

ВНЕКЛАССНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ

(СЦЕНАРИЙ)

П О Л О Ж Е Н И Е

о проведении общешкольного дня здоровья «Будь готов к ГТО!»

1. Цель:

- внедрение комплекса ГТО в школе.

2. Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни в школе;
- развитие двигательной активности учащихся, учителей и родителей;
- выявление «учащихся – лидеров» в спортивной деятельности.

3. Сроки и место проведения.

День Здоровья проводится _____. В _____.

Место построения – спортивный зал.

Время прохождения маршрута согласно расписанию:

9⁰⁰ - 5 классы

10⁰⁰ - 6 классы

11⁰⁰ - 7 классы

12⁰⁰ - 8 классы

13⁰⁰ - 9,10,11 классы.

4. Участники Дня Здоровья.

Учащиеся 5- 11 классов, классные руководители, учителя-предметники, родители, кураторы и организаторы.

5. Оборудование и инвентарь.

Гимнастические маты, секундомер, гимнастическая скамья, измерительная линейка, измерительная рулетка, перекладина для подтягивания.

6. Порядок проведения:

6.1. Главное условие – активность всех участников, нестандартный оригинальный подход при прохождении станции.

6.2. Успешным прохождением станции считается:

- а) активное участие участников всего класса;
- б) дисциплина и организованность на месте.

6.3. Каждое задание оценивается определённым количеством баллов, по набранному количеству баллов будет определяться – победитель.

6.4. Команда проходит этапы строго по маршрутному листу.

6.5. Домашнее задание.

Подготовить спортивную «кричалку»; распределить социальные роли в команде (фотокорреспондент, командир, физорг, затейники, всезнайки, и т.д.)

6.6. Дополнительные очки: за участие родителей, распределение ролей, соблюдение регламента.

6.7. Штрафные очки. При отсутствии спортивной формы у учащихся класса – снятие с соревнований.

7. Программа Дня Здоровья по дисциплинам.

- «поднимание туловища из положения лежа на спине»;
- «наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу»;
- «прыжок в длину с места»;
- «подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или отжимания».

8. Подведение итогов.

Каждый этап оценивается по нормативам ГТО согласно возрастным нормам каждого учащегося отдельно, по набранному количеству баллов каждого ученика будет определяться – класс- победитель и отдельно ученик- победитель в каждой возрастной группе.. За золотой значок – желтый жетон – 3 балла. За серебряный значок – белый жетон- 2 балла. За бронзовый значок – синий жетон- 1 балл.

После прохождения всех этапов соревнований, капитаны команд сдают жетоны в судейский штаб (тренерская спортивного зала № 3).

9. Награждение победителей.

За занятые 1-3 места победители в личном и командном зачетах награждаются памятными призами и грамотами.