

Утверждаю  
 Директор МОУ СОШ  
 с.Старый Хопер  Н.Р.Мыльцева



**План  
 спортивно-массовых, физкультурно-спортивных  
 и социально-значимых мероприятий  
 на 2021-2022 уч.год**

<b>1. ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА</b>		
<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Согласовать и утвердить план работы	Зам. дир. по ВР, учителя физ-ры
2.	Работа спортивного клуба «Витязь»	Учителя физ-ры
3.	Согласовать и утвердить положение о конкурсе «Лучший спортивный класс»	Зам. дир-ра по ВР, учителя физ-ры, кл.рук.
4.	Организовать адаптированную физкультурно-оздоровительную работу с детьми ОВЗ	Учителя физ-ры Актив клуба «Витязь»
5.	Осуществлять связь с тренерами ДЮСШ, преподавателями физической культуры БИ СГУ	Учителя физ-ры
6.	Организовать работу спортивных секций	Учителя физ-ры, зам. дир-ра по ВР
7.	Провести выборы физоргов и капитанов команд	Учителя физ-ры Актив клуба «Витязь»
8.	Обсудить и утвердить план физкультурно-спортивных мероприятий в периоды каникул	Кл. рук-ли, зам. дир-ра по ВР
9.	Провести совещание физоргов «План работы по физическому воспитанию на новый учебный год»	Зам. дир-ра по ВР, Актив клуба «Витязь», учителя физ-ры
10.	Провести инструктаж физоргов по подготовке и проведению мероприятий	Учителя физ-ры

<b>2. МАССОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ    В РЕЖИМЕ ДНЯ ШКОЛЫ</b>		
<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Обсудить на педсовете или совещании при директоре порядок Проведения физкультминуток на уроках, подвижных перемен	Зам. дир-ра по ВР, учителя физ-ры
2.	Определить места каждому классу для проведения гимнастики до занятий, подвижных перемен, подготовить мелкий спортивный инвентарь, назначить ответственных за его хранение, выдачу.	Зам. дир-ра по ВР, учителя физ-ры
3.	Проводить игры и физические упражнения на удлинённых переменных	Учителя физ-ры, физорги
4.	Организовать в классах беседы о режиме дня школьника, значении физкультурно-оздоровительных мероприятий, порядке проведения гимнастики до занятий, физкультминут и подвижных перемен	Кл. рук-ли, физорги
5.	Проводить физкультминуты на уроках и физкультпаузы в группах ГПД	Кл. рук-ли, воспитатели ГПД
6.	Организовать и проводить «Спортивный час» в группах продленного дня	Воспитатели ГПД, физорги

### 3. АГИТАЦИЯ И ПРОПАГАНДА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

<i>№</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Обновить уголок физической культуры, где разместить стенды: «ШСК «Витязь», «Расписание занятий спортивных секций», «ГТО: путь к успеху»	Физорги, учителя физ-ры, Актив клуба «Витязь»
2.	Создать лекторскую группу из числа учащихся и организовать проведение бесед и лекций по классам на темы: «Утренняя гимнастика школьника», «Олимпийские игры», «Гигиена школьника» и др.	Актив клуба «Витязь»
3.	Выпускать информационный листок спортивных событий в школе	Актив клуба «Витязь»
4.	Провести конкурс рисунков и плакатов «Мы выбираем здоровье!», посвященный всемирному Дню здоровья.	Зам. дир-ра по ВР, кл. рук-ли

