**План**

**спортивно-оздоровительной работы**

**МКОУ «Ступинская СШ №14»**

**на 2022-2023 учебный год.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название мероприятия** | **Месяц проведения** | **Ответственные,**  **класс** |
| 1 | Проведение динамических пауз, физкультминутки на уроках, подвижные игры на свежем воздухе. | В течение года | Учителя начальных классов.  Совет физкультуры. |
| 2 | Выборы физоргов класса. | сентябрь | зам. директора по ВР |
| 3 | Составление расписания работы секционных  занятий. Распределение занятий в залах и на спортивных площадках. | сентябрь | зам. директора по ВР |
| 4 | Утренняя зарядка. | В течение года | Учитель физкультуры, дежурные учителя.  физорги 8-11кл. |
| 5 | Регулировка мебели, согласно антропометрическим данным, обучающихся. | Начало каждой учебной четверти. | зам. директора по ВР |
| 6 | Организация и запись обучающихся в спортивные секции в школе и в учреждения дополнительного образования (спортивные). | Сентябрь | Учитель физкультуры, зам. директора по ВР |
| 7 | Президентские состязания.  Президентские соревнования. | Сентябрь-октябрь | Учитель физкультуры, физорги 8-11кл.  зам. директора по ВР |
| 8 | «Праздник печеной картошки» -Спортивно-игровая программа. | Сентябрь-  Октябрь | Учитель физкультуры, классные руководители, 1-11 классы, учителя предметники.зам. директора по ВР., зам. директора по УВР. |
| 9 | «Бегом за здоровьем». Кросс – 500-1000 м. | Октябрь | Учитель физкультуры .  зам. директора по ВР |
| 10 | Подготовка и проведение школьного этапа Олимпиады по физкультуре. | Октябрь- | Учитель физкультуры.  зам. директора по УВР. |
| 11 | Сдача нормативов ГТО согласно графика. | Осенние и весенние сессии. | Учитель физкультуры.  зам. директора по ВР |
| 12 | Товарищеская встреча по волейболу среди учителей и обучающихся. | В конце каждой четверти. | Учитель физкультуры.  зам. директора по ВР |
| 13 | Весёлые старты «  Быстрые, смелые, умелые». | Ноябрь | Учитель физкультуры  зам. директора по ВР, 1 -4 кл. |
| 14 | Подготовка, участие обучающихся  в муниципальном этапе   « Всероссийской Олимпиады школьников». | Ноябрь | Учитель физкультуры, зам. директора по ВР, зам. директора по УВР. |
| 15 | Показательные выступления по гимнастике (вольная программа) | Ноябрь-декабрь | Учитель физкультуры, зам. директора по ВР , 3-11 классы. |
| 16 | Опасность гриппа и ОРВИ. Доклад «формирование норм и навыков здорового образа жизни». | декабрь | Учитель физкультуры, Участковый врач,  Библиотекарь. |
| 17 | Новогодние весёлые старты. | Декабрь | Учитель физкультуры,  7-11 классы  зам. директора по ВР, 1-4 кл. |
| 18 | Соревнования по волейболу и настольному теннису. | январь | Учитель физкультуры, зам. директора по ВР , 3-11 классы |
| 19 | «Бравые солдаты». С участием родителей. | Февраль. | Учитель физкультуры, зам. директора по ВР , 1-11 классы. |
| 20 | Военизированная эстафета. | Февраль | Учитель физкультуры, кл. руководители , 3-11 классы  зам. директора по ВР |
| 21 | Биатлон. Соревнования лыжников со стрельбой. | Февраль | Учитель физкультуры, ОБЖ, зам. директора по ВР  3-11 классы. |
| 22 | Общешкольный классный час: доклад «Методы оздоровления детей школьного возраста». | Март | Учитель физкультуры, классные руководители, библиотекарь. |
| 23 | Весёлые старты «Ура  девчонки» | Март | Учитель физкультуры, классные руководители.  1-11 класс. Зам. директора по ВР. |
| 24 | Соревнования по шахматам. | Апрель. | Учитель физкультуры. Зам. директора по ВР |
| 25 | Турнир по волейболу  между командами учителей и обучающихся. | Апрель. | Учитель физкультуры. Зам. директора по ВР |
| 26 | Соревнования по пионерболу. | Апрель. | Учитель физкультуры. Зам. директора по ВР. Классные руководители. |
| 27 | Велопробег «От обелиска к обелиску» Ступино-Тюртень . Ступино- Мечнянка. | Апрель | 3-11 класс Учитель физкультуры.зам. директора по ВР. |
| 28 | «День здоровья». Весенний легкоатлетический кросс. 500 – 1000 м. с. Ступино | Май | Учитель физкультуры, 1-11 классы. |
| 29 | Соревнования по лёгкой атлетике на личное первенство. Награждение победителей. | Май | Учитель физкультуры, 1-11 классы.Зам. директора по ВР. Классные руководители. |