

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение основная
общеобразовательная школа д.Четай
Кильмезского района Кировской области**

Утверждаю:

Председатель ШСК

Салахутдинов Р.Р.

«31» августа 2022г.

ПЛАН

**физкультурно-массовой и физкультурно-
оздоровительной работы в школьном спортивном клубе
МКОУ ООШ д.Четай
Кильмезского района Кировской области
в 2022-2023 учебном году**

Четай
2022

1. Организационная работа

Мероприятия	Сроки	Ответственные	Дата выполнения
Работа с классными руководителями по внедрению комплекса ВФСК ГТО в образовательных организациях. Выборы физоргов в школе	до 10.09	Классные руководители	
Утверждение плана-графика выполнения испытаний комплекса ВФСК ГТО обучающимися в образовательной организации	до 15.09	Учитель физической культуры	
План-график выполнения испытаний комплекса ВФСК ГТО обучающимися школы	до 15.09	Учитель физической культуры	
Составление и утверждение календаря спортивно-массовых мероприятий на год в клубе	до 15.09	Классные руководители, учитель физической культуры	
Инструктаж с классными руководителями по планированию и проведению спортивно-массовой работы в классах	перед мероприятиями	Учитель физической культуры	
Проведение инструктажа физоргов и судей по спорту перед соревнованиями и спортивными мероприятиями	перед мероприятиями	Учитель физической культуры	
Приобщение классных руководителей, учителей, родителей к подготовке и проведению спортивных мероприятий	в течение года	Учитель физической культуры	
Организация и проведение спортивного конкурса «Самый спортивный класс»	в течение года	Председатель ШСК	

Организация и проведение спортивного конкурса «Лучший спортсмен школы»	в течение года	Председатель ШСК	
Составление расписания и организация занятий спортивных секций по видам спорта	в течение года	Председатель ШСК	
Поддержка связи с социумом	в течение года	Учитель физической культуры	

План-график выполнения испытаний комплекса ВФСК ГТО обучающимися в МКОУ ООШ д.Четай в 2023 учебном году

№	Сроки выполнения норматива	Наименование выполняемого норматива		База сдачи нормативов	Примечание
		юноши	девушки		
Январь, Февраль					
1	11.01.2023 - 23.01.2023	Формирование списков обучающихся, выполняемых нормативах обучающимися в январе		Общеобразовательные организации	Для детей 4-5 ступени
2	18.01.2023 - 23.01.2023	Поднимание туловища из положения лежа на спине (колво раз)		Базовые общеобразовательные организации	
3	25.01.2023 - 29.01.2023	Отчет о результатах выполненных нормативах обучающимися в январе		Общеобразовательные организации	Оператору муниципальному
4	01.02.2023 - 05.02.2023	Формирование списков обучающихся, выполняемых нормативов учащимися в январе. Распределение по базовым общеобразовательным организациям		Общеобразовательные организации	
5	08.02.2023 - 19.02.2023	Бег на лыжах на 3 км (мин.сек.) или на 5км (мин. сек).	Бег на лыжах на 3 км	Базовые общеобразовательные организации	Для детей 4-5 ступени
6		Отчет о результатах выполненных нормативах учащимися в феврале		Общеобразовательные организации	Муниципальный оператор

2. Двигательная активность в режиме учебного дня

Рекомендации к недельному двигательному режиму к выполнению ВФСК ГТО (не менее 10 часов).

№ п/п	Виды двигательной деятельности	Временной объем в неделю, не менее (мин)
1.	Утренняя гимнастика	140
2.	Обязательные учебные занятия в образовательных организациях	135
3.	Виды двигательной деятельности в процессе учебного дня	75
4.	Самостоятельные занятия физической культурой, в том числе спортивными играми, другими видами двигательной деятельности	120
В каникулярное время ежедневный двигательный режим должен составлять не менее 4 часов		

3. Агитация и пропаганда физической культуры и спорта

Мероприятия	Сроки	Ответственные	Дата выполнения
Рекомендовать классным руководителям включать в тематику классных часов, родительских собраний беседы по ВФСК ГТО, ЗОЖ, гигиене, физкультуре и спорту	до 1.09	председатель ШСК	
Планировать на классные часы и внеурочное время прогулки на лыжах, выход на природу, туристические походы и т.д.	до 1.09	председатель ШСК	
Оформить стенд по предмету «Физическая культура» с информацией по ВФСК ГТО, в классных уголках отобразить тематику ВФСК ГТО, ЗОЖ	до 15.09	учитель физической культуры, классные руководители	
На сайте образовательной организации отображать информацию о выполнении ВФСК ГТО	в течение года	системный администратор	
Информация в мире спорта	в течение года	учитель физической культуры, классные руководители	
Участие сборной команды школы в районных, городских соревнованиях, спартакиадах	в течение года	учитель физической культуры,	
Подведение итогов спортивно-массовой работы за год (конкурсов «Самый спортивный класс» и «Лучший спортсмен школы» ит.д.)	апрель	председатель ШСК	
Награждения, поощрения отличившихся обучающихся и классных руководителей	апрель	председатель ШСК	

