

**ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ
ДНЯ ЗДОРОВЬЯ «КОГДА МЫ ЕДИНЫ, МЫ НЕПОБЕДИМЫ!»
среди учащихся 1-11 классов**

Цель:

укреплять здоровье детей, формировать представление о здоровом образе жизни человека, воспитывать желание быть здоровым, выполнять простые правила бережного отношения к своему здоровью.

Задачи:

- развивать психофизические качества в разнообразных формах двигательной деятельности;
- совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
- прививать любовь к спорту, желание заниматься спортом;
- развивать у детей интерес к знаниям о своем организме, желание заботиться о своем здоровье.

Участники: учащиеся 1-11 классов

Оборудование: набор различных мячей (футбольный, баскетбольный, теннисный, волейбольный, мячи для эстафет по количеству детей, 4 мяча для фитбола, фишки, 4 корзины для мячей), фломастеры, карандаши, краски, крылья.

Место проведения: стадион школы

ПРОГРАММА ДНЯ ЗДОРОВЬЯ

09.00 – турнир по волейболу среди учащихся 9 классов

10.00 – конкурс эмблем «Когда мы едины, мы непобедимы!»

Подвижная игра «Вышибалы в квадрате»

Турнир «Два капитана» среди учащихся 5 классов

11.00 – конкурс рисунков «Я , ты, он, она – вместе целая страна!»

Подвижные игры

12.00 турнир по пионерболу и мини-футболу среди 7-8 классов

13.00 – турнир по пионерболу среди 6 классов

18.00 – турнир по волейболу среди 10-11 классов

4. Положение турниров по волейболу среди учащихся 9-11 классов

Положение турниров по волейболу среди учащихся 9-11 классов

Участники соревнований

В соревнованиях принимают участие сборные команды учащихся 4-6-х классов.

Состав команды - 6 мальчиков и 6 девочек или смешанные.

Все участники должны иметь: единую спортивную форму; иметь отличительный знак; название команды, девиз.

Программа соревнований

1. Парад участников» (участвуют все команды).

2. Начало игры (участвует вся команда).

4. Подведение итогов, награждение» (участвует вся команда).

(Описание правил игры в пионербол прилагается)

Порядок определения победителей.

В игре места определяются по очкам.

Команда победительница определяется по наибольшему количеству побед. В случае равенства побед, лучшее место присуждается команде, имеющей наибольшее количество очков по играм.

Награждение победителей.

Команды награждаются грамотами ГУО «Средняя школа №7 г. Калинковичи»

Положение турниров по футболу среди учащихся 9-11 классов

Условия розыгрыша.

Соревнования проводятся по круговой системе в один круг розыгрыша.

Дисциплинированные нарушения игроков наказываются предупреждениями и удалениями во время игры. Игрок, который будет удален в матче, автоматически пропускает следующую игру.

Участники соревнований.

В соревнованиях берут участие все желающие обучающиеся, имеющие достаточную подготовку в этом виде спорта и допущенные по состоянию здоровья. Команды распределяются по возрастному принципу на 3 группы:

- 1 группа – 4-6 классы
- 2 группа – 7-8 классы
- 3 группа – 9-11 классы

Количество игроков во время игры – 5 игроков вместе с вратарем (3 игрока вместе с вратарем в спортзале). Количество запасных игроков и замен во время игры неограниченны. Форма и обувь игроков должны быть спортивными, запрещается обувать бутсы.

Порядок и условия определения победителей.

Победа в соревнованиях присуждается команде, которая набрала наибольшее количество очков. За победу команда получает 3 очка, за ничью – 1 очко, за поражение очки команде не засчитаются. В случае неявки команды на игру, ей присуждается поражение со счетом 0:3. Если две или более команд набрали одинаковое количество очков, победитель определяется по следующим признакам:

- по наилучшей разнице забитых и пропущенных мячей;
- по наибольшему количеству забитых мячей;
- по результатам игр между этими командами - победителями;
- какая команда имеет наименьшее количество дисциплинарных взысканий.

В случае невозможности определить победителя по этим признакам, назначается дополнительная игра.

Награждение команды и участников.

Грамотой за первое место и переходящим кубком награждается команда – победитель, грамотами награждаются команды, занявшие второе и третье место.

