«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы:

\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г.

**Положение**

**о проведении спортивно - оздоровительного праздника**

**«В здоровом теле – здоровый дух»**

Цель: Развивать здоровый дух спортивного соперничества между классами.

Задачи:

1.Укрепление здоровья и развитие физических качеств.

2. Пропаганда здорового образа жизни.

Время проведения:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Место проведения: спортивный зал.

Участники: К соревнованиям допускаются учащиеся 5-9 классов, годные по состоянию.

здоровья к спортивным занятиям. Состав команд: 3 мальчика +1 девочка.

Ответственные: Учитель физической культуры, организатор внеклассной работы, классные руководители 5-9 классов.

Жюри: учащиеся, учителя.

**Программа.**

**Ведущий:**

Построение.

Приветствие команд: название, девиз (Оценивается жюри)

**Конкурсы:**

1. «Физкультминутка» - энсценировка физкультминутки в стихах /домашняя заготовка/.
2. « Мудрое слово о Здоровье» - назвать пословицы, поговорки о здоровье, здоровом образе жизни /домашняя заготовка/.

**Ведущий:** « «Не тот спортсмен, кто в детстве прыгает, а тот, кто под старость бегает!»

1. Эстафета с эстафетной палочкой.
2. «Змейка» кубиком на голове.

/Команда в полном составе с кубиками на голове обходит препятствия. Уронивший кубик – выбывает. Побеждает команда в большем составе дошедшая до финиша./

5.Прыжки через короткую скакалку .

/Команда в полном составе начинает прыжки. Секундомер останавливается по последнему застрявшему. Выигрывает команда, продержавшаяся дольше всех./

1. Штрафной бросок в баскетбольное кольцо.

/10 результативных бросков за минимальное время./

1. «Аттракцион на мяче».

/Стоя на б/б мяче, как можно дольше продержаться. Для начала конкурса используется помощь другой команды – поддержка руками./

1. Конкурс капитанов:

- амреслинг

- подтягивание

1. «Знатоки спорта» . / Вопросы командам. Вопрос без ответа переходит следующей команде/
2. Эстафета с мячом.

/Б /б мячом сбить кеглю, подобрать мяч и выполнить бросок в б/б кольцо. При любом результате подобрать мяч и передать для продолжения эстафеты следующему участнику/

1. «Волейбол»

/Команды выстраиваются у лицевых линий на противоположных сторонах спортзала на встречу друг другу. Выполняется подача в/б мяча через сетку поочередно. Мяч должен перелететь через в /б сетку в поле.

Подсчитывается командный результат./

1. «Пройти бесшумно»

/1 команда с завязанными глазами располагается по центральной линии спортивного зала . Другая команда пытается бесшумно проскользнуть сквозь строй 1 команды. Побеждает команда, больше всех замаявшая участников другой команды./

Ведущий: …

Жюри подводит и объявляет итоги.

Инвентарь: Эстафетные палочки

Кубики.

Скакалки.

Мячи б/б

Мячи в/б

Кегли