

Утверждаю

Директор школы: _____

Габдуллин А.С.

15 сентября 2015 года

План работы по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в МБОУ «Калмашская СОШ» на 2015-2016 учебный год

Цель работы:

- повышение массовости занятий школьниками физической культурой и спортом для вовлечения их в систематический процесс физического и спортивного совершенствования;

Задачи:

- вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом;
- проведение школьных спортивно-массовых мероприятий и соревнований;
- комплектование и подготовка команд обучающихся по различным видам спорта для участия в муниципальных и региональных соревнованиях;
- реализации образовательных программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности;

Организация различных форм активного спортивно-оздоровительного отдыха обучающихся;

- пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
- создание нормативно-правовой базы.

Направлен ие деятельнос ти	Содержание деятельности	Срок	Ответствен ные за исполнение
Планирован ие и	- составление и утверждение планов работы школы на 2015-	Август- сентябрь	

организаци я деятельност и	2016 уч. год (план работы по внедрению ВФСК ГТО, план спортивно - массовых мероприятий);	2015г.	
-------------------------------------	---	--------	--

Разработка, согласование программ дополнитель ного образования детей физкультурн о-спортивной направленнос ти	- анализ имеющихся программ; - выявление круга интересов учащихся ОУ;	В течение года	
Участие в конкурсах разного уровня - районных, региональны х, федеральных	- поиск интересных вариантов конкурсной деятельности; - подготовка к соревнованиям, состязаниям; - непосредственное участие в соревнованиях; - подведение итогов.	В теч. уч. года по плану учреждений , проводящи х конкурсы, и годовому плану ОУ	
Связь со школами района	- обмен информацией с другими ОУ, работающих в рамках физкультурно-спортивной направленности; - проведение совместных мероприятий.	В течение учебного года	Учителя физической культуры, п едагоги
Связь с администрат ивными учреждениям и района, осуществляю щими координацио нную функцию	- предоставление и согласование планов работы и отчетов о деятельности;	В течение учебного года по плану контролиру ющих учреждений	Ответственн ый за апробацию норм ГТО в школе
Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа			
Проведение	- подготовка спортивно-	В течение	Учителя

спортивных праздников, спортивных акций, смотров коллективов и др. спортивных мероприятий	массовых мероприятий (разработка сценариев и плана подготовки); - обеспечение участия учащихся в спортивно-массовых мероприятиях; - проведения мероприятия; - анализ мероприятия.	учебного года <i>Приложение 1</i>	физическо й культуры, педагоги
Проведение спортивных соревнований, спартакиад школьного уровня	- составление плана проведения спортивных соревнований; - комплектование команд для участия в спортивных соревнованиях; - работа с командами по подготовке к соревнованиям; - разработка графика соревнований команд; - проведение соревнований - подведение итогов.	В течение учебного года	Учителя физическо й культуры, педагоги
Календарь соревнований и Спартакиады школьников	- комплектование команд для участия в спортивных соревнованиях; - работа с командами по подготовке к соревнованиям; - участие в соревнованиях; - подведение итогов.	В течение учебного года <i>Приложение 3</i>	Учителя физическо й культуры, педагоги

Приложение 1.

№ п/п	Наименование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Участники	Сроки проведения
1	"Здравствуй школа" – утренняя гимнастика	1-11 классы	сентябрь-май
2	Всероссийский день бега "Кросс наций -	1-11 классы	26 сентября

	2015"		
3	Общешкольный день здоровья	1-11 классы	октябрь
4	Районная спартакиада работников общеобразовательных учреждений	преподаватели	ноябрь
5	Спортивно-оздоровительная акция "Спорт – залог здоровья"	9-11 классы преподаватели	декабрь
6	Малые Олимпийские игры	1-4 классы	январь
7	Месячник военно-патриотического воспитания	1-11 классы	февраль
8	Военно-спортивная игра "Зарница"	1-11 классы	февраль
9	"Мама, папа, я - здоровая семья"	1-4 классы	март
10	Всемирный день здоровья 2016	1-11 классы	7 апреля
11	Спортивно-развлекательное мероприятие "Здравствуй, лето!"	1-4 классы	июнь
12	День бегуна	1-11 классы	май
13	Безопасное колесо	2-8 кл	май
14	День призывника	9-11 кл.	май

Календарный план спортивных соревнований в школе

№ п/п	Наименование спортивных соревнований	Участники	Сроки проведения
1	Мини-футбол	3-11 кл	сентябрь
2	Футбол	5-11 кл	сентябрь
3	Легкоатлетический кросс	9-11 кл	сентябрь
4	Пионербол	2-7 кл	октябрь-май
5	Волейбол	8-9 кл	ноябрь
6	Настольный теннис	9-11 кл	ноябрь
7	Пулевая стрельба	9-11 кл.	декабрь
8	Шахматы	3-9 кл.	декабрь
9	Баскетбол	9-11 кл	январь
10	Шашки	2-9 кл	январь
11	Лыжные гонки	3-9 кл	февраль
12	Хоккей	5-11 кл	февраль
13	Легкая атлетика	3-11 кл	март
14	Дартс	1-4 кл	апрель
15	Футбол	9-11 кл	май

Приложение 3

График сдачи нормативов

Примерный календарь сдачи нормативов ВФСО (ГТО)

№	Нормативы	дата
1.	Челночный бег 3х10 м	сентябрь-октябрь
2.	Бег на 30, 60, 100 м	сентябрь-октябрь
3.	Бег на 1; 1,5; 2; 3 км	сентябрь-октябрь
4.	Смешанное передвижение	сентябрь-октябрь
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	сентябрь-октябрь
6.	Прыжок в длину с разбега	сентябрь-октябрь
7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	январь - февраль
8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	январь - февраль
9.	Рывок гири	январь - февраль
10.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	январь - февраль
11.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	январь - февраль
12.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или гимнастической скамье	апрель-май
13.	Метание теннисного мяча в цель	апрель-май
14.	Метание спортивного снаряда на дальность	апрель-май
15.	Плавание на 10, 15, 25, 50 м	сентябрь
16.	Бег на лыжах на 1, 2, 3, 5 км	январь - февраль
17.	Кросс по пересеченной местности на 1, 2, 3, 5 км	апрель-май
18.	Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия	январь - февраль
19.	Туристский поход с проверкой туристских навыков	апрель-май

