

Департамент образования
Комитета по социальной политике и культуре
Администрации г. Иркутска
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА ИРКУТСКА ГИМНАЗИЯ № 3
664020, г. Иркутск, улица Ленинградская, дом 75, тел. 32-91-55, 32-91-54

«Утверждаю»
Директор МБОУ г.Иркутска гимназии № 3
А.С.Трошин

Приказ №114 от 19.03.2012



ПОЛОЖЕНИЕ о проведении дня здоровья МБОУ гимназии № 3 г.Иркутска.

Цели и задачи:

- Популяризация физической культуры и спорта.
- Приобщение учеников, родителей и учителей к здоровому образу жизни.

Порядок проведения:

- В едином Дне здоровья участвуют все классные коллективы с 5 по 11 класс, классы начальной школы по желанию.
- Выбирается тема дня здоровья:
 - День здоровья по-японски
 - День здоровья по-индейски
 - День здоровья по-гречески /Олимпиада/ и т.д.
- Классные коллективы готовят спортивное приветствие, эмблемы команд и костюмы.
- На каждый классный коллектив составляется маршрутный лист с временем и названием этапов следования.
- Этапы спортивных состязаний:
 - Мисс Холахуп - прокручивание обруча
 - Мистер мускул - толкание гантелей
 - Экологическая тропа
 - Весёлые старты
 - Перетягивание каната
 - Самый быстрый
 - Лучший Бивуак

Место проведения:

Станция Дачная.

Сроки проведения:

Третья неделя сентября месяца.

Награждение участников фестиваля:

Каждый, занявший 1,2 и 3 места в личном первенстве или командном состязании, получает дипломы победителя и призы.

Критерии оценок участников состязаний:

Все состязания кроме конкурса на лучший Бивуак.

- Быстрота и ловкость выполнения задания.
- Соблюдение установленных правил.
- Правильность

Утверждаю _____
Директор МБОУ гимназии № 3
Трошин А.С.

ПОЛОЖЕНИЕ выездного дня здоровья «по–африкански»

ЦЕЛЬ: популяризация и пропаганда здорового образа жизни, привлечение учащихся к занятиям физической культурой и спортом. Организация досуга обучающихся.

ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ: 17 сентября 2011 г.

ОТВЕТСТВЕННЫЕ.

Добрынина Е.Ю., зам. директора по В.Р.

Тирских И.В., зам. директора по ОБЖ,

Педагоги СП Прикладного цикла, классные руководители.

Медицинское сопровождение врач МОУ гимназии Каланча Т.К.

ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ:

- выезд обучающихся гимназии № 3 на 11 км Байкальского тракта;
- участие в спортивных состязаниях по желанию учащихся;
- обязательным - является участие команд класса в «Зарнице» и оформление бивуака в разнообразных стилях и культурах востока.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ.

- Соответствие теме;
- Наличие визитной карточки класса;
- Эстетичность, яркость оформления;
- Национальный колорит: костюмы, кухня;
- Массовость участия класса в проведении мероприятия.

Каждая команда получает маршрутный лист, который обязана вернуть по окончании дня здоровья Тирских И.В. с отметкой о прохождении соревнований.

ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ

9.30 – сбор обучающихся у гимназии, посадка в автобус, проведение устного инструктажа по Т.Б. при передвижении в автобусе и правилам поведения на природе.

10.00 – отъезд

11.00 – приезд на место, размещение, подготовка бивуака.

11.30 – праздничное открытие дня здоровья «По- восточному»

12.00 – 13.00 - участие команд 1-4 классов в спортивных соревнованиях (футбол, волейбол, канат, обруч, тайский бокс, удочка).

12.00 – 14.00 - конкурс на лучшее оформление бивуака.

12.00 – 15.00 – «ЗАРНИЦА», для 1 – 11 классов (смотри «Маршрутный лист»).

13.00 – 15.00 - участие команд 5 - 11 классов в спортивных соревнованиях (футбол, волейбол, канат, обруч, тайский бокс, удочка).

