

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



Мероприятия	Сроки	Ответственные
Президентские игры и Президентские соревнования	В течение года (по плану)	ЗДВР., Учителя физ.культуры
Организация работы спортивных секций	В течение года, по расписанию	ЗДВР, педагог ДО
Участие в районных соревнованиях по волейболу	В течение года, по плану МБОУ "Ольгинская СПШ"	Педагог ДО
Общешкольные соревнования по пионерболу среди 1-5 классов	октябрь	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук.
Декада физкультуры и спорта	(по плану)	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагог ДО
Районный осенний кросс "Золотая осень" 1-11 кл.	октябрь	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук.
Соревнования по баскетболу для учащихся 5-11 классов	ноябрь-декабрь	Учитель физ.культуры, кл.рук., педагог ДО
"Веселые старты" с элементами баскетбола среди 1-4 классов	декабрь	ЗДВР, учитель физ.культуры, кл.рук
Общешкольные соревнования по волейболу среди 5-11 классов	январь-февраль	Учитель физ.культуры, кл.рук, педагог ДО

" Утверждено"
Директор ЗДВР *С.В. Мухоморова*
01.09.2021

Конкурс «Строя и песни»	февраль	ЗДВР Учитель физ.культуры, кл.рук
Спортивные состязания ко Дню защитника Отечества" ("А ну-ка,мальчики")	февраль	ЗДВР,учитель физ.культуры, кл.рук
Спортивные состязания посвященные Международному женскому дню "А ну-ка,девочки!"	март	ЗДВР, кл.рук
Районные соревнования по легкойатлетическому многоборью	апрель	Учитель физ.культуры.
Общешкольные соревнования по мини футболу среди 1-4 классов	апрель	Педагог ДО(футбол)
Весенний районный легкоатлетический кросс «В здоровом теле здоровый дух». 1-11 классов.	апрель	Учителя физ.культуры, кл.рук
Районные соревнования по легкойатлетическому спринту 50,60 м (1-11классы)	июнь	Учитель физ.культуры.
Организация спортивно-массовой работы в лагере дневного пребывания детей	июнь	Начальник лагеря, воспитатели ДОЛ.

**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 виса лежа на низкой перекладине	1-4	октябрь
6	Подтягивание из виса 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
12	Стрельба из пневматической винтовки	3-4	май
13	Метание теннисного мяча в цель	1	май
14	Метание спортивного снаряда на дальность	2-4	май