4. Физкультурно-оздоровительные и физкультурно-массовые мероприятия

Согласовано:

Председатель ШСК

_____ / _____

«__» _____ 20__ г.

Директор

Утверждаю:

_____ / _____

«__» _____ 20__ г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Спартакиады учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения основной общеобразовательной школы д.Четай Кильмезского района Кировской области в 2022-2023 учебном году

1. Цели и задачи спартакиады:

- Пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни среди учащихся МКОУ ООШ д.Четай;
- Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- Мотивация учащихся к регулярным занятиям физическими упражнениями.

2. Время и место проведения.

Соревнования проводятся на территории школы, в спортивном зале с 15 сентября по 20 мая текущего учебного года.

24 сентября - «Осенний кросс»;

28 сентября – «Осенняя эстафета»;

12 ноября – «Веселые старты»;

20-22 ноября – «Чудо-шашки»;

22 декабря – «Лыжные эстафеты»;

28 января – «Юный лыжник»;

25 февраля «Быстрая лыжня»;

Февраль – «Лыжня России- 2022»;

13-18 марта – Баскетбол;

17-22 апреля – Волейбол;

03-08 апреля – «неделя Здоровья» посвященная Всемирному «Дню здоровья»;

28 апреля – «День прыгуна»;

08 мая – Легкоатлетические эстафеты»;
1раз в триместр – «Дни здоровья».

3. Участники соревнований, условия проведения.

Соревнования лично-командные. В соревнованиях участвуют учащиеся 1- 9 классов. Состав команды комплектуется в соответствии с Положением о проведении соревнований по видам спорта.

4. Руководство соревнованиями.

Общее руководство соревнованиями осуществляют Совет школьного клуба, учитель физической культуры. Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию, утвержденную учителями школы.

5. Определение победителей.

Команда–победительница определяется в соответствии с Положениями по видам спорта.

6. Награждение.

Команды, занявшие 1, 2 и 3 места, награждаются дипломами соответствующих степеней. Победители в личном и командном зачёте награждаются грамотами соответствующих степеней и призами.

Согласовано:

Председатель ШСК

_____/_____
«__» _____ 20__ г.

Директор

Утверждаю:

_____/_____
«__» _____ 20__ г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о первенстве школы по лёгкой атлетике

1. Цели и задачи соревнований.

- соревнования проводятся с целью популяризации легкой атлетики в школе и выявления лучших бегунов для комплектования сборной команды на районные и городские соревнования;
- укрепления здоровья у учащихся;
- воспитания устойчивого интереса у учащихся к занятиям лёгкой атлетикой;
- совершенствование секционной спортивно-массовой работы в школе.

2. Время и место проведения.

Соревнования проводятся на школьном стадионе и спортивном зале с 15 сентября по 20 мая текущего учебного года:

24 сентября – «Осенний кросс»

12 ноября – «Веселые старты»

8 апреля – «День прыгуна»

9 мая – «Легкоатлетические эстафеты»

Май - «Кросс наций – 2016»

3. Участники соревнований, условия проведения.

Соревнования лично-командные. В соревнованиях участвуют учащиеся с 1 по 9 классы. Состав команды комплектуется из учащихся.

4. Руководство соревнованиями.

Общее руководство соревнованиями осуществляют Совет школьного коллектива физической культуры и учителя физической культуры. В Совет школы входят все физорги классов. Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию, утверждённую учителями физкультуры.

5. Определение победителей.

Победители и призёры соревнований награждаются как в личном, так и в командном зачёте. Команда-победительница определяется по наибольшему количеству очков. В случае равенства очков двух команд, командам даётся одинаковое место.

6. Награждение победителей.

Команды, занявшие 1,2 и 3-е места, награждаются дипломами соответствующих степеней, а игроки этих команд - призами. Победители в личном зачете награждаются грамотами соответствующих степеней и ценными призами.