Утверждаю:

Директор МКОУ ООШ д. Лесниково

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.П.Верхорубова

**План мероприятий по внедрению комплекса ГТО в МКОУ ООШ д.Лесниково Советского района Кировской области**

**В 2016-2017учебном году**

**План организации физкультурно-оздоровительной  и спортивно-массовой работы в школе в 2016-2017 учебном году**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Дата проведения | Ответственные за выполнение |
| 1 | **Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:** |  |  |
| а) | обсудить на совещании при директоре порядок проведения гимнастики до занятий, физкультминуток, подвижных игр на переменах; | До 1 сентября | Администрация, учитель физической культуры |
| б) | назначить физоргов класса по проведению оздоровительных мероприятий в школе и провести для них инструктаж; | К 4 сентября | Администрация, учитель физической культуры |
| в) | провести беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения утренней гимнастики до занятий, подвижных игр на переменах и физкультминуток; | До 10 сентября | Классные руководители |
| г) | проводить общешкольную утреннюю гимнастику до занятий | Ежедневно   с 1 сентября в 7.45 | Физорги классов |
| д) | проводить физкультминутки на уроках в 1-9 классах. | Ежедневно | Учителя - предметники |
| 2 | **Внеурочная работа в школе:** |  |  |
| а | Спортивный праздник, посвящённый началу учебного года; | 3 сентября | Учитель физической культуры |
| б | Соревнования по лёгкой атлетике; | сентябрь  май | Классные руководители, учитель физической культуры |
| в | Работа спортивных кружков и секций | По плану | Учитель физической культуры |
| г | Дни здоровья ( приложение № 1); | В течение учебного года | Классные руководители, учитель физической культуры |
| д | Сдача комплекса ГТО (приложение №2) | В течение учебного года | Классные руководители, учитель физической культуры |
| е | Спортивные мероприятия в дни каникул; | Согласно календарю | Классные руководители, учитель физической культуры |
| ж | Участие в районной спартакиаде и соревнованиях по видам спорта; | Согласно календарю | Администрация, учитель физической культуры |
| з | Военизированные игры «Зарничка», «Зарница» | февраль | учителя физической культуры и ОБЖ |
|  |  |  |  |
| 3 | **Агитация и пропаганда** |  |  |
| а) | Оформить стенд «Комплекс ГТО в жизнь!» | Сентябрь-октябрь | Учитель физической культуры |
| б) | Выкладывать на Сайт школы заметки о спортивных событиях в школе; | В течение учебного года | Учитель физической культуры |
| 5 | **Подготовка физкультурно-спортивного актива:** |  |  |
| а) | Провести учёбу с физоргами из числа учащихся 7-9 классов; | Сентябрь | Учитель физ.     культуры |
| 6 | **Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом:** |  |  |
| а) | Лекции для родителей на темы:  «Личная гигиена школьника»,  «Распорядок дня и двигательный режим школьника», «Воспитание правильной осанки у детей»; | Октябрь  Апрель | Медработник  Классные рук. |
| б) | Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливания и укрепления их здоровья; | 15 числа каждого месяца (в течение дня) | Учитель физической культуры |
| в) | Приглашать родителей на спортивные праздники, «дни здоровья», соревнования, туристические походы, слёты. | В течение года | Классные руководители |

**План сдачи норм ГТО в МКОУ ООШ д.Лесниково Советского района Кировской области в 2016-2017 учебном году**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Виды испытаний | Время | Ответственные |
| 1 | -Челночный бег  -Бег на 30, 60,100м  - Смешанное передвижение  -Прыжок в длину с места | сентябрь | Учитель физической культуры |
| 2 | -Подтягивание из виса на низкой перекладине  -Подтягивание из виса на высокой перекладине  -Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу  - Поднимание туловища из положения лёжа  -Наклон вперёд из положения стоя | октябрь | Учитель физической культуры |
| 3 | -Бег на лыжах 1, 2, 3, 4, 5км | февраль | Учитель физической культуры |
| 4 | -Бег на 2 км, 3 км;  -Прыжок в длину с разбега (см)  -Подтягивание из виса на высокой перекладине  - Поднимание туловища из положения лежа | апрель | Учитель физической культуры |
| 5 | -Метание теннисного мяча в цель  - Метание спортивного снаряда на дальность  \_ Кросс по пересечённой местности | май | Учитель физической культуры |

**График проведения «дней здоровья »  в 2016-2017 учебном году**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки проведения | Ответственные |
| 1 | Подвижные игры (1-4) классы на свежем воздухе | В течение учебного года | учитель физической культуры |
| 2 | Походы по родному краю | В разное время года (осень, зима, весна, лето) | Классные руководители,  учитель физической культуры |
| 3 | Соревнования «Зимние забавы» | Январь | Классные руководители,  учитель физической культуры |
| 4 | Русские народные игры на свежем воздухе | Март | Классные руководители,  учитель физической культуры |
| 5  6. | Туристический слёт  Прогулка под девизом «Дайте кружку кислорода» | Сентябрь,  Май  март | Классные руководители,  учитель физической культуры |