

## **Календарный план спортивно-массовых мероприятий школьного спортивного клуба на 2022-2023 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. проведение школьных спортивно-массовых мероприятий и соревнований по направлениям;
3. комплектование и подготовка команд учащихся для участия в муниципальных, республиканских соревнованиях;
4. пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
5. создание нормативно-правовой базы;
6. комплектование и подготовка учащихся к ВФСК «Готов к труду и обороне».

### **Организационная и методическая работа**

№	Мероприятия	Дата проведения	Ответственные
1	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня Разработать график проведения подвижных перемен и физкультминуток. Проведение физкультминуток, подвижных перемен.	сентябрь  в течение года	Руководитель ШСК, администрация школы  Кл. руководители, совет ШСК
2.	Подготовка физкультурно-спортивного актива Выбор Совета ШСК Утверждение плана работы школьного спортивного клуба. Осуществление работы школьного спортивного клуба.	сентябрь  в течение года	Руководитель ШСК,  Совет ШСК
3.	Спортивная работа в секциях Составить расписание секционных занятий. Осуществлять деятельность секционных занятий.	в течение года	Руководитель ШСК, Учителя физической культуры
4.	Организация работы по месту жительства учащихся Организация и помощь в оборудовании зимних и крытых площадок для спортивных занятий выходного дня для жителей города	в течение года	Руководитель ШСК, Совет ШСК

5.	Агитация и пропаганда Обновить стенд физической культуры. Обновление уголка для грамот, призов. Оформить стенд «Спорт для всех и каждого»	сентябрь в течение года	Руководитель ШСК, Совет ШСК
6.	Работа с родителями и педагогическом коллективом Лекции для родителей на темы: «Личная гигиена школьника»; «Распорядок дня школьника»; «Корректировка осанки у детей»; «Здоровый образ жизни». Консультации для родителей по вопросам организации физического воспитания в семье, методик закаливания и укрепления здоровья. Приглашать родителей на спортивные праздники. Помощь классным руководителям в организации спортивных классных мероприятий	в течение года	Руководитель ШСК, мед.работник, классные руководители
7.	Внеурочная деятельность. Организация и проведение спортивно-массовых школьных мероприятий согласно плану школы. Участие в городских соревнованиях. мероприятиях.	в течение года	Руководитель ШСК, Совет ШСК

**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	1-4	сентябрь
2	Бег на 30, 60, 100 м	1-4	сентябрь
3	Бег на 1, 2 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 на полу	1-4	ноябрь

10	Плавание на 25, 50 м	1-4	февраль
11	Бег на лыжах на 1, 2, 3, км	1-4	февраль
12	Стрельба из пневматической винтовки	3-4	февраль
13	Метание теннисного мяча в цель	1	май
14	Метание спортивного снаряда на дальность	2-4	май

**План  
физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий  
на 2022 – 2023 учебный год**

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Спартакиада учащихся	В течение года (по плану)	Учителя физ.культуры
Организация работы спортивных секций	В течение года, по расписанию	Педагоги ДО
Общешкольные соревнования по легкой атлетике среди 2-11 классов	сентябрь	Учителя физ.культуры
Декада физкультуры и спорта	(по плану)	Учителя физ.культуры
Соревнования по баскетболу для учащихся 5-9 классов	ноябрь-декабрь	Учителя физ.культуры
Веселые старты с элементами баскетбола среди 1-4 классов	декабрь	Учителя физ.культуры
Общешкольные соревнования по Волейболу среди 9-11 классов	январь-февраль	Учителя физ.культуры
Лыжный кросс для учащихся 8-11 классов	февраль	Учителя физ.культуры
Игра пионербол среди учащихся 1-4 классов	март	Учителя физ.культуры
Общешкольные соревнования по бадминтону среди 5-9 классов	март	Учителя физ.культуры
Общешкольные соревнования по шахматам и шашкам среди 1-9 классов	апрель	Учителя физ.культуры
Общешкольные соревнования по мини футболу среди 5-9 классов	апрель -май	Учителя физ.культуры
Весенний кросс «В здоровом теле здоровый дух». 1-9 классов.	май	Учителя физ.культуры
Организация социально-значимой деятельности в летний период	июнь-август	Учителя физ.культуры
Организация спортивно-массовой работы в лагере дневного пребывания детей	июнь	Учителя физ.культуры



Директор гимназии:

Тумановская О.М.