



Утверждаю
Директор МБОУ
«СОШ № 19 с. Луганское»
Долбенчук Н.А.
«03 » сентября 2021 г.

**План спортивно-массовых,
физкультурно-спортивных и социально-значимых мероприятий
ШСК «Ермак» на 2021-2022 учебный год**

Цель:

1. Формирование сознательного отношения к здоровому образу жизни, во влечение школьников в систематический процесс занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

1. Формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни, навыков сохранения собственного здоровья.
2. Реализация образовательных программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности.
3. Организация различных форм активного спортивно-оздоровительного отдыха обучающихся.
4. Комплектование и подготовка команд обучающихся по различным видам спорта для участия в муниципальных и региональных соревнованиях.

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 семь 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	Зам. директора по ВР

Беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики, подвижных игр на переменных и физкультминуток.	сентябрь	Классные руководители 1-11 классов
Проведение подвижных игр и Занятий физическими упражнениями на больших переменных.	В течение года	Руководитель школьного спортивного клуба члены клуба
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 подвижных игр на больших переменных и организующих команды для участия в соревнованиях.	сентябрь	Руководитель школьного спортивного клуба.
Составить расписание занятий секций, тренировок команд.	сентябрь	Зам. директора по ВР Руководитель школьного спортивного клуба.
Организация секций.	сентябрь	Зам. директора по ВР учителя физической культуры.
Подготовка команд классов по видам спорта, включенным во Внутри школьную спартакиаду	В течение учебного года	Руководитель школьного спортивного клуба, учителя Физической культуры
Организация «Часов здоровья».	В течение учебного года	классные руководители 1-11 классов

Классные часы «Здоровый образ жизни».	В течение учебного года	Руководитель школьного спортивного клуба.
---------------------------------------	-------------------------	---

3. Внеурочная работа в школе (в соответствии с календарным планом)

4. Участие в муниципальных соревнованиях

Спортивный час.	Еженедельно	Руководитель школьного спортивного клуба, члены клуба
Физкультминутки во время выполнения домашних заданий	Ежедневно	

5. Агитация и пропаганда здорового образа жизни:

Акция «В здоровом теле – здоровый дух»	ежеквартально	Зам. директора по ВР Руководитель школьного спортивного клуба, члены клуба
Конкурсы рисунков, учащихся 1-4 классов на тему «Мы выбираем ЗОЖ»	Ноябрь	

Организация цикла бесед и лекций на классных часах по темам:		Классные руководители 1-11 классов
--	--	------------------------------------

«Утренняя гимнастика школьника»,

«Гигиена школьника», «Отказ от вредных привычек».

Оформление стендов «Олимпийский дневник России», «Интересное в мире спорта».	1 раз в полугодие	Руководитель школьного спортивного клуба, члены клуба
--	-------------------	---

6. Работа с родителями обучающихся

Здоровье наших детей - в наших делах (итоги медосмотра, анализ		Классные руководители
--	--	-----------------------

состояния здоровья учащихся).

Тематические родительские собрания	1 раз в полугодие	Классные руководители
------------------------------------	-------------------	-----------------------

«Воспитание правильной осанки у детей», «Распорядок дня и двигательный режим школьника».

Консультации, беседы для родителей

Проведение совместных экскурсий 1 раз в триместр
(в течение года).

Проведение спортивных
мероприятий с участием
родителей (в течение года).

Зам. директора по ВР
руководитель школьного
спортивного клуба,
Члены клуба

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

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