“Вышибалы в квадрате”

Место проведения: спортивный зал, любая расчерченная площадка.

Описание: участники игры делятся на две команды, одна из которых будет находиться в квадрате 10 x 10 м, а другая за её пределами. По сигналу участники внешней команды начинают выбивать мячом своих соперников.

Примечания: игрок, которого выбили, садиться на скамейку.

Варианты:

Выигрывает команда, которая выбьет всех противников за более короткое время.

Выигрывает команда, выбившая большее количество игроков за определённое время.

Подвижная игра "ДВА КАПИТАНА"

Подготовка. Игра проводится на площадке или в зале размером не менее 6х12 м (лучше в баскетбольном зале или на площадке). Игрокам выдаются баскетбольный мяч и повязки или жилеты - из расчёта половины играющих. В зале (на площадке) очерчиваются для противоположных угла и проводится линия, образующая коридор - нейтральную зону. Посередине площадки чертится круг для начала игры. Играющие делятся на две равные команды; в каждой выбирают капитана и ловца. Одна команда отличается от другой повязками. Ловцы команд становятся в углах зала. Игроки размещаются по площадке парами (из разных команд). У центрального круга становятся капитаны.

Содержание игры. Руководитель, выйдя на середину площадки, бросает мяч вверх между капитанами. Каждый из них старается отбить мяч своим игрокам. Завладев мячом, игроки каждой команды стремятся путём передач подвести мяч как можно ближе к своему ловцу и бросить ему мяч так, чтобы он поймал его на лету. Противники стараются перехватить мяч и, в свою очередь, подвести его и бросить своему ловцу. Играющие мешают ловцу поймать мяч. При этом в нейтральную зону не имеют права заходить ни играющие, ни ловец. Игроки каждой команды примерно поровну распределяются на защитников и нападающих. Те и другие могут передвигаться по всему полю. Когда ловец одной из команд поймает мяч на лету, игра начинается снова с центра площадки, а за ловлю мяча ловцом команда получает очко. Игра продолжается установленное время (10-15 мин), после чего команды меняются сторонами площадки и играют вторую половину игры. Выигрывает команда, получившая больше очков.

Правила игры: 1. Бегать с мячом не разрешается. Игрок может сделать не более 2 шагов, а на 3-м передать мяч. В противном случае противники выбрасывают мяч сбоку, напротив места, где допущена ошибка. 2. Мяч считается пойманным, если ловец поймал его с воздуха или после отскока от противника. 3. Мяч, отскочивший от земли или стены, ловцу не засчитывается. 4. Мяч, вылетевший за границу площадки, вбрасывает игрок-противник с того места, где мяч пролетел границу. 5. Если игрок-защитник зайдёт в нейтральную зону, мяч вбрасывается противником сбоку. 6. Если ловец при попытке завладеть мячом выскочит в нейтральную зону, ловля не засчитывается. 7. После того как ловец поймает мяч, игру начинают с середины или противник вбрасывает мяч с лицевой стороны около угла площадки (по договорённости). 8. Нельзя толкать друг друга и вырывать мяч. За нарушение этого правила даётся штрафной бросок: пострадавший игрок становится в 5-6 м от своего ловца и бросает ему мяч, который может отбивать только один из защитников команды противника.

Все остальные находятся за штрафной линией. Штрафная линия чертится в 5-6 м от нейтральной зоны. 9. Если два игрока одновременно схватят мяч, даётся спорный бросок.

**ПРОТОКОЛ ПРОВЕДЕНИЯ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ «ПЕРВЫЙ СТАРТ»
среди 3-4 классов эстафеты с мячом «Веселый СТАДИОН»**

№	Название эстафеты	Команда _____	Команда _____	Команда _____	Команда _____
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
Итого очков					
Место					

5									
6									

1 место _____ класс
2 место _____ класс
3 место _____ класс
Судья _____
Секретарь _____

ПРОТОКОЛ проведения ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ
среди учащихся _____ классов

№ п/п	Фамилия , имя участника	кла сс	время старта	1	2	время финиша	место
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							
13.							
14.							
15.							
16.							
17.							
18.							
19.							
20.							
21.							
22.							
23.							

24.							
25.							
26.							
27.							
28.							
29.							
30.							
31.							
32.							
33.							
34.							
35.							
36.							
37.							

