муниципальное общеобразовательное учреждение
Шурскольская средняя общеобразовательная школа

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ВР
_____Иванова О.К.

УТВЕРЖДЕН
Приказ №_30/4 од
От «_14.09_»_2021_г

Директор школы _____/Матвейчук /Н.П./

ПЛАН

Физкультурно-массовых и спортивных мероприятий
ШСК «АДРЕНАЛИН»

на 2021-2022 учебный год

Цель:
1. Совершенствование процесса физического воспитания и пропаганды здорового образа жизни.
2. Формирование навыков и развития мотивации учащихся к выбору здорового образа жизни.
Задачи:
1. Создать в школе условия, содействующие сохранению и укреплению физического и психического здоровья обучающихся средствами физической культуры и спорта.
2. Обеспечить взаимодействие учебного и внеурочного процессов физического воспитания для освоения ценностей культуры, удовлетворения потребностей обучающихся в занятиях физической культурой, спортом и туризмом.
3.Воспитание потребности и умения школьников самостоятельно заниматься физической культурой, использовать различные спортивные игры в организации своего отдыха

Организационная работа

№	мероприятия	Срок проведения	ответственный
1	*Провести в классах выборы физоргов, капитанов команд*	До 10.09	*Классные руководители*
2	*Обсудить и утвердить план работы коллектива и спортивно-массовых мероприятий на учебный год*	До 10.09	*Совет физкультуры школы*
3	*Провести запись желающих заниматься в доп. образовании*	До 10.09	*Маслов М.А.* *Хомутов И.А.* *Петрова Н.Ю.* *Иванова О.К.* *Селетков В.П.*
4	*Проводить инструктаж судей, помощников судей физоргов, по организации и проведению соревнований.*	За 3 дня до соревнований	*Хомутов И.А.* *Маслов М.А.*
5	*Проводить заседание совета физкультуры.*	Один раз в четверть	*Маслов М.А.*
6	*Оформление спортивных стендов.*	Один раз в четверть	*Маслов М А.*

Физкультурно-массовая и спортивная работа внутри школы.

1	*Составить расписание работы секций* • *Футбол* • *Лыжные гонки* • *Туризм*	До 15.09	*Маслов М.А.* *Петрова Н.Ю.* *Селетков В.П.* *Хомутов И.А.* *Иванова О.К.* *Маслов М.А.*
2	*Принять участие в школьных, муниципальных и региональных спортивных мероприятиях*	Сентябрь-июнь	*Маслов М.А.* *Хомутов И.А.* *Иванова О.К.*
3	*Провести спартакиаду школы среди учащихся по следующим параллелям: 1-2 кл; 3-4 кл; 5-6 кл; 7-8 кл; 9-11 кл.* *По следующим видам спорта; «ВФСК ГТО», Мини-футбол, шашки-шахматы, лыжные гонки, биатлон, теннис, баскетбол, волейбол-пионербол, «День здоровья», л/а эстафета, Лапта.*	Согласно календарного плана	*Маслов М.А.* *Хомутов И.А.* *11 класс*

Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом

1	*Ознакомить родителей с требованиями комплексной программы 1-11 классов, правилами включения физкультурно-массовых мероприятий в режим школьного дня. О работе спортивных секций.*	*На родительских собраниях*	*Маслов М.А.* *Хомутов И.А.*
2	*Провести лекции для родителей и детей на темы: «Личная гигиена школьника», «Распорядок дня и двигательный режим школьника», «Личная гигиена при занятиях физическими упражнениями», «Воспитание правильной осанки у детей».*	*В течение года*	*Маслов М.А.* *Хомутов И.А.* *Классные руководители*
3	*Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливания и укрепления их здоровья.*	*На родительских собраниях*	*Учителя физической культуры* *Медицинский работник*
4	*Приглашать родителей на спортивные мероприятия.*	*Согласно календарного плана*	*Учителя физической культуры*
5	*Проведение спортивных праздников вместе с родителями. Лекции для родителей*	*Согласно календарного плана*	*Маслов М.А.* *Хомутов И.А.*
6	*Вовлечение учителей в участие в спортивных мероприятиях и занятием избранным видом спорта*	*В течение года*	*Учителя физической культуры*

Физкультурно-массовые мероприятия в режиме дня школьника

1	*Обсудить порядок проведения физкультминуток на уроках, подвижных игр на переменах.*	До 09.09	*Классные руководители* *Смирнова А.Л.*
2	*Провести семинар для преподавателей ГПД по вопросам организации спортивного часа, физкультминуток во время выполнения домашнего задания.*	До 01.10	*Хомутов И.А* *Маслов М.А.*
3	*Проводить подвижные игры на переменах.*	С 09.09	*Волонтёры* *Смирнова А.Л.*

Хозяйственная работа по созданию и укреплению спортивной базы.

