**Программа проведения Единого Дня Здоровья**

**Морозова Ольга Николаевна, учитель физической культуры**

**МБОУ «Топкановская ООШ»**

**1.Цели и задачи.**

День здоровья проводится с целью пропаганды среди учащихся школы здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и спорту.

 **Задачи:**

* Привлечение учащихся к занятиям спортом.
* Выявление лучших спортсменов школы.
* Проведение оздоровительных мероприятий, нацеленных на повышение физической подготовленности детей и подростков.
* Повышение работоспособности и сопротивляемости организма детей и подростков к различным заболеваниям.

**2.Порядок организации и проведения.**

**2.1.** Организация проведения соревнований возлагается на учителей физической культуры, классных руководителей, заместителя директора по учебно-воспитательной работе.

Программа и форма проведения Дня здоровья разрабатывается учителями физической культуры совместно с завучем.

Учителя физической культуры и классные руководители участвуют в подготовке классных команд для проведения спортивных соревнований. Заместитель директора по УВР отвечает за подготовку призов для команд – победительниц, учащихся, занявших 1, 2. 3 места.

Классные руководители доводят программу Дня здоровья до сведения учащихся.

**2.2.** Программа Дня здоровья включает спортивные соревнования по отдельным видам спорта, спортивные игры, подвижные и шуточные эстафеты и утверждается директором школы.

**2.3.** В состав судейских бригад входят учителя физической культуры, учащиеся старших классов, учителя предметники.

**2.4.** Дата проведения Дня здоровья определяется планом работы школы и приказом директора.

**3.Время и место проведения.**

**3.1**.Спортивные соревнования, организуемые в рамках программы Дня здоровья, проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке школы и на стадионе.

**3.2**. На время проведения Дня здоровья учащиеся освобождаются от учебных занятий или в этот день проводятся сокращенные уроки.

 **4. Участники.**

**4.1.** К участию в соревнованиях в рамках программы Дня здоровья привлекаются все учащиеся 1 – 9 классов.

**4.2.** В спортивных соревнованиях принимают участие учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний на момент проведения Дня здоровья.

**4.3.** Освобожденные учащиеся присутствуют на всех мероприятиях Дня здоровья и выступают в качестве зрителей, болельщиков, помощников учителя физкультуры по организации соревнований, а также классных руководителей по поддержке дисциплины и порядка.

 **5. Программа Единого Дня здоровья:**

1. Утренняя зарядка.
2. Уроки здоровья «Если хочешь быть здоров!»
3. Линейка, посвященная Дню здоровья для учащихся 1-9 классов.
4. Спортивные мероприятия:

- Соревнования по подтягиванию и отжиманию;

- Подвижная игра «Борьба за знамя», 1- 4 классы;

- Пионербол, 5-7 классы;

- Волейбол, 8-9 классы;

- Эстафеты:

1. Эстафета с передачей баскетбольного мяча.
2. Бег с эстафетными палочками.
3. Эстафета с прыжками на мячах для фитнеса.
4. Ведение баскетбольного мяча с броском в кольцо.
5. Эстафета с преодолением препятствий.
6. «Посадка картофеля».

 **6.  Награждение победителей.**

 Классные команды, занявшие 1 – 3 места, награждаются кубками и грамотами.

 Учащиеся, занявшие 1 – 3 места награждаются Почетными грамотами, призами.