


 Утверждаю
 Директор МКОУ Аваданская СОШ»
 М.Г.Махмудов
 Приказ № 160 (А) от 30.08.2022 г
 Руководитель ШСК
 И.Н.Ибрагмкалилов

План
 физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в
 на 2022-2023 учебный год

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Спартакиада учащихся	В течении года (по плану)	ЗДВР, Учителя физкультуры
Организация работы спортивных секций	В течении года, по (расписанию)	ЗДВР, педагоги ДО
Общешкольные соревнования по легкой атлетике среди 1-9 классов	Сентябрь	ЗДВР, Учителя физкультуры, кл.рук.
Декада физкультуры и спорта	По плану	ЗДВР, Учителя физкультуры, кл.рук.мед.раб.
Общешкольные соревнования по настольному теннису 5-9 классов	Октябрь	ЗДВР, Учителя физкультуры, кл.рук.
Соревнования по баскетболу для учащихся 5-9 классов	Ноябрь – декабрь	Учителя физкультуры, кл.рук.
Веселые старты с элементами баскетбола среди 1-4 классов	Декабрь	Учителя физкультуры, кл.рук.
Общешкольные соревнования по волейболу 5-9 классов	Январь – февраль	Учителя физкультуры, кл.рук.
Лыжные кросс для учащихся 1-9 классов	Февраль	Учителя физкультуры, кл.рук.
Конкурс «Строя и песни»	Февраль	Учителя физкультуры, кл.рук..
Игра пионербол среди учащихся 1-4 классов	Март	Учителя физкультуры, кл.рук.

Общешкольные соревнования по бадминтону среди 5-9 классов	Март	Учителя физкультуры, кл.рук
Общешкольные мероприятия по шахматам и шашкам среди 1-9 классов	Апрель	Учителя физкультуры, кл.рук.
Общешкольные соревнования по мини футболу среди 5-9 классов	Май	ЗДВР, Учителя физкультуры, кл.рук.
Весенний кросс «В здоровом теле здоровый дух» 1-9 классов	Май	Учителя физкультуры, кл.рук.
Организация социально-значимой деятельности в летний период	Июнь – август	ЗДВР, Учителя физкультуры, кл.рук.
Организация спортивно – массовой работы в лагере дневного пребывания детей	Июнь	ЗДВР, начальник лагеря, Учителя физкультуры, кл.рук.



Приложение 1

**Мероприятия на 2022-2023 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»**

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3х10 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
10	Стрельба из пневматической винтовки	2-4	АПРЕЛЬ
11	Метание теннисного мяча в цель	1	МАЙ
12	Метание спортивного снаряда на дальность	2-4	февраль