.

Ведущий 2: Минута смеха продлевает жизнь и очень полезна для нас.

Давайте продлим нашу жизнь, выполнив следующее задание.

Ведущий 1: Конкурс №4 «Командные лыжи»

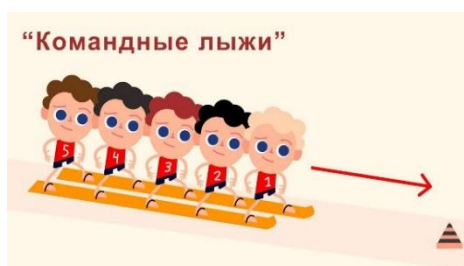


Рис. 4 Конкурс «Командные лыжи»

В этом конкурсе участвует 5 человек. Задача дойти до конуса. *(Победит команда, которая первая выполнит задание).*

Приглашаются команды для участия.

(Внимание! Свисток судьи).

Ведущий 2: Пока жюри подводит итоги конкурса, объявляю конкурс с болельщиками.

Пришло время поддержать любимую команду!!! Помогите команде получить дополнительные очки и зарядить энергией.

Правила конкурса:

- придумать кричалку/стих в поддержку любимой команды;
- кричалка не должна оскорблять/дискредитировать другие команды;
- команда, в поддержку которой будет сказано больше кричалок, получает 2 балла;
- команды, занявшие второе и третье места получают 1,5 балла;

- команды, не занявшие места, но участвовавшие в конкурсе, получают по 1 баллу.

Спасибо болельщикам.

Ведущий 1: Жюри, огласите результаты 3 и 4 конкурса.

Ведущий 2: Конкурс №5 «Фитбольный»



Прыжки на фитбольных мячах. Первый участник по команде начинает прыгать на мяче до фишки и обратно. *(Побеждает команда, которая правильно и быстро выполнит это задание).*

Рис. 5 Конкурс «Фитбольный»

Приглашаются команды для участия.

(Внимание! Свисток судьи).

Ведущий 1: На наш взгляд команды хорошо справились с этим заданием. Продолжаем наше спортивное мероприятие и следующий конкурс

№6 Конкур «Пиктограмм» с участием классных руководителей.

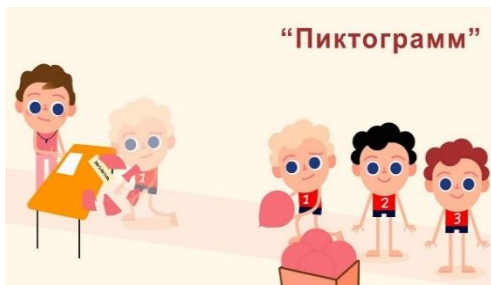


Рис. 6 Конкурс «Пиктограмм»

Ведущий 2: На столах лежат пиктограммы.

По сигналу участник берет воздушный шар и бежит к кл. руководителю, который находится возле стола. Там он лопает шар, в котором находится записка с видом спорта,

(может быть и пустышка) и пустышка. Задача

классного руководителя соотнести вид спорта с пиктограммой. К столику приглашаются классные руководители _____.

Ф.И.О. номер группы

Спасибо командам.

Ведущий 1: Следующий конкурс №7 «Спортивный MIX»

