



Lyf

**Календарный план
физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий школьного
спортивного клуба «Факел»
МБОУ лицея №1 г.Усмани
на 2024 - 2025 учебный год**

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Спартакиада учащихся общеобразовательных учреждений муниципального района	В течение года (по плану)	Зам.директора по ВР, учителя физ.культуры
Мероприятия по ЗОЖ	В течение года (по плану)	Зам.директора по ВР, учителя физ.культуры, кл.руководители
Организация работы спортивных секций	В течение года, по расписанию	учителя физ.культуры
Проведение осеннего кросса 5-11 классы	сентябрь	Учителя физ.культуры, кл.руководители
Декада физкультуры и спорта	(по плану)	Учителя физ.культуры, кл.рук.
Общелицейские соревнования по пионерболу 5-7 классы	октябрь	Учителя физ.культуры, кл.рук.
Общелицейские соревнования по «мини-футболу» 4-11 классы	октябрь	Учителя физ.культуры, кл.рук.
«Весёлые старты» 1-4 классы	октябрь	Учителя физ.культуры, кл.рук
Соревнования по волейболу для учащихся 9-11 классов	ноябрь	Учителя физ.культуры, кл.рук

Соревнования среди учащихся 1-11 классы	В течение года	Учителя физ.культуры, кл.рук
Соревнования по баскетболу для учащихся 5-11 классов	декабрь - январь	Учителя физ.культуры, кл.рук
Соревнования по стритболу для учащихся 5-11 классов	октябрь	Учителя физ.культуры, кл.рук
Общелицейские соревнования по волейболу 8-11 классы	декабрь	Учителя физ.культуры, кл.рук
Лыжный кросс для учащихся 5 -11 классов	февраль	Учителя физ.культуры, кл.рук
Общелицейские соревнования «Президентские спортивные игры»	Март-апрель	Учителя физ.культуры, кл.рук
Общелицейские соревнования «Президентские спортивные состязания»	апрель	Учителя физ.культуры, кл.рук
Общелицейские соревнования «белая ладья»	апрель	Учителя физ.культуры, кл.рук
День здоровья	апрель	Учителя Физ.культуры, кл. рук.
Организация спортивно-массовой работы в лагере дневного пребывания детей	Июнь-июль	Зам.дир. по ВР. учителя

**Мероприятия на 2024-2025 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
	Челночный бег 3х10 м	1	сентябрь
	Бег на 30, 60, 100 м	2-5	сентябрь
	Бег на 1, 2 км	1-5	сентябрь
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-11	сентябрь октябрь
	Прыжок в длину с разбега	2-5	сентябрь
	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	1-5	сентябрь октябрь
	Подтягивание из виса на высокой перекладине	1-11	сентябрь октябрь
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	5-11	сентябрь октябрь
	Поднимание туловища из положения лежа на спине	1-5	сентябрь октябрь
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	1-5	сентябрь октябрь
	Метание теннисного мяча в цель	1-2	май
	Метание спортивного снаряда на дальность	3-5	май
	Плавание на 10, 15, 25, 50 м	1-5	ноябрь декабрь
	Бег на лыжах на 1, 2, 3,5 км	1-5	январь февраль
	Стрельба из пневматической винтовки	3-5	март
	Туристический поход с проверкой туристических навыков	3-5	сентябрь