### 4. ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВАЯ И СПОРТИВНАЯ РАБОТА ШКОЛЫ

<i>№</i>	<i>Мероприятия (классы)</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Спортивный праздник – День здоровья (по классам)	Сентябрь Апрель	Зам. дир-ра по ВР, учителя физ-ры, Актив клуба «Витязь»
2.	Однодневные туристические походы, посвященные Всемирному дню туризма «тропа здоровья» (1 – 11)	Сентябрь	Кл. рук-ли
3.	Первенство школы по мини-футболу (8 – 11), (по классам)	Сентябрь	Учителя физ-ры, Актив клуба «Стмул»
4.	Спортивный праздник «Мы – туристы!» (1 – 5) Неделя «Спорт для всех»	Октябрь Ноябрь	Учителя физ-ры, Актив клуба «Витязь»
5.	Первенство школы по пионерболу (5 – 6)	Ноябрь	Учителя физ-ры, Актив клуба «Витязь»
6.	Первенство школы по волейболу (7 – 11)	Декабрь	Учителя физ-ры, Актив клуба «Витязь»
7.	Игры на свежем воздухе «Зимние забавы» (1 – 6), (по классам)	Декабрь – январь	Кл. рук-ли, КФК
8.	Военизированная игра (9 - 10)	Декабрь-Январь	Учителя физ-ры, преподаватель ОБЖ
9.	Экскурсии в зимний лес	Январь – февраль	Кл. рук-ли
10.	Спортивно-развлекательная программа «А ну-ка, парни!», посвященная Дню Защитника Отечества «А ну-ка, девушки!», посвященная 8 Марта (по классам)	Февраль Март	Преподаватель ОБЖ, Кл.рук.
11.	Веселые старты (1 – 4)	Февраль	Учителя физ-ры, Актив клуба «Витязь»
12.	Первенство школы по баскетболу (7 – 1)	Апрель	Учителя физ-ры, Актив клуба «Витязь»

<b>5. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ УЧАЩИХСЯ И ПЕДАГОГИЧЕСКИМ КОЛЛЕКТИВОМ</b>		
<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Ознакомить родителей учащихся с требованиями программы физического воспитания, нормативами ГТО, правилами включения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режим школьного дня.	Учителя физ-ры, кл. рук-ли
2.	Подготовка буклета и презентации для родителей учащихся о значении утренней гигиенической гимнастики и правилах личной гигиены школьника, о формировании правильной осанки, о режиме дня и двигательном режиме школьника, о необходимости обучения детей плаванию в летний период.	Участковый врач, школьная медсестра, зам. дир-ра по ВР
3.	Организовать консультации для родителей по вопросам физического воспитания школьников в семье, закаливания детей и укрепления их здоровья.	Участковый врач, школьная медсестра, зам. дир-ра по ВР, родительский комитет
4.	Подготовка видеороликов для родителей о спортивных мероприятиях	Кл.рук-ли, учителя физ-ры
5.	Организовать спортивные соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья».	Зам. дир-ра по ВР, учителя физ-ры
6.	Оказывать помощь классным руководителям в организации туристических походов.	Зам. дир-ра по ВР, учителя физ-ры
7.	Провести семинар для учителей начальных классов по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме дня, планирования и проведения внеклассной работы с младшими школьниками.	Зам. дир-ра по ВР, учителя физ-ры

<b>6. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ</b>		
<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Медицинский осмотр учащихся и распределение их на медицинские группы.	Школьная медсестра
2.	Проверка и оценка санитарно-гигиенического состояния спортзала, спортплощадки, оборудования и инвентаря.	Администрация
3.	Беседа «Предупреждение обмороживания и травм во время занятий и отдыха зимой».	Кл. рук-ли, преподаватель ОБЖ
4.	Итоговый осмотр учащихся на предмет выявления роста физической подготовленности.	Учителя физ-ры

<b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА</b>	
1.	Провести осмотр и ремонт спортивного инвентаря и оборудования, требующего ремонта
2.	Привести в порядок инвентарь для пользования на спортивной площадке
3.	Подготовить спортивный зал, оборудование и инвентарь к новому учебному году

## **8. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс**

### **«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

#### **КОНТРОЛЬНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ**

Сдача нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в урочное и внеурочное время.

Проводить по каждому разделу программы обязательные физические тесты для показателей физической подготовленности.

1. Подтягивание или отжимание (сила, раз).
2. Быстрота бега 30, 60, 100 метров (секунд).
3. Прыжки в длину с места (метры).
4. Прыжки в длину с разбега (метры).
5. Бег на выносливость 1000, 1500, 2000, 3000 метров.
6. Гибкость.
7. Силовая выносливость – количество подъемов из положения «лежа на спине».
8. Челночный бег.
9. Метание малого мяча.
10. Метание гранаты.
11. Стрельба.
12. Плавание.