

План спортивно - массовых, физкультурно - спортивных и социально-значимых мероприятий на 2021 – 2022 учебный год

Цель работы ШСК:

Повышение массовости занятий учащимися физической культурой и спортом для вовлечения их в систематический процесс физического и спортивного совершенствования.

Задачи:

1. реализации образовательных программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности;
2. вовлечение учащихся в систематические занятия физической культурой и спортом;
3. проведение школьных спортивно-массовых мероприятий и соревнований по направлениям;
4. комплектование и подготовка команд учащихся для участия в муниципальных, соревнованиях;
5. пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
6. создание нормативно-правовой базы;
7. комплектование и подготовка учащихся к ВФСК «Готов к труду и обороне».

Ожидаемые результаты:

1. Рациональное использование внеурочного времени, укрепление здоровья и профилактика заболеваний, разностороннее физическое развитие обучающихся;
2. Рост числа обучающихся, участвующих в спортивно-массовых мероприятиях;
3. Улучшение спортивных достижений обучающихся.

План работы включает в себя шесть основных направлений развития спортивно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе:

Направление деятельности / мероприятия	Сроки	Ответственный
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:		
Обсуждение на общем собрании педагогического коллектива порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах, гимнастики перед занятиями	август	замы директора по УВР, педагоги
Беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики, подвижных игр на переменах и физкультминуток	сентябрь	мед. сестра амбулатории, классные руководители 1-10 классов
Проведение физкультминуток на уроках	в течение года	классные руководители, ответственные за спортивную работу в классах
Проведение бесед с учителями начальных классов по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня и проведению «Часа здоровья»		руководитель школьного спортивного клуба
2. Спортивная работа в классах и секциях:		

В классах назначить физоргов, ответственных за проведение спортивных мероприятий	сентябрь	руководитель школьного спортивного клуба
Составить расписание занятий секций, тренировок команд	сентябрь	зам. директора по УВР, руководитель школьного спортивного клуба
Организация секций	сентябрь	зам. директора по УВР, учитель физической культуры
Классные часы «Здоровый образ жизни»	в течение учебного года	классные руководители 1-11 классов, руководитель школьного спортивного клуба
Формирование списков учащихся допущенные к сдаче норм ГТО	октябрь	руководитель школьного спортивного клуба, мед. сестра амбулатории
Обновление информационного стенд по ВФСК ГТО	январь-февраль	руководитель школьного спортивного клуба, члены клуба
3. Внеурочная работа в школе (в соответствии с календарным планом)		
4. Участие в районных соревнованиях (в соответствии с календарным планом)		
5. Агитация и пропаганда здорового образа жизни:		
Конкурсы рисунков, учащихся 1-4 классов на тему «Мы любим спорт»	ноябрь	зам. директора по УВР, учитель ИЗО
Организация цикла бесед и лекций на классных часах по темам: «Утренняя гимнастика школьника», «Гигиена школьника», «Отказ от вредных привычек»	декабрь	классные руководители
6. Работа с родителями учащихся		
Здоровье наших детей - в наших делах (итоги медосмотра, анализ состояния здоровья учащихся)	в течение учебного года	мед. сестра амбулатории, классные руководители 1-10 классов
Тематические родительские собрания «Воспитание правильной осанки у детей», «Распорядок дня и двигательный режим школьника».	1 раз в четверть	мед. сестра амбулатории, классные руководители 1-10 классов
Проведение совместных экскурсий, походов (в течение года). Проведение спортивных мероприятий с участием родителей (в течение года).	1 раз в четверть	зам. директора по УВР, руководитель школьного спортивного клуба, члены клуба
Консультации, беседы для родителей	в течение учебного года	мед. сестра амбулатории, зам. директора по УВР, руководитель школьного спортивного клуба, члены клуба

**Мероприятия на 2021-2022 учебный год
по развитию Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1.	Челночный бег 3x10 м	1-4	сентябрь
2.	Бег на 30, 60, 100 м	1-4	сентябрь
3.	Бег на 1, 2, 3 км	1-4	сентябрь
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-4	сентябрь
5.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	1-4	октябрь
6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	1-4	октябрь
7.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1-4	октябрь
8.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	1-4	ноябрь
9.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами	1-4	ноябрь
10.	Бег на лыжах на 1, 2, 3, км	1-4	
11.	Стрельба из пневматической винтовки	3-4	февраль
12.	Метание теннисного мяча в цель	1	май
13.	Метание спортивного снаряда на дальность	2-4	май