

УТВЕРЖДАЮ

Директор

« 6 » сентября 2022 г.



**ПЛАН**  
**спортивно – массовой и физкультурно - оздоровительной работы клуба**  
**здоровья «Сибиряк» на 2022-2023 учебный год.**

**Цель:** организация и совершенствование спортивно-массовой работы в школе, пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья обучающихся, повышение их работоспособности.

**Задачи:**

- проведение массовых физкультурно - оздоровительных и спортивных мероприятий.
- развитие системы здоровьесберегающих и оздоровительных методик.
- укрепление здоровья учащихся, содействие физического развития школьника, а также профилактика наиболее распространённых заболеваний.
- воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью.
- привлечение учащихся школы к сдаче Всероссийского комплекса ГТО;

№ п/п	Содержание мероприятий	Срок выполнения	Ответственные за выполнения
1	2	3	4
<b>1. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b> <b>В РЕЖИМЕ УЧЕБНОГО ДНЯ</b>			
1.	Проведение бесед о режиме дня школьника, значении физкультурно-оздоровительных мероприятий для укрепления здоровья учащихся и др.	В течение года.	Классные руководители.
2.	Проведение гимнастики до занятий, подвижных перемен,	В течение	Классные

	физкультминуток, ежедневно.	года	руководители
3.	Разучивание на уроках физкультуры комплексов упражнений утренней гимнастики и гимнастики до занятий.	В течение года	Учитель физкультуры.
<b>II. УЧЕБНАЯ РАБОТА</b>			
1.	Планирование прохождения учебного материала на учебный год, составление и корректировка рабочих программ по физической культуре.	до 30.08. и до начала каждой четверти	Учитель физкультуры
2.	Распределение учащихся по медицинским группам. Составление списка учащихся, заполнение паспортов здоровья.	до 15.09.	Мед. работник. учитель физкультуры
3.	Проведение мониторинга уровня физической подготовленности учащихся 1-11 классов	сентябрь, май	Учитель физкультуры
4.	Анализ динамики роста показателей физической подготовленности и проведение индивидуальной работы с учащимися	В течение года	Учитель физкультуры
5.	Проведение контрольных испытаний по тестам для определения уровня физической подготовленности школьников	сентябрь, май	Учитель физкультуры
6.	Проведение работы со способными детьми для подготовки и участия в олимпиадах, конкурсах, соревнованиях	В течение года	Учитель физкультуры
7.	Подготовка к сдаче норм ГТО	В течение года	Учитель физкультуры
8.	Подготовка к Всероссийской Олимпиаде школьников по физической культуре	сентябрь	Учитель физкультуры
<b>III. ВНЕКЛАССНАЯ РАБОТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ</b>			
<b>а) организационная работа с физкультурным активом</b>			
1.	Выборы физоргов по проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий. -	до 05.09.	учитель физкультуры, классные

			руководители
2.	Организация подготовки судей по спорту и инструкторов-общественников для проведения внешкольных соревнований и мероприятий	В течение года	учитель физкультуры

**б) физкультурно-спортивная работа в классах и секциях**

1.	Организация работы кружков и секций.	с 02.09	Зам директора по ВР, учитель физкультуры
2.	Составление расписание занятий кружков и спортивных секций.	с 02.09	Зам директора по ВР, учитель физкультуры

**IV. ОБЩЕШКОЛЬНЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫЕ СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ**

1.	День здоровья.	1 раз в четверть	Зам директора по ВР, Учитель физкультуры
2.	Всероссийский День бега	сентябрь	Зам директора по ВР, учитель физкультуры, классные руководители
3.	Президентские состязания «Стартуют все!»	Согласно календарю	Учитель физкультуры
4.	Участие в социально - значимых акциях «Спорт альтернатива пагубным привычкам», « Я выбираю спорт».	Сентябрь, октябрь	Учитель физкультуры, классные руководители
5.	Акция «День здоровых дел», посвященная Всемирному Дню здоровья	апрель	Учитель физкультуры
6.	Соревнования « Баскетбольные эстафеты»	октябрь	Учитель физкультуры
7.	Соревнования «Мы выбираем ГТО!»	май	Учитель физкультуры

8.	Гимнастическая полоса препятствий	декабрь	Учитель физкультуры
9.	Соревнования «Зимние забавы»	декабрь	Учитель физкультуры
10.	Соревнования «Профессия Родину защищать», посвящённые Дню Защитника Отечества.	февраль	Учитель физкультуры, ОБ Ж
11.	Соревнования по лыжным гонкам.	январь	Учитель физкультуры
12.	Соревнования по настольному теннису.	март	Учитель физкультуры
13.	Соревнование по мини- футболу.	апрель	Учитель физкультуры
14.	Соревнование по Пионерболу	октябрь	Учитель физкультуры
15.	Соревнования по шашкам, шахматам.	ноябрь	Учитель физкультуры
16.	Соревнования «Реет гордо флаг Победы»	май	Учитель физкультуры
<b>V. АГИТАЦИОННО-ПРОПАГАНДИСТСКАЯ РАБОТА</b>			
1.	Оформление информационного стенда по физической культуре.	до 20.10.	Учитель физкультуры
2.	Выпуск информационный бюллетеня спортивных событий школы.	В течение года	Учитель физкультуры
3.	Оформление информационного стенда по профилактики простудных заболеваний, гриппа.	В течение года	Учитель физкультуры, мед. работник.
4.	Подготовка информационного материала для школьного сайта.	В течение года	Учитель физкультуры, информатики.
<b>VI. УКРЕПЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ БАЗЫ ШКОЛЫ</b>			
1.	Подготовка спортивных сооружений к началу учебного года.	до 20.08	Зам. директора, учителя физкультуры

2.	Приобретение спортивного инвентаря	По заявке	Директор
3.	Проведение текущего ремонта спортивного и инвентаря.	Постоянно	Учителя физкультуры
4.	Пополнение методического кабинета учителей физической культуры дидактическим материалом (учебными карточками и плакатами, литературой и т.д.).	В течение года	Учителя физкультуры

#### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

Бревно гимнастическое 1  
 Конь гимнастический 1  
 Маты гимнастические 8  
 Канат 1  
 Мостик гимнастический 2  
 Сетка волейбольная 1  
 Мостик гимнастический, подкидной 2  
 Кольца гимнастические 2  
 Бревно гимнастическое напольное 1  
 Обруч 10  
 Скакалки 15  
 Гимнастическая скамейка 4  
 Мячи различные 10  
 Стенка шведская 6  
 Коврик гимнастический 4  
 Баскетбольные щиты 2  
 Лыжные палки 10  
 Лыжи 10  
 Лыжные ботинки 12  
 Стол для настольного тенниса 2