



ОГБПОУ

«КМК»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОГБПОУ «КМК»

Н.А. Ухтина

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении летнего «Дня здоровья», посвящённого Дню России

1. Цели и задачи: «День здоровья» проводится с целью популяризации видов спорта, приобретения и закрепления туристических навыков, а также укрепления здоровья студентов.
2. Время и место проведения: «День здоровья» проводится в Парке культуры и отдыха им. 35-летия Победы (стартовая поляна) 06.06.2023 г. Сбор в колледже в 11.00.
3. Участники спортивного праздника: участвуют 10,11,12,13,15,17 группы с классными руководителями. От каждой группы представить команду для комбинированной эстафеты и участия в конкурсах. **Все участники должны иметь при себе спортивную форму.**
4. Выявление победителей: группа, показавшая лучшее время в эстафете и набравшая наибольшее количество очков в конкурсах получает I место. При равном количестве очков I место занимает команда показавшая лучшее время в эстафете.
5. Нарушения правил соревнования: команда, нарушавшая правила соревнований получает штрафные баллы.
6. Награждение: за I, II, III места команды награждаются почетными грамотами и призами.
7. Ответственные за проведение летнего «Дня здоровья» - Сизов А.С. руководитель физического воспитания, Игнатьева Т.Ф. - преподаватель физического воспитания, Копейкина Н.В. - медицинский работник, классные руководители участвующих в мероприятии групп.

### Программа летнего «Дня здоровья»

1. 11.00 - сбор в колледже.
2. 11.10 - движение к месту проведения «Дня здоровья».
3. 11.30 - построение участников, сдача рапорта, приветствие команд
4. 12.00 - участие в соревнованиях.
5. 13.30 - обед.
6. 14.00 - подведение итогов и награждение.

### Соревнования

**Каждая команда должна иметь название и девиз.**

1. Комбинированная эстафета - участвуют 10 человек от каждой команды:
  - а) старт на стартовой поляне; (Штрафные баллы за нарушение численного состава)
  - б) бег по пересеченной местности;
  - в) подлезание под волейбольной сеткой; (Штрафные баллы за касание сетки)
  - г) прыжки по кочкам; (Штрафные баллы за пропуск кочек)
  - д) метание набивного мяча в обруч; (Штрафные баллы за пропуск участника)
  - е) дартс; (Штрафные баллы за пропуск участника)
  - ж) переноска пострадавшего; (Штрафные баллы за падение пострадавшего)
  - з) финиширование держась за руки. (Штрафные баллы за расцепление рук)
2. Одевание противогаза на время - 10 человек от каждой команды (Штрафные баллы за преждевременный старт)
3. Конкурс «Лучший стрелок» - 1 участник (стрельба из пневматической винтовки 3 выстрела (Штрафные баллы за лишний выстрел)
4. Сервировка блюда «завтрак туриста» (Штрафные баллы за не участие в конкурсе)

Каждой группе иметь продукты питания, посуду, бинт, вату, перекись водорода.

Студенты, не участвующие в соревновании готовят сервировку блюда «Завтрак туриста» для своей группы.

**Классным руководителям обеспечить явку участников соревнований.**

Руководитель физического воспитания \_\_\_\_\_

А.С. Сизов