1	*Укомплектовать школьную спортивную базу необходимым инвентарём.*	*В течение всего года*	*Директор школы* *Учителя физической культуры*
2	*Разработать и ознакомить учащихся с правилами пользования и хранения спортивного инвентаря.*	До 15.09	*Учителя физической культуры*
3	*Провести текущий ремонт спортивного и туристического инвентаря.*	*В течение всего года*	*Учителя технологии* *Учителя физической культуры*

ПОЛОЖЕНИЕ

О проведении спортивных мероприятий ШСК «АДРЕНАЛИН»

Спартакиада школьников проводиться с целью:

- *Укрепления здоровья учащихся*
- *Привлечение всех учащихся к занятиям физической культурой и спортом*
- *Повышение спортивного мастерства*
- *Подготовки сборных команд для участия в районных и областных соревнованиях*

Порядок проведения спартакиады

Участники соревнований:

- *В соревнования участвует весь класс, кроме освобождённых по состоянию здоровья;*
- *В игровых видах спорта участвует сборная команда класса (мальчиков и девочек)*

Руководство

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляется советом физкультуры, Заместителем директора по воспитательной работе. Непосредственное проведение соревнований осуществляется судейской коллегией.

Определение победителей

Общекомандное место по программе спартакиады определяется о наименьшей сумме мест, по всем видам соревнований. Победители в личном первенстве определяются по показанному результату. Результат команды определяется согласно положению по видам спорта.

Награждение

За 1 место в общем зачёте спартакиады команды награждаются кубком и грамотами.
За 1, 2, 3 место в каждом виде спорта команды и призёры в личном зачёте награждаются призами и грамотами.

Виды спартакиад

«ВФСК ГТО»

В соревнованиях участвует весь класс, кроме освобождённых. Победитель определяется по таблице.
Участники соревнуются по 4 видам: спринт(30, 60м), прыжок в длину с разбега, прыжки через длинную скакалку, кросс 500м (для всех).

Шашки

Участвует команда из 6 человек(3м + 3д), играют по круговой системе. За победу даётся 2 очка; ничья 1очко; поражение 0 очков. Команда победитель определяется по сумме набранных очков.

Шахматы

Участвует команда из 3 человек(2м+1д). Команды играют по круговой системе, победитель определяется по сумме набранных очков. Партия длится 30 минут (за победу 2очка; ничья 1 очко; поражение 0 очков).

Мини-футбол

Участвует сборная команда класса, состав команды 6 человек(3 в поле+3 запасных). Время игры 2 тайма по15 минут (количество замен не ограничено). Игра идёт по правилам мини-футбола. Победитель определяется по сумме набранных очков (победа-3 очка; ничья-1 очко; поражение-0 очков)

Баскетбол

Состав команды 4 человека+3 запасных. Игры проводятся по круговой системе, время игры 2 тайма по 10 минут. Победитель определяется по сумме набранных очков (победа-3 очка; ничья-1 очко; поражение-0 очков)

Волейбол-Пионербол

В соревнованиях принимает участие сборная команда класса (М+Д). Состав команды 6 в поле +4 запасных. Играют по круговой системе. Победитель определяется по сумме набранных очков (победа-3 очка; ничья-1 очко; поражение-0 очков)

Лыжные гонки

Участвует команда 3м+3д, в зачёт идут все результаты команды.

Победитель в личном зачёте определяется по лучшему времени. Общекомандное место определяется по наименьшей сумме времени всех участников команды. Дистанции для всех участников согласно школьной программе.

«День здоровья»

Участвует весь класс, кроме освобождённых по состоянию здоровья. Победитель определяется по лучшей сумме набранных баллов.

Весёлые старты

Участвует команда из 8 человек(4м+4д), победитель определяется по сумме мест.

Биатлон (Эстафета)

Состав команды 3 человека. Длина круга 500м+стрельба 5 выстрелов+500м. За каждый промах штрафной круг 50м.

Л/а эстафета

Состав эстафетной команды 10 человек(5м+5д), длина этапа-250 м. Стартует на 1 этапе девочка-2м-3д-4м и.т.д.

Лапта

Соревнования проводятся на спортивном стадионе школы. Участвует сборная команда класса, состав команды 7 человек.