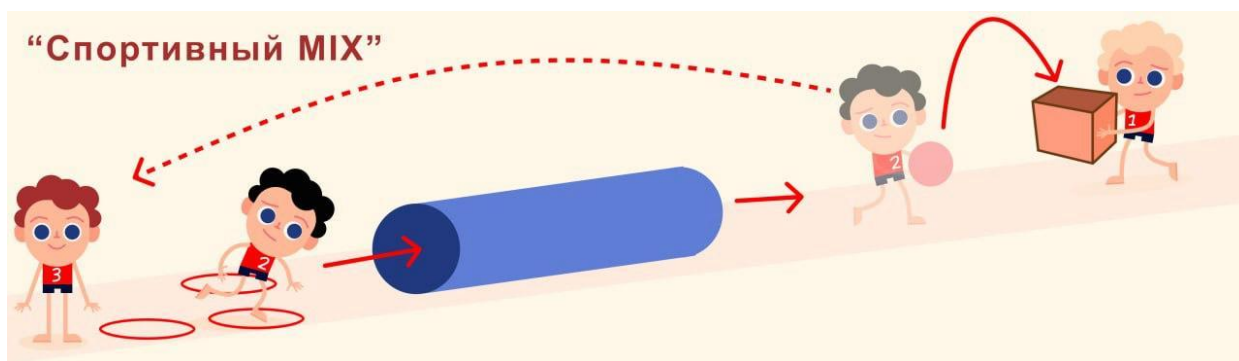


Рис. 7 Конкурс «Спортивный MIX»

По сигналу первый участник кладет 3 обруча на пол (в последовательно-сти один, два) и выполняет упражнение «классики» до туннеля. Проползает через туннель, берет мяч и бросает в корзину. Задача капитана поймать мяч. Участник попадает в корзину и возвращается обратно, передавая эстафету следующему.

Побеждает команда, которая быстрее выполнит задание.

Приглашаются команды для участия.

(Внимание! Свисток судьи)

Ведущий 2: Дорогие друзья! Ликуйте! Не за горами миг победы участников сегодняшних соревнований! Завершением мероприятия станет конкурс №8 «Мы команда».

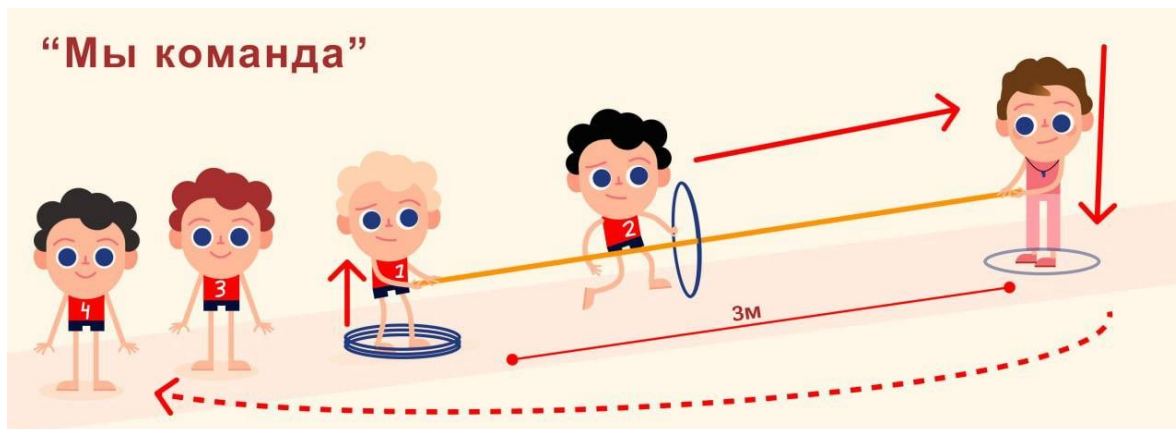


Рис. 8. Конкурс «Мы команда»

В этом конкурсе команда участвует вместе с классным руководителем. Классный руководитель находится в 3 метрах от своей команды. Капитан стоит в обручах. Оба держат веревку в руках. По сигналу второй участник

берет обруч и продевает его через капитана, веревку и классного руководителя, возвращается и отдает эстафету следующему участнику. Побеждает команда первой закончившая эстафету.

Приглашаются команды для участия.

(Внимание! Свисток судьи)

Спасибо командам.

Показательное выступление _____

группа/название номера

Ведущий 2: Внимание! Наступает самый торжественный момент! Ради этой минуты стоило переносить колоссальное физическое и эмоциональное напряжение.

Ведущий 1: Для оглашения результатов мероприятия «Здоровый студент в здоровый семье!» слово предоставляется председателю жюри

должность, Ф.И.О.

(Объявление результатов игры в целом, награждение участников соревнований)

Ведущий 2: Занимайтесь спортом! Будьте в форме и ваша жизнь изменится к лучшему! До свидания!

Музыка. Зрители покидают зал.