

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа имени Героя Социалистического Труда
Н.Ф.Зыбанова с. Березняки муниципального района Кинель-Черкасский
Самарской области**

Утверждаю
Приказом директора № 78-од от 03.04.2023г

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении общешкольного спортивного праздника
"День здоровья"

1. Цель и задачи.

День здоровья проводится с целью пропаганды среди обучающихся ГБОУ СОШ им.Н.Ф.Зыбанова с.Березняки здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и спорту.

1.2. Задачи:

- привлечение учащихся к занятиям физической культурой и спортом;
- выявление лучших спортсменов школы,
- проведение оздоровительных мероприятий, нацеленных на укрепление организма детей и подростков;
- повышение сопротивляемости организма детей и подростков к различным заболеваниям, работоспособности школьников, продуктивности их обучения.

2. Время и место проведения.

Спортивные соревнования, организуемые в рамках программы Дня здоровья, проводятся в спортивном зале ГБОУ СОШ им.Н.Ф.Зыбанова с.Березняки 5 апреля 2023 года.

9.00 – 12.00

3. Участники.

К участию в мероприятиях в рамках программы Дня здоровья привлекаются все учащиеся 1 – 11 классов школы.

В спортивных соревнованиях принимают участие учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний на момент проведения Дня здоровья.

Программа

№	Станция	Содержание задания	Инвентарь
1	Кто быстрее	Преодоление дистанции 100м.	
2	Подъем гантели	Подъем гантели максимальное количество раз(двумя руками поочередно)	Гантели и гири под каждый возраст
3	Прыжки через скакалку	, Игроки поочередно получают в руки скакалку. По команде судьи участник начинает прыжки через скакалку (30с)	Скакалка
4	Подъем туловища	Подъем туловища максимальное количество раз за 1 мин	маты
5	Прыжок в длину	Выполнение прыжка с места.	Рулетка