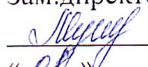


Согласно  
Зам.директора  
 Т.В. Мутина  
« 08 » / 09 2025 г.



## Положение о проведении Дня здоровья для обучающихся ГБПОУ «СЭМТ»

### Цели и задачи

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

### Руководство проведению соревнований

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

### Сроки и место проведения

День здоровья проводится 16 сентября 2025 г. в 10.00 часов.

### Участники соревнований

В мероприятии принимают участие обучающиеся I, II, III, 4 курсов в полном составе группы: 1-64, 1-65, МРА-25, ПВ-25, 2-62, 2-63, ПВ-24, СВ-24, 3-60, 3-61, 4-58,

### Программа мероприятия

1. 9.50 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., Ковалевич С.О.
4. Бег 60 метров. Ответственные – Колгина Е.В.
5. Прыжки через планку за 30 секунд. Ответственные - Черникова А.С., Нефедьева Е.А.
6. Челночный бег 4 и 9 метров. Ответственные – Осадчая Д.О., Хаджибаева Н.А.
7. Прыжки в длину с места. Ответственные – Добрышкина К.А, Чернышева Е.С.
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 – Соболевский С.Н, Шестакова Т.И.
10. Подтягивание на перекладине – юноши. Вес на перекладине на согнутых руках - девушки. Ответственные – Онохов Н.А., Хаджибаева Е.Д.
11. Перетягивание каната. Юноши и девушки - отдельно. Ответственные – Колгина Е.В, Грицких В.Г., Онохов Н.А
12. Главный секретарь соревнований – Карнакова М.Ю, Есина И.П.
13. Дополнительные спортивные конкурсы: Пионербол. Ответственные – Колгина Е.В, Онохов Н.А

### Определение победителей

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

### Награждение

Команды победители и победители в личном первенстве награждаются грамотами и подарками