15.00 – весёлые бои «СУМО»

15.30 – подведение итогов (общий сбор с вещами)

15.45 – размещение по автобусам, сверка списочного состава обучающихся.

16.00 – отъезд.

I. Порядок участия команд в «Зарнице»:

Игра проводится **по параллелям** (в строгом соответствии с графиком).

Каждый класс представляет команду по 15 человек.

Игра состоит из 5 этапов, поэтому классный руководитель заранее распределяет команду по 3 участника на каждый этап. По завершению соревнования подводятся итоги и награждение победителей.

График участия в «Зарнице»:

12.00 – параллель 4 классов

12.20 - параллель 6 классов

12.40 - параллель 7 классов

13.00 - параллель 8 классов

13.15 - параллель 9 классов

13.30 - параллель 10 -11 классов

13.45 - параллель 5 классов

14.10 - параллель 2 классов

14.30 - параллель 3 классов

14.50 - параллель 1 классов (по желанию)

Этапы «Зарницы», ответственные за этапы:

1 этап «**Болото**», отв. Шраплау Е.Г.

2 этап «**Переправа**», отв. Омилаев М.В.

3 этап «**Выживание в любых условиях**», отв. Павловская Т.А.

4 этап «**Меткий стрелок**», отв. Зайчиков А.А..

5 этап «**Преодоление**» (бег в мешках), отв. Ставер Н.С.

Подведение итогов Тирских И.В. ,Солдатова Е.Л. – оформление грамот

II. Порядок участия классов в спортивных соревнованиях.

1. «Веселый футбол», ответственные: Токарева М.И.

В игре участвуют команды по 9 человек (8 в поле + вратарь).

Время игры 3 минуты.

12.00 -12.20 - «**Шуточный футбол**» для параллели 2 классов

12.20- 12.40 - «**Шуточный футбол**» для параллели 3 классов

12.40 – 13.00 - «**Шуточный футбол**» для параллели 4 классов

13.00 - 13.20 - «**Шуточный футбол**» для параллели 5 классов

13.20 - 13.40 – «**Шуточный футбол**» для параллели 6 классов

13.40 - 14.00 – «**Шуточный футбол**» для параллели 7 классов

14.00 - 14.20 – «**Шуточный футбол**» для параллели 8 классов

14.20 - 14.40 – «**Шуточный футбол**» для параллели 9 классов

14.40 – 15.00 - «**Шуточный футбол**» для параллели 10 - 11 классы

(Принимать участия в соревнованиях могут не все классы, но параллель идет только в свое время.)

2. «Смешной пионербол». Время игры: 3 минуты. Ответственный: Яковлев А.А.

В игре принимают участие все желающие, встречаются 2 команды по 6 человек.

12.00-12.20 - «**Весёлый пионербол**» для параллели 3 классов,

12.20 – 12.40 - «**Весёлый пионербол**» для параллели 4 классов,

12.40 – 13.00 - «**Весёлый пионербол**» для параллели 2 классов,
13.00 - 13.20 - «**Весёлый пионербол**» для параллели 10- 11 классов
13.20 - 13.40 – «**Весёлый пионербол**» для параллели 5 классов
13.40 - 14.00 – «**Весёлый пионербол**» для параллели 6 классов
14.00 - 14.20 – «**Весёлый пионербол**» для параллели 7 классов
14.20 - 14. 40 – «**Весёлый пионербол**» для параллели 8 классов
14.40 – 15.00 - «**Весёлый пионербол**» для параллели 9 классы

3. «Удочка». Время игры 5 минут. Ответственные: Кубас О.В.

В игре принимают участие все желающие

4. «Мисс Обруч» (для девочек) Ответственные: Шаламова И.В.

В игре принимают участие все желающие

5. «Тайский бокс» (для мальчиков) Ответственные: парламент, выпускники

В игре принимают участие все желающие

6. «Перетягивание каната» Ответственные: парламент, выпускники

В игре принимают участие все желающие.

III. Награждение участников и победителей: дипломы, грамоты, сладкие призы.