|  |  |
| --- | --- |
| ÐÐ°ÑÑÐ¸Ð½ÐºÐ¸ Ð¿Ð¾ Ð·Ð°Ð¿ÑÐ¾ÑÑ ÐºÐ°ÑÑÐ¸Ð½ÐºÐ¸ Ð·Ð´Ð¾ÑÐ¾Ð²ÑÐ¹ Ð¾Ð±ÑÐ°Ð· Ð¶Ð¸Ð·Ð½Ð¸ | БУ ВО «Сургутский государственный университет»  Институт гуманитарного образования и спорта  Кафедра физической культуры  Спортивный клуб  ССК СурГУ «Северные лисы» |

|  |
| --- |
| ПОЛОЖЕНИЕ  о проведении интеллект-игры «ЗОЖ\_PROкачка» для студентов СурГУ  и школьников в рамках «Неделя здоровья в СурГУ», посвященной  Всемирному дню здоровья |

1. Цели и задачи интеллект-игры

- популяризация интеллект-игры среди студенческой и учащейся молодежи;

- пропаганда здорового и активного образа жизни;

- приобщение студентов и школьников к активному и здоровому образу жизни.

2. Место и время проведения

Интеллект-игра проводится 8 апреля 2019 г. по адресу: г. Сургут, пр. Ленина, д. 1, многофункциональный зал.

Начало интеллект-игры в 17.00 ч.

3. Участники интеллект-игры

В интеллект-игре принимают участие сборные команды институтов СурГУ и учащиеся образовательных учреждений г. Сургута. Состав команды 6 человек.

4. Руководство проведением интеллект-игры

Общее руководство возлагается на кафедру физической культуры совместно со Спортклубом СурГУ, ССК СурГУ «Северные лисы». Ответственные за организацию и проведение интеллект-игры:

– к.п.н., доцент, доцент кафедры физической культуры Бушева Ж.И.

– руководитель медиа-группы ССК СурГУ «Северные лисы», студентка ИГОиС Ольховик Д.

5. Программа интеллект-игры

Интеллект-игра состоит из трех туров. В каждом туре на командное обсуждение вопроса дается 1 минута.

В конкурсе капитанов участвуют капитаны команд. На размышление дается 30 секунд. Конкурс капитанов оценивается в 50 баллов.

6. Определение победителя

Команда-победитель в интеллект-игре определяется по наибольшему количеству баллов по итогам трех туров и конкурса капитанов.

7. Награждение

Игроки команд, занявших 1 – 3 места награждаются грамотами согласно занятых мест. Расходы, связанные с награждением участников интеллект-игры, несёт Спортклуб СурГУ.

ПРАВИЛА ИНТЕЛЛЕКТ-ИГРЫ «ЗОЖ\_PROКАЧКА»

Игроки (студенты и школьники) делятся на команды заранее.

Команды имеют название и атрибутику.

В каждой команде выбирается капитан.

Интеллект-игра состоит из трех туров и конкурса капитанов.

У каждого тура есть темы. Темы даются участникам заранее для подготовки (Приложение 1).

В первом и втором туре 6 тем по три вопроса в каждой, в третьем туре 3 темы по три вопроса. В каждой из тем вопросы имеют «стоимость» в зависимости от сложности. Простой вопрос «стоит» 10 баллов, более сложный – 20 и сложный – 30 баллов.

В конкурсе капитанов «стоимость» правильного ответа – 50 баллов.

Команды выбирают тему и вопрос, определенной «стоимостью» (10/20/30 баллов) в порядке очередности согласно предварительно проведенной жеребьевке.

В проведении жеребьевки принимают участие капитаны команд.

На обсуждение вопроса команде дается одна минута.

Игрок, осуществляющий ответ, назначается капитаном команды.

Тур 1. В первом туре – 6 тем. В первом туре свои ответы команды пишут на листок и передают жюри. Жюри оценивают правильность ответов и присуждают баллы командам.

Тур 2. Во втором туре – 6 тем. Во втором туре на обсуждение вопроса команде дается одна минута. Команды отвечают на вопрос, обосновывая ответ, если это необходимо. Игрок, отвечающий на вопрос, назначается капитаном команды. Право на ответ остается за командой, делавшей выбор темы и вопроса. В случае неправильного ответа, отвечает команда-соперник в порядке жеребьевки. В данном туре досрочного ответа давать нельзя.

Тур 3. В 3 туре – 3 темы. В третьем туре на обсуждение вопроса команде дается одна минута. Игрок, отвечающий на вопрос, назначается капитаном команды. Право на ответ достается команде, чей капитан первым поднял руку. В случае неправильного ответа, отвечает команда-соперник в порядке жеребьевки. В данном туре команды имеют право на досрочный ответ.

Баллы за правильный ответ зачисляется на счет команды, ответившей на вопрос.

Конкурс капитанов. В конкурсе капитанов принимают участие только капитаны команд. Капитаны задают друг другу по одному вопросу по теме ЗОЖ в порядке жеребьевки. На размышление дается 30 секунд. Капитан вправе дать досрочный ответ. В случае неправильного ответа капитана, отвечает капитан команды-соперника, но баллы не присуждаются.

Члены жюри ведут протокол, где подводят итоги по каждому туру и общие итоги игры.

Приложение 1

Темы тура 1

Основные понятия ЗОЖ

Компоненты ЗОЖ

Физическая рекреация

Рекреационная деятельность

Физкультурно-спортивная деятельность

Рекреация

Темы тура 2

Сбалансированное питание

Режим дня

Двигательная активность

Витамины

Водный баланс

Минералы

Темы тура 3

Белки

Жиры

Углеводы

Материал для подготовки находится по ссылке

<https://drive.google.com/open?id=1z0x2OCMa9ZjiD1Pi3xN19e9Hg_07njc7>