

директор МАОУ «Гимназия № 161»



**План спортивно-массовых, физкультурно-спортивных и
социально-значимых мероприятий школьного спортивного клуба
«ОЛИМПик»
2026-2027 учебный год**

Цель:

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. вовлечение учащихся в систематические занятия физической культурой и спортом;
3. проведение школьных спортивно-массовых мероприятий и соревнований по направлениям;
4. комплектование и подготовка команд учащихся для участия в муниципальных, окружных и областных соревнованиях;
5. пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
6. создание нормативно-правовой базы;
7. комплектование и подготовка учащихся к ВФСК «Готов к труду и обороне».

№	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственный
Спортивно-массовые мероприятия			
1.	Турнир по футболу	сентябрь	Титов Ф.О.
2.	Олимпиада по физической культуре	Сентябрь-октябрь	Васькина Е.Н. Каржиманова Е.М. Титов Ф.О.
3.	Турнир по шахматам	сентябрь	Келеева Т.Н.
4.	Кэс-баскет	сентябрь	Каржиманова Е.М. Титов Ф.О.
5.	Проект «Футбол в школе»	В течение года	Каржиманова Е.М. Титов Ф.О.
6.	«День отца», «День матери» - спортивные эстафеты	ноябрь	Каржиманова Е.М. Титов Ф.О.
7.	Турнир по волейболу	октябрь	Каржиманова Е.М. Титов Ф.О.
8.	Спортивная игра «Зарница 2.0» 3-4 классы; Спортивная игра «Зарница 2.0» 6 классы; Спортивная игра «Зарница 2.0» 10-11 классы	Февраль-апрель	Васькина Е.Н. Каржиманова Е.М. Титов Ф.О.

9.	«Веселые старты» 1-4 классы	март	Васькина Е.Н. Каржиманова Е.М. Титов Ф.О.
10.	Первенство школы по футболу	апрель	Титов Ф.О.
11.	Первенство школы по плаванию 3-4 классы Президентские состязания	май	Васькина Е.Н. Васькина Е.Н. Каржиманова Е.М. Титов Ф.О.
Физкультурно-спортивные мероприятия			
12.	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня: Обсудить на педагогическом совете порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах, гимнастики перед занятиями.	август	Руководитель ШСК Васькина Е.Н.
13.	Провести беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения утренней гимнастики, подвижных игр на переменах и физкультминуток.	сентябрь, январь	Классные руководители
14.	Осенний кросс «Золотая осень»	октябрь	Учителя физической культуры
15.	Подвижные игры на переменах. Начальная школа.	ноябрь	Классные руководители. Физорги 10-11 классов.
16.	Зимний фестиваль ГТО	декабрь	Учителя физической культуры
17.	Классные часы «Здоровый образ жизни».	январь	Классные руководители
18.	«Лёд надежды нашей»	январь	Учителя физической культуры
19.	Лыжные эстафеты, «Лыжня России»	февраль	Учителя физической культуры
20.	Подвижные игры на переменах. Начальная школа.	март	Классные руководители. Физорги 10-11 классов.
21.	Сдача норм ГТО	апрель, май	Учителя физической культуры
Участие в районных соревнованиях			
22.	Соревнования по различным видам спорта	Сентябрь- май	Учителя физической культуры
23.	Всероссийская Олимпиада школьников по физкультуре.	ноябрь	Учителя физической культуры
24.	Легкоатлетическое многоборье	Сентябрь- май	Учителя физической культуры
25.	Спартакиада школьников	май	Учителя физической культуры
26.	Президентские состязания	май	Учителя физической культуры
Агитация и пропаганда здорового образа жизни			

1	Организация цикла бесед и лекций На классных часах «Утренняя гимнастика школьника», «Гигиена школьника», «Отказ от вредных привычек».	Сентябрь-декабрь	Классные руководители
2	Конкурсы рисунков, учащихся 1-4 классов на тему " Мы любим спорт".	январь- июнь	Учителя физкультуры, классные руководители
Занятия физическими упражнениями в группах продленного дня			
1	Спортивный час.	ежедневно	Воспитатель группы продленного дня
2	Физкультминутки во время выполнения домашних заданий	ежедневно	Воспитатель группы продленного дня
Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом			
1	Здоровье наших детей - в наших делах (итоги медосмотра, анализ состояния здоровья учащихся).	Сентябрь-май	Классные руководители
2	Тематические родительские собрания, лекции для родителей, темы: «Воспитание правильной осанки у детей», «Распорядок дня и двигательный режим школьника».	Сентябрь, Ноябрь, Январь, февраль	Классные руководители
3	Консультации, беседы для родителей.	Сентябрь-май	Учителя физкультуры
Хозяйственные мероприятия			
1	Текущий косметический ремонт спортзала.	Июль, август	Зам.директора по АХЧ
2	Слежение за правильным хранением спортивного инвентаря, ремонт спортивного инвентаря.	Сентябрь-июнь	Учителя физкультуры

**Мероприятия по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3х10 м	1	сентябрь
2	Бег на 30, 60, 100 м	2-3	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	Метание теннисного мяча в цель	1-2	май
12	Метание спортивного снаряда на дальность	3-5	май
13	Бег на лыжах на 1, 2, 3,5 км	1-5	март