**Мероприятия на 2024-2025учебный год**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Нормативы | Ступени | Дата сдачи |
|  | Челночный бег 3х10 м | 1 | Сентябрь, октябрь |
|  | Бег на 30, 60, 100 м | 2-5 | Сентябрь,май |
|  | Бег на 1, 2 км | 1-5 | сентябрь |
|  | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | 1-5 | В течение года |
|  | Прыжок в длину с разбега | 2-5 | Сентябрь, май |
|  | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине | 1-5 | В течение года |
|  | Подтягивание из виса на высокой перекладине | 1-5 | В течение года |
|  | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. |  | В течение года |
|  | Поднимание туловища из положения лежа на спине | 1-5 | В течение года |
|  | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу | 1-5 | В течение года |
|  | Метание теннисного мяча в цель | 1-2 | Сентябрь , май |
|  | Метание спортивного снаряда на дальность | 3-5 | Сентябрь, май |
|  | Бег на лыжах на 1, 2, 3,5 км | 1-5 | Февраль, март |
|  | Стрельба из пневматической винтовки | 3-5 | Март, апрель |
|  | Туристический поход с проверкой туристических навыков | 3-5 | Сентябрь, май |

**План**

**физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий**

**на 2024 - 2025 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятия | Сроки | Ответственные |
| Спартакиада учащихся общеобразовательных учреждений Сургутского района | В течение года (по плану) | Учителя физкультуры |
| Классные часы, посвященные ЗОЖ | В течение года (по плану) | Педагог-организатор, медицинский работник школы |
| Организация работы спортивных секций | В течение года, по расписанию | Заместитель директора, педагоги ДО |
| Общешкольный кросс | Сентябрь, май | Заместитель директора, кл.руководители |
| Общешкольные соревнования по пионерболу 5-8 классов. | Ноябрь, апрель | Учителя физкультуры |
| Общешкольные соревнования по футболу 5-8, 9-11 классы. | Октябрь, апрель | Учителя физ.культуры, кл.рук. |
| Семейные старты «Мы веселые ребята» 1-4 класс | декабрь | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Соревнования по волейболу для учащихся 8-11 классов | Ноябрь, февраль | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Сдача норм ГТО | В течение года | Учителя физ.культуры, |
| Соревнования по баскетболу для учащихся 5-11 классов | декабрь - январь | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Соревнования по стритболу для учащихся 5-11 классов | март | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Соревнования по настольному теннису среди обучающихся 5-11 классов | Январь, февраль | Учителя физ.культуры |
|  |  |  |
| Лыжные гонки для учащихся 1-11 классов | март | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Лыжная эстафета 5- 11 классов | Февраль | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Спортивный праздник, посвящённый Дню Защитника Отечества | Февраль | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Соревнования по гиревому спорту | Апрель | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Губернаторские состязания для учащихся 1-11 классов | В течение года | Учителя физ.культуры, кл.рук |
| Организация социально-значимой деятельности в летний период | июнь-август | учителя физ.культуры, кл.рук |
| Организация спортивно-массовой работы в лагере дневного пребывания детей | июнь | начальник лагеря, учителя физ.культуры, кл.рук |