

Зам.директора по ВР
Мутин Т.В. Мутина
 « 3 » Ос 2010 г.

«Утверждаю»
Директор ГБПОУ «СЭМТ»
О.С. Лобанова
«09» 02.09.2020 г.



Цели и задачи

1. Развитие физической культуры и спорта среди студентов техникума.
2. Вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой.
3. Выявление сильнейших команд.
4. Сплочение коллективов групп.

Общее руководство и контроль при проведении Дня здоровья возлагается на руководителя физического воспитания Колгину Елену Викторовну

День здоровья проводится 22 сентября 2020 г. в 9:00 часов.

В мероприятии принимают участие студенты I, II, III курсов в полном составе группы: ПВ-20, СВ-20, 1-55, 1-54, ПВ-19, МРА-19, 2-52, 2-53, 3-51

1. 8.50 часов сбор обучающихся на спортивной площадке, построение, сдача рапорта капитанами команд.
2. Конкурс представление команды (эмблема, девиз, наличие спортивной формы, табличка с номером группы).
3. Стрельба из ПВ-ИЖ 38 сидя с опорой локтями о стол. 4 выстрела: 1 пробный, 3-зачетных. Состав команды - 4 человека. Ответственные – Грицких В.Г., Соболевский С.Н.
4. Бег 60 метров. Ответственные – Золотухин Д.И.
5. Прыжки через планку за 30 секунд. Ответственные - Мазунова Л.Ю., Борисова О.В.
6. Челночный бег 4 и 9 метров. Ответственные – Литвинцева Е.И., Мосейчук А.Ю.
7. Прыжки в длину с места. Ответственные – Колгина Е.В.
8. Подъем и отпускание туловища из положения лежа за 30 секунд. Ответственные - Позднякова О.М. Казакова Т.С.
9. Метание набивного мяча из положения сидя двумя руками. Вес мяча: девушки – 1 кг, юноши - 2кг. Ответственные – Шестакова Т.И. Черникова А.С.
10. Подтягивание на перекладине – юноши. Вес на перекладине на согнутых руках - девушки. Ответственные – Ковалевич С.О. Хромова А.А.
11. Перетягивание каната. Юноши и девушки - отдельно. Ответственный – Колгина Е.В., Золотухин Д.И.
12. Армреслинг. Состав команды 1 чел. Ответственные – Колгина Е.В., Золотухин Д.И.
13. Главный секретарь соревнований – Карнакова М.Ю. Есина И.П.
14. Дополнительные спортивные конкурсы: Пионербол. Ответственные Бадикова А.В.

1. Команда победителя определяется по пяти лучшим результатам во всех видах состязаний.
2. Личное первенство определяется в каждом виде состязаний по наилучшему результату.

Команды победители и победители в личном первенстве награждаются грамотами и подарками