

План
спортивно-массовых, физкультурно-спортивных мероприятий
на 2024-2025 учебный год

Цели:

- укрепление физического здоровья обучающихся;
- пропаганда здорового образа жизни;
- развитие интереса к спорту, спортивным достижениям российских спортсменов;
- совершенствование навыков, умений, физической выносливости обучающихся;
- формирование команд и подготовка к участию во Всекубанской спартакиаде школьников, Президентских спортивных играх, состязаниях, олимпиадах, соревнованиях школьной лиги «Мир самбо», «Локобаскет».

Задачи:

- вовлечение детей, подростков, молодёжи в активные занятия физической культурой и спортом, противодействие вредным привычкам.

№ п /п	Наименование мероприятий	Дата проведения	Ответственный
1	2	3	4

1	Составление графика загруженности спортивного зала на первое и второе полугодия 2024-2025 учебного года	август 2024 г., январь 2025 г.	Басс А.Н., учителя физкультуры
2	Организация работы спортивных секций:	сентябрь	Учителя физкультуры
3	Выборы совета спортивного клуба «Эврика», планирование физкультурно-спортивных мероприятий на 2024-2025 учебный год	сентябрь	Басс А.Н., Кравец В.В.
4	Организация тренировок, работа спортивных секций	весь период	
	• л /атлетика, гимнастика ушу		Кравец В.В., Воинова О.В.
	• рукопашный бой, скалолазание, офп		Казаков Т.В.,
	• самбо		Симакова Е.И., Тамбовцев В.С.,
	• баскетбол		Князев Н.А. Забелин М.В.
	• волейбол		Кравец В.В., Красикова Е.С.
	• футбол		Воинов В.А., Нестеров С.С.
	• флорбол, скалолазание		Кривовицин С.С.
	• шахматы		Остапенко В.И.
	• настольный теннис		Тамбовцев В.С.
	• туризм		Подщипков А.Н.
5	Внутришкольные спартакиады:		
	• футбол	сентябрь	Басс А.Н., Тамбовцев В.С.
	• баскетбол	октябрь	Басс А.Н., Князев Н.А.
	• волейбол	ноябрь	Басс А.Н., Кравец В.В.
	• весёлые старты	декабрь	Воинова О.В., Симакова Е.И., Цепелева Т.В.
	• настольный теннис, самбо	январь	Учителя физической культуры
	• шахматы	февраль	Остапенко В.И., Пищулов П.Я.

	• туризм	март-апрель	Подшипков А.Н.
6	Формирование команд и участие в муниципальном этапе Всекубанской спартакиады школьников «Спортивные надежды Кубани»	октябрь-декабрь	Воинова О.В., Казаков Т.В., Князев Н.А., Кравец В.В., Подшипков А.Н., Симакова Е.И., Тамбовцев В.С., Цепелева Т.В.
7	Круглый стол: «Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры».	декабрь	Басс А.Н., Симакова Е.И., Кравец В.В.
8	Подготовка информационного материала о спортивных достижениях гимназистов в газету «Эврика»	весь период	Басс А.Н., учителя физкультуры
9	Проведение традиционных мероприятий: «День здоровья», «флэш-моб», ВСОШ по физической культуре	сентябрь 2024 г., апрель 2025г.	Учителя физкультуры, воспитатели, классные руководители 1-11 классов
10	Школьный этап соревнований: «Президентские спортивные игры», «Президентские состязания»	январь-февраль 2025 г.	Учителя физкультуры
11	Спортивные праздники. посвященные Дню защитника Отечества, Дню Победы в Великой Отечественной войне: «Марш Победы»	февраль, май 2025 г.	Басс А.Н., Белов Е.Ю., Казаков Т.В., Князев Н.А., Подшипков А.Н., Тамбовцев В.С.
12	Формирование команд и участие в муниципальном этапе соревнований: «Президентские спортивные игры», «Президентские состязания», соревнования ШСК, школьной лиги самбо, локобаскет	март-апрель 2025 г.	Учителя физкультуры
13	Медицинское обследование обучающихся, учителей и вспомогательного персонала	весь период	Фельдшер Мещанюк Е.В.
14	Медицинское наблюдение обучающихся, входящих в группы здоровья	весь период	Фельдшер Мещанюк Е.В.
15	Профилактическая работа по недопущению и	весь период	Фельдшер Мещанюк Е.В., учителя

	(или) снижению заболеваний, предупреждению детского травматизма		физкультуры
16	Контроль и поддержание в исправном состоянии спортивных снарядов, инвентаря, находящихся в спортивных залах и на спортивном городке	весь период	Заведующий хозяйством, учителя физкультуры
17	Обновление информации о достижениях гимназистов на спортивных стендах	весь период	Басс А.Н.. учителя физкультуры
18	Анализ работы о внедрении здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания обучающихся	май	Басс А.Н., председатель МО, председатель ШСК
19	Анализ спортивно-массовых, физкультурно-спортивных мероприятий за 2024-2025 учебный год	июнь	Басс А.Н.. председатель МО, председатель ШСК
20	Планирование спортивно-массовых, физкультурно-спортивных мероприятий на 2025-2026 учебный год	июнь	Басс А.Н., Симакова Е.И., Кравец В.В.

