

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 33
_____/И.В.Паршина/
« » _____ 2016г.

Положение

О проведении школьных мероприятий в рамках проведения Всероссийской акции «Мы готовы к ГТО»

1. Сроки и место проведения

1.1 Спортивное мероприятие проводится 7 апреля 2016 в четыре этапа

1 этап – Веселые старты «Быстрее, выше, смелее» для учащихся 1-4 классов, время проведения:

- 1 классы- 9.35;
- 4 классы – 10.25;
- 2 классы – 13.45;
- 3 классы – 14.35

Место проведения: спортивный зал учреждения

2 этап – Лекция - семинар «Правильное питание» для учащихся 8- 10 классов, время проведения 12.00

3 этап – Эстафета здоровья «Со спортом дружить - здоровым быть» для педагогического коллектива, время проведения 11.15.

Место проведения: спортивный зал учреждения

4 этап - Спортивное мероприятие «Традиции ГТО в нашу спортивную жизнь» для учащихся 5-10 классов, время проведения 12.40

Место проведения: спортивная площадка учреждения

2. Требования к участникам

Каждый участник спортивных мероприятий должен иметь спортивную форма, спортивную обувь.

3. Программа соревнований спортивного мероприятия

«Традиции ГТО в нашу спортивную жизнь»

3.1. Эстафета

В эстафете принимаются участие 5 мальчиков и 5 девочек с каждого класса.

Участникам предлагается 5 этапов эстафеты. Первыми все этапы выполняют юноши, затем девушки.

Этапы прохождения эстафеты:

1. Ведение баскетбольного мяча до поворотной стойки и обратно.
2. Прыжки через скакалку с продвижением вперед до поворота стойки.
Обратно – гладкий бег;
3. Движение с зажатым между колен баскетбольным мячом до поворотной стойки.
Обратно - гладкий бег;
4. Перекатывание баскетбольного мяча до поворотной стойки. Обратно – гладкий бег;
5. Движение с теннисной ракеткой в руке, на которой находится теннисный шарик.
Обратно - гладкий бег.

3.2. Перетягивание каната.

3.3. Меткий стрелок (2 мальчика+2 девочки от каждого класса)

3.4. Надевание противогаза на время (2 мальчика + 2 девочки от каждого класса)

3.5. Прохождение туннеля на время (команда 10 человек)

3.6 Спортивные станции проводимые волонтерами- медиками (ТГУ)

Маршрутный лист

Класс:

№п/п	Этапы	Время, баллы
1	Эстафета (5м +5д)	
2	Меткий стрелок (2м+2д)	
3	Перетягивание каната	
4	Надевание противогаза на время (2м+2д)	
5	Прохождение туннеля на время (10 чел)	
6.	Челночный бег 3х10м	
7.	Синхронные отжимания	
8.	Синхронные приседания	
9.	Теоретический конкурс	

Маршрутный лист

Класс:

№п/п	Этапы	Время, баллы
1	Эстафета (5м +5д)	
2	Меткий стрелок (2м+2д)	
3	Перетягивание каната	
4	Надевание противогаза на время (2м+2д)	
5	Прохождение туннеля на время (10 чел)	
6.	Челночный бег 3х10м	
7.	Синхронные отжимания	
8.	Синхронные приседания	
9.	Теоретический конкурс	