

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

Утверждено
Приказом директора № 63-од от 05.09.2022г

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 8 сентября 2022 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	Мяч в корзину	Игроки строятся один за другим в колонну. в руках у участников по одному мячу для метания. На расстоянии 6 м от направляющего стоят корзины. По сигналу игроки поочередно выполняют бросок , стараясь забросить мяч в корзину. Игрок, выполнявший бросок, становится в конец колонны. В маршрутном листе отмечается сколько попаданий выполнила команда.	Мяч для метания
2	Бегуны на скакалке	Команды построены в колонны по одному перед линией старта. на расстоянии 10м от направляющего расположен конус. По команде, направляющий начинает движение перепрыгивая через скакалку, огибает конус и возвращается обратно, передаёт эстафету следующему участнику и становится в конец колонны. В маршрутном листе отмечается время выполнения по последнему участнику.	Конусы, скакалки
3	Передай мяч	Игроки строятся один за другим в колонну. Первый участник держит в руках мяч. За сигналом ведущего первый игрок передает мяч тому, кто сзади, над головой. Последний в команде, получив мяч, бежит к началу колонны, встает первым и передает мяч следующему за ним тоже над головой. И так до тех пор, пока первый не вернётся на своё место. В маршрутном листе отмечается время выполнения по последнему участнику.	Волейбольные мяч
4	Эстафета Бег	По сигналу первый участник бежит до поворотного флажка и обратно, добежав до команды, хлопает по руке следующего участника – передает эстафету. В маршрутном листе отмечается время выполнения по последнему участнику.	Конусы
5	Ведение футбольного мяча	Игроки строятся один за другим в колонну. По команде ведущего, первый участник начинает движение, ведя ногами футбольный мяч обводя конусы туда и обратно. передаёт эстафету следующему и встаёт в конец колонны. В маршрутном листе отмечается время выполнения по последнему участнику.	Конусы, мячи футбольные.
6	Бег по кочкам	Игроки строятся один за другим в колонну. Перед колонной от линии старта до линии финиша расположены круги"кочки". По команде ведущего первый участник начинает движение, перепрыгивая из круга в круг до линии финиша и по прямой бегом возвращается обратно. Передаёт эстафету следующему участнику хлопком по ладони и встаёт в конец колонны. В маршрутном листе отмечается время выполнения по последнему участнику.	Конусы
7	Точный удар	Игроки строятся один за другим в колонну. Перед колонной на расстоянии 5м расположены ворота из конусов. По команде ведущего первый игрок из колонны выполняет удар по футбольному мячу ногой в ворота. возвращает мяч следующему участнику и встаёт в конец колонны.И так до тех пор, пока первый не вернётся на своё место. В маршрутном листе отмечается сколько попаданий выполнила команда.	Конусы, футбольные мячи.

8	Передача мяча по кругу	Игроки строятся в круг. В центре круга становится водящий с мячом в руках, на расстоянии 3 метров от игроков. По команде ведущего, водящий начинает передавать мяч по кругу 1 мин. В маршрутном листе отмечается количество передач выполненное командой.	Волейбольные мячи
9	Эрудит	Команда получает 10 вопросов по теме ЗОЖ. За каждый верный ответ +1 балл.	
10	Прыжки через скакалку	Игроки поочередно получают в руки скакалку. По команде судьи участник начинает прыжки через скакалку (30с). В маршрутном листе отмечается общий результат команды (количество прыжков).	Скакалка