«17» июня 2024 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ гимназии «Эврика»
им. В.А. Сухомлинского **Попова Е.В.**

« » июня 2024 г.

План
по подготовке к сдачам норм ВФСК ГТО
на 2024-2025 учебный год

Цель комплекса ГТО:

- укрепление физического здоровья обучающихся;
- активизация спортивно-оздоровительной и спортивной работы;
- совершенствование форм и методов физического воспитания детей, подростков и молодёжи.

Задачи:

- вовлечение детей, подростков, молодёжи в активные занятия физической культурой и активное противодействие распространению вредных привычек;
- формирование и пропаганда культуры здоровья и активного образа жизни среди молодёжи;
- совершенствование и реализация современных организационных форм занятий физической культуры и спорта.

№ п /п	Наименование мероприятий	Дата проведения	Участники	Ответственный
1	2	3	4	5
1	Проведение административного совещания, утверждение плана по внедрению Всероссийского	сентябрь- октябрь	администрация, учителя	директор

	физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)		физкультуры	
2	Проведение классных часов на тему: «Что такое ГТО?»	сентябрь	1-11 классы	классные воспитатели и руководители
3	Просмотр видеофильмов по пропаганде ЗОЖ с последующим обсуждением	в течение учебного года	1-11 классы	классные воспитатели, руководители
4	Обновление стенда «Готов к труду и обороне»	октябрь	-	Басс А.Н., председатель МО
5	Конкурс плакатов: «Выше, сильнее, быстрее, все вместе»	ноябрь	1-11 классы	классные воспитатели, руководители
6	Весёлые старты	ноябрь - декабрь	1-4 классы	Воинова О.В., Симакова Е.И., Цепелева Т.В.
7	Участие в зимнем фестивале ГТО среди общеобразовательных учреждений города-курорта Анапа	январь, 2025 г.	1-11 классы	учителя физической культуры
8	Анализ состояния здоровья и готовности обучающихся к сдачам норм ГТО	в течение учебного года	1-11 классы	фельдшер Мещанюк Е.В.
9	Выпуск тематических газет и листовок по формированию здорового образа жизни	в течение учебного года	1-11 классы	классные воспитатели, руководители
10	Обязательные испытания (тесты):			
	сила	1 четверть	1-11 классы	учителя физкультуры
	-подтягивание на перекладине (к-во раз)			
	-подтягивание из вися лёжа на низкой перекладине (к-			

	во раз)			
	-сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (к-во раз)			
	ВЫНОСЛИВОСТЬ	1 четверть 2024 г.		учителя физкультуры
	-бег 1000 метров (мин., сек.)		9-10 лет	
	-бег 1500 метров (мин., сек.)		11 12 лет	
	-бег 2000 метров (мин., сек.)		11-17 лет	
	-бег 3000 метров (мин., сек.)		13-18 лет	
	-смешанное передвижение на 1000 метров (без учета времени)		6-8 лет	
	гибкость	2 четверть. 2024 г.		учителя физкультуры
	-наклоны туловища вперёд из положения, стоя с прямыми ногами на полу с касанием пола пальцами рук (1 мин.)		6-15 лет	
	-наклоны туловища вперёд из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке с касанием пола пальцами рук (1 мин.)		6-15 лет	
	прикладные навыки	3-4 четверть 2025 г.		Басс А.Н., учителя физкультуры
	-стрельба из ПВ из положения, сидя или стоя (расстояние 5 м)		11-12 лет	
	-стрельба из электронного оружия, сидя или стоя (расстояние 5 м)		11-12 лет	
	-стрельба из ПВ из положения, сидя или стоя (расстояние 10 м)		13-18 лет	
	-стрельба из электронного оружия, сидя или стоя		13-18 лет	

	(расстояние 10 м)			
	скоростно-силовые возможности	2-4 четверть 2024-2025 гг.		учителя физкультуры
	-прыжок с места в длину (см)		6-18 лет	
	-прыжок в длину с разбега (см)		9-18 лет	
	-метание мяча весом 150 г (м)		9-15 лет	
	-метание гранаты весом 500 г (м)		16-17 лет	
	-метание гранаты весом 700 г (м)		16-18 лет	
	-поднимание туловища из положения, лёжа на спине (к-во раз за 1 мин.)		13-17 лет	
11	Летний фестиваль ГТО среди общеобразовательных учреждений города-курорта Анапа. Подведение итогов по результатам работы за учебный год	июнь, 2025 г.	-	Администрация, учителя физической культуры

«17» июня 2024 г.