



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Сушиновская СОШ»

Л.В. Коливашко

приказ от 30.08 2022 № 0-174

**План спортивно – массовых, физкультурно –
спортивных и социально – значимых
мероприятий
МБОУ «Сушиновская»
на 2022-2023 учебный год**

Цели:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.
2. Приобщение школьников к здоровому образу жизни.
3. Воспитание потребности и умения школьников самостоятельно заниматься физкультурой, использовать различные спортивные игры в организации своего отдыха.

Задачи:

1. реализация образовательных программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности;
2. вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом;
3. проведение школьных спортивно-массовых мероприятий и соревнований по направлениям;
4. формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни, навыков сохранения собственного здоровья;

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.

Мероприятия	Сроки	Ответственные
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:		
Обсуждение на общем собрании педагогического коллектива порядка проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах.	август	Администрация школы

Проведение бесед в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики, подвижных игр на переменах и физкультминуток.	сентябрь	Классные руководители 1-11 классов
Проведение физкультминуток на уроках.	Ежедневно	Учителя-предметники
Проведение бесед с учителями начальных классов по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня и проведению «Часа здоровья»	В течение года	Заместитель директора по воспитательной работе
2. Спортивная работа в классах и секциях:		
Проведение выборов классных физоргов, организующих команды для участия в соревнованиях.	сентябрь	Классные руководители 1-11 классов
Составление расписание занятий секций и кружков.	Сентябрь	Заместитель директора по воспитательной работе
Организация секций.	Сентябрь	Руководитель секции
Подготовка команд классов по видам спорта, включенным во внутришкольную спартакиаду	В течение учебного года	Руководитель школьного спортивного клуба.
Организация «Часов здоровья».	В течение учебного года	Классные руководители 1-11 классов
День здоровья	Сентябрь Май	Руководитель школьного спортивного клуба
3. Внеурочная работа в школе (в соответствии с календарным планом)		
4. Участие в районных соревнованиях (согласно районного плана спортивных соревнований)		
5. Агитация и пропаганда здорового образа жизни:		
Конкурсы рисунков, учащихся 1-4 классов на тему " Мы любим спорт"	Ноябрь	Классные руководители 1-11 классов
Организация цикла бесед и лекций на классных часах по темам: «Утренняя гимнастика школьника», «Гигиена школьника», «Отказ от вредных привычек».	В течение года	Классные руководители 1-11 классов
Размещение материалов о проведении классных и школьных мероприятий по ЗОЖ на сайте школы	Не реже 1 раза в месяц	Руководитель школьного спортивного клуба Классные руководители 1-11 классов
6. Работа с педагогическим коллективом и родителями учащихся		
«Здоровье наших детей - в наших делах»	Родительские собрания	Классные руководители 1-11 классов

Беседы-консультации для родителей «Воспитание правильной осанки у детей», «Распорядок дня и двигательный режим школьника».	1 раз в четверть	Классные руководители 1-11 классов
Обсуждение работы по вопросам здоровьесбережения на совещаниях	1 раз в месяц	Администрация школы
Проведение спортивных мероприятий с участием родителей (в течение года).	1 раз в четверть	Руководитель школьного спортивного клуба Классные руководители 1-11 классов

**Мероприятия на 2022-2023 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»**

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

**Календарный план спортивно - массовых мероприятий
на 2022 - 2023 учебный год**

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Спартакиада учащихся среди общеобразовательных учреждений района	В течение года (по плану)	Учитель физкультуры
Беседы, посвященные ЗОЖ	В течение года (по плану)	Учитель физкультуры
Организация работы спортивных секций	В течение года, по расписанию	Учитель физкультуры
Проведение осеннего кросса «День бегуна», 1-11 классы	сентябрь	Учитель физкультуры, кл.рук.
Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	сентябрь	Учитель физкультуры
Декада физкультуры и спорта	(по плану)	Учитель физкультуры, кл.рук., мед.раб.
Общешкольные соревнования по пионерболу 1-2; 3-5 классов.	октябрь	Учитель физкультуры, кл.рук.
Общешкольные соревнования по футболу 1-4; 5-8 классов.	октябрь	Учитель физкультуры, кл.рук.
Веселые старты «Мы веселые ребята» 1-4 класс	октябрь	Учитель физкультуры, кл.рук
Соревнования по настольному теннису для учащихся 5-10 классов	ноябрь	Учитель физкультуры, кл.рук
Школьный фестиваль «Все на сдачу ГТО»	(по плану)	Учитель физкультуры
Общешкольные соревнования по Волейболу 5-10 классов	декабрь	Учитель физкультуры, кл.рук
Соревнования по баскетболу для учащихся 5-10 классов	ноябрь- декабрь	Учитель физкультуры, кл.рук
Лыжные гонки для учащихся 1-11 классов	январь - февраль	Учитель физкультуры, кл.рук
Соревнования по биатлону посвященные дню защитника отечества	февраль	Учитель физкультуры, кл.рук
Турнир по волейболу среди девочек 7-8 класса	март	Учитель физкультуры, кл.рук
Соревнования по шашкам, шахматам 1-10 класс	апрель	Учитель физкультуры, кл.рук

Президентские состязания для учащихся 1-11 классов	(по плану)	Учитель физкультуры, кл.рук
Веселые старты «Букварь спорта» 1-4 классы	май	Учитель физ.культуры, кл.рук
Весенний кросс посвящённый «Дню победы»	май	Учитель физкультуры, кл.рук
Организация социально-значимой деятельности в летний период	июнь-август	Зам. Дирек. УВР, учитель физкультуры, кл.рук
Организация спортивно-массовой работы в лагере дневного пребывания детей	июнь	Зам. Дирек. УВР, начальник лагеря, учитель физкультуры, кл.рук

Расписание работы спортивных секций на 2022-2023 уч.г.

№	Название	График работы
1	Волейбол	Среда, пятница : 17.00-18.30
2	Баскетбол	Вторник, четверг, суббота : 16.00-17.30