

**План
физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий
на 2021 – 2022 учебный год**

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Спартакиада учащихся	В течение года (по плану)	Зам.директора по ВР., учитель физ.культуры
Организация работы спортивных секций	В течение года, по расписанию	Учитель физ.культуры
Общешкольные соревнования по легкой атлетике среди 1-9 классов	сентябрь	Зам.директора по ВР, учитель физ.культуры, кл.руководители
Декада физкультуры и спорта	(по плану)	Зам.директора по ВР., учитель физ.культуры, кл.руководители, мед.работник
Соревнования по настольному теннису 5- 9 классов.	октябрь	Учитель физ.культуры, кл.руководители
Соревнования по баскетболу для учащихся 5-9 классов	ноябрь-декабрь	Учитель физ.культуры, кл.руководители
Веселые старты с элементами баскетбола среди 1-4 классов	декабрь	Учитель физ.культуры, кл.руководители
Лыжный кросс для учащихся 2-9 классов	февраль	Учитель физ.культуры, кл.руководители
Конкурс «Строя и песни»	февраль	Учитель физ.культуры, кл.руководители
Весенний кросс «В здоровом теле здоровый дух» для 1-9 классов.	май	Учитель физ.культуры, кл.руководители
Организация социально-значимой деятельности в летний период	июнь-август	Зам.директора по ВР, учитель физ.культуры, кл.руководители
Организация спортивно-массовой работы на досуговой площадке	июнь	Зам.директора по ВР, учитель физ.культуры, кл.руководители

**Мероприятия на 2021-2022 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3x10 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 вися лежа на низкой перекладине	1-4	октябрь
6	Подтягивание из вися на высокой перекладине	1-4	октябрь
7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1-4	октябрь
8	Поднимание туловища из положения лежа на спине	1-4	ноябрь
9	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	1-4	ноябрь
10	Плавание на 25, 50 м	1-4	февраль
11	Бег на лыжах на 1, 2, 3, км	1-4	февраль
12	Стрельба из пневматической винтовки	3-4	февраль
13	Метание теннисного мяча в цель	1	май
14	Метание спортивного снаряда на дальность	2-4	май