

План
 физкультурно - оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий
 на 2023-2024 учебный год

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Спартакиада учащихся	В течении года (по плану)	ЗДВР, учитель физ. культуры
Организация работы спортивных секций	В течении года, по расписанию	ЗДВР, педагоги ДО
Общешкольное соревнования по лёгкой атлетике среди 1-9 классов	сентябрь	ЗДВР, учитель физ. культуры, кл. ру ^к .
Декада физкультуры и спорта	(по плану)	ЗДВР, учитель физ. культуры, кл. рук., мед. раб.
Общешкольные соревнования по настольному теннису 5-9 классов.	октябрь	ЗДВР, учитель физ. культуры, кл. рук.
Соревнования по баскетболу для учащихся 5-9 классов	ноябрь - декабрь	Учитель физ. культуры, кл. рук.
Весёлые старты с элементами баскетбола среди 1-4 классов	декабрь	Учитель физ. культуры, кл. рук.
Общешкольные соревнования по Волейболу среди 5-9 классов	январь - февраль	Учитель физ. культуры, кл. рук.
Лыжный кросс для учащихся 1-9 классов	февраль	Учитель физ. культуры, кл. рук.

Конкурс «Строя и песни»	февраль	Учитель физ. культуры, кл. рук.
Игра пионербол среди учащихся 1-4 классов	март	Учитель физ. культуры, кл. рук.
Общешкольные соревнования по бадминтону среди 5-9 классов	март	Учитель физ. культуры, кл. рук.
Общешкольные соревнования по шахматам и шашкам среди 1-9 классов	апрель	Учитель физ. культуры, кл. рук.
Общешкольные соревнования по мини футболу среди 5-9 классов	май	ЗДВР, учитель физ. культуры, кл. рук.
Весенний кросс «В здоровом теле здоровый дух» 1-9 классов.	май	Учитель физ. культуры, кл. рук.
Организация социально - значимой деятельности в летний период	июнь - август	ЗДВР, учитель физ. культуры, кл. рук.
Организация спортивно - массовой работы в лагере дневного пребывания детей	июнь	ЗДВР, учитель физ. культуры, кл. рук.

Мероприятия на 2023-2024 учебный год по внедрению Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3*10 м	1-4	Сентябрь
2	Бег на 30, 60, 100 м	1-4	Сентябрь
3	Бег на 1,2 км	1-4	Сентябрь
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-4	Сентябрь
5	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине	1-4	Сентябрь
6	Подтягивание из виса на высокой перекладине	1-4	Сентябрь
7	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	1-4	Октябрь
8	Поднимание туловища из положения лёжа на спине	1-4	Ноябрь
9	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	1-4	Ноябрь
10	Бег на лыжах на 1,2,3, км	1-4	Февраль
11	Метание теннисного мяча в цель	1	май
12	Метание спортивного снаряда на дальность	2-4	май