

Утверждаю:

Директор МАОУ «Лицей №102»

_____ В.А.Лесняк

« 01 » сентября 2023 г.

**План организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы
в МАОУ «Лицей № 102» на 2023-2024 учебный год**

	Мероприятия	Участники	Время и место проведения	Ответственный
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня				
1.	Радиофицированная гимнастика до занятий	Уч-ся 1-9 кл. (обязательна)	Ежедневно по звонку 7.55-8.00	Учителя- предметники
2.	Физпауза и физминутка (комплексы упражнений для глазодвигательных мышц и снятия мышечного утомления)	1-е классы 2-4-е классы 5-11-е классы	Дважды за урок; на каждом уроке; на 20-й мин. третьего урока.	Учителя- предметники
3.	Включение в уроки физкультуры комплексов упражнений корригирующей гимнастики для профилактики гриппа и ОРЗ, нарушения осанки и плоскостопия; обучение элементам самоконтроля показателей здоровья с применением КТ.	1-11-е классы	Урок физкультуры	Уч. физ-ры
4.	Семинар для учителей начальных классов по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме дня, планирования и проведения внеклассной работы с младшими школьниками	1-4-е классы	сентябрь	Зам. директора по начальной школе
5.	Семинар для классных руководителей по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме дня, спортивных кружков и секций, планирования и проведения внеклассной работы.	5-11-е классы	сентябрь	Зам. директора по воспитательной работе, Чурина Н.А.
6.	Родительское собрание онлайн: довести до сведения родителей расписание спортивных кружков и секций в лицее ШСК «Лидер»	1-11-е классы	октябрь	Кл. руководители

3. Спортивная работа в классах и секциях				
1.	Составить расписание занятий секций и кружков, тренировок команд-классов		До 08 сентября	Чурина Н.А.
2.	Провести работу по подготовке команд классов и лица к школьному и муниципальному этапам Всероссийских спортивных соревнований «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры».		С 15 сентября	Физорги классов Учителя физкультуры
3.	Направить желающих и сильнейших спортсменов на обучение в ДЮСШ; Осуществлять связь с тренерами ДЮСШ, центром «Патриот» и т.д.		До 14 сентября В течение года	Учителя физической культуры
4. Функционирование ШСК «Лидер»				
1.	Праздник двора	Учащиеся, родители, жители микрорайона	30 августа	Чурина Н.А.
2.	Проведение спортивных мероприятий: - «Праздник регби; - день Здоровья; - турнир по пионерболу; - соревнования по стритболу; - товарищеские встречи по волейболу; - семейные, весёлые старты; - спортчас для детей и взрослых; - турнир по спортиграм с клубными командами др. школ города; - по конькам; - шахматам и шашкам; - фестиваль подвижных и спортивных игр; - соревнования по настольному теннису; - пожарная эстафета; - соревнования «Весёлая скакалка».	Дети и взрослые По заявке ФСК «Лидер» - сб. лица Дети Учащиеся и жители микрорайона	В течении учебного года	Чурина Н.А., учителя физической культуры.

3.	Помощь в ремонте и приобретении спортивного инвентаря и оборудования		В течение года	Родители, Выпускники, администрация Лицея.
4.	Прокат лыжного инвентаря на выходные дни для семей учащихся		Январь-март	Есина О.В.
5. Внеклассная работа				
1.	Первенство Лицея по настольному теннису.	2-5 классы	сентябрь	Чурина Н.А.
2.	Городские соревнования «Кросс Нации»	1-11 классы	19 сентября	Бортникова Л.В.
3.	День Лицея (подвижные перемены)	1-2 классы, 3-4 классы	19 ноября	Есина О.В. Бортникова Л.В.
4.	Олимпиада по физической культуре	4-11 классы	октябрь	Чурина Н.А., Есина О.В.
5.	Первенство лицея по пионерболу	5-6 кл.	ноябрь	Бортникова Л.В.
6.	Первенство Лицея по военизированным эстафетам	1-4 классы	ноябрь	Кругликов И.К.
9.	Круговая эстафета на приз Нового года	По параллелям	декабрь	Чурина Н.А.
10.	Городские соревнования по баскетболу ШСК	Сборная	декабрь	Бортникова Л.В.
11.	Соревнования по подвижным играм среди ШСК	Сборная ШСК «Лидер»	февраль	Чурина Н.А.
12.	Соревнования по конькам	2-7 классы	февраль	Уч. физ-ры
13.	Товарищеские встречи по волейболу и футболу с в/ч 3377	Сб. лицея	февраль	Аржанников О.В.
14.	Товарищеские встречи по волейболу, баскетболу	8-11-е классы	февраль	Чурина Н.А..
15.	«Лыжня России»	3-10 классы	февраль	Есина О.В.
16.	Соревнования «Вперёд мальчишки!», «А, ну-ка, парни!»	1-11 классы	февраль	Учителя физкультуры
17.	Городские соревнования по футболу ШСК	7-9 класс	март	Бортникова Л.В.
18.	Городские соревнования по регби ШСК	5-7 классы	март	Кругликов И.К.
19.	Городской смотр песни и строя	3-е классы	апрель	Кругликов И.К...
20.	Учебные сборы	Юноши 10 кл.	май	преподаватель- организатор ОБЖ
21.	Майская эстафета	Сб. лицея	9 мая	Бортникова Л.В.
22.	Лёгкая атлетика- городские соревнования «Шиповка юных», по	Сб. лицея	май	Есина О.В.,

	трём возрастным группам			Кругликов И.К.
23.	Фестиваль ГТО	Сб. лица	май	Бортникова Л.В.
24.	Соревнования допризывной молодежи	9-11 классы	май	Преподаватель-организатор ОБЖ
6. Агитация и пропаганда				
1	Выпуск спортивных новостей в радиопередаче «Пятничка»	1-11 классы	еженедельно	Бортникова Л.В.
2.	Олимпийские уроки	1-11 классы	В течение года	Есина О.В.
3.	Участие в спортивных конкурсах, акциях.	3-11 классы	В течение года	Чурина Н.А.
4.	Освещать спортивные новости на школьном сайте и газете «Лицейст»		В течение года	Чурина Н.А.
5.	Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливания и укрепления их здоровья	индивидуально	В течение года	Уч. физ-ры
7. Подготовка физкультурно-спортивного актива				
1	Обучение физоргов классов комплексам утренней зарядки и физкультминуткам, физкультпаузам.	1-8-е кл.	Раз в полгода	Чурина Н.А.
2	Семинары судей школьных соревнований		По плану	Уч. физ-ры

Руководитель ШСК: Н.А.Чурина