

Подписано цифровой
подписью: Светлицкий Сергей
Леонидович
Дата: 2025.12.19 17:53:13 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ Лицея № 244
Светлицкий С.Л.



подпись

дата

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Лицей № 244
Кировского района Санкт-Петербурга

ПЛАН
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ
ОТДЕЛЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ, ШКОЛЬНОГО
СПОРТИВНОГО КЛУБА «ТОНУС»
на 2025-2026 учебный год

Цели:

- Пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
- Формирование у детей желания заниматься спортом, укреплять своё здоровье, физически развиваться;
- Совершенствование различных форм физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с участниками клуба;
- Развитие культуры и традиций болельщиков спортивных команд.

№	МЕРОПРИЯТИЯ	Дата проведения	Ответственные за выполнение
1.	<i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:</i>		
	- Обсудить на педагогическом совете (или совещании при директоре) порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах, гимнастики перед занятиями.	До начала учебного года	Администрация школы
	- Провести в классах беседы о режиме дня школьника, значении физкультурно-оздоровительных мероприятий для укрепления растущего организма учащихся и порядке их проведения в школе.	До 15 сентября	Классные руководители
	- Разучивать на уроках физкультуры комплексы упражнений утренней гимнастики и гимнастики до занятий.	В течении года.	Учитель физкультуры
	- Проводить подвижные игры и занятия физическими упражнениями на больших переменах и в ГПД.	Ежедневно	Классные руководители, воспитатели ГПД.
	- Проводить физкультминутки на общеобразовательных уроках в середине урока.	Ежедневно	

	- Проведение бесед с учителями начальных классов по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня и проведению «Часа здоровья»; - Разучивать на уроках физкультуры комплексы упражнений утренней гимнастики и гимнастики до занятий.	В течение года	Учителя-предметники
2	Спортивная работа в классах и секциях: - В классах назначить физоргов ответственных за проведение подвижных игр на больших переменах и организующих команды для участия в соревнованиях.	До 1 сентября	Классные руководители
	- Провести контрольные испытания по тестам для определения уровня физической подготовленности школьников.	Сентябрь, май	Учитель физкультуры
	- Проанализировать динамику роста показателей с учетом этого вести работу по повышению физической подготовленности обучающихся.	В течении года.	Учитель физкультуры
	- Составить расписание занятий секций, тренировок команд.	До 15 сентября	Учитель физкультуры
	- Провести занятия по программе «Полезны привычки», «Полезные навыки».	В течение года	Учитель физкультуры
	- Проветривание классных помещений.	Ежедневно	Учитель физкультуры
3	Внеурочная работа в школе: - Футбольные и мини футбольные соревнования - Осенний и весенний кросс - Спортивное ориентирование - «Веселые старты» среди начальных классов - Лыжные эстафета - Соревнования по волейболу - Военно-патриотическая игра «Зарница» - Легкоатлетические троеборье - День здоровья - Соревнования внутри классов и спортивной секции - Военно-спортивная эстафета к 23 февраля «Сильные, смелые, ловкие»	В течение года (смотреть таблицу)	Учителя физкультуры
4	Участие в районных соревнованиях - Спортивные игры (волейбол, баскетбол, теннис, бадминтон) для 5-11 классов (сентябрь-май). - Осенний и весенний кроссы (сентябрь - май). - Соревнования по мини-футболу (в течение года.) - Легкоатлетическое многоборье. - Спортивный праздник «Зарница» (июнь). - Футбольные соревнования «Лето с футбольным мячом» среди мальчиков и девочек.	В течении года. (согласно плану спортивных мероприятий в районе).	Учитель физкультуры
5	Агитация и пропаганда здорового образа жизни: - Конкурсы рисунков, учащихся 1-4 классов на тему " Мы любим спорт"	Декабрь	Классные руководители
	- Организовывать беседы по классам о гигиене школьника, правилах закаливания, воспитании правильной осанки, двигательном режиме учащихся, физической культуре в жизни знаменитых людей и др.	В течении года.	Классные руководители

	- Проведение спортивных вечеров (спортивное воспитательное мероприятие).	Каждый месяц	Учитель физкультуры
6	Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом: - Провести беседы и лекции для родителей: о значении утренней гимнастики, физкультминуток во время приготовления домашних заданий, режима дня школьников, ЗОЖ, о правилах личной гигиены и осанке школьников, о необходимости обучения детей плаванию и мерах безопасности на воде.	В течении года	Учитель физкультуры
	- Консультации, беседы для родителей по вопросам физического воспитания школьников в семье, закаливанию детей и укреплению их здоровья.	В течении года	Классный руководитель
	- Проведение спортивных мероприятий с участием родителей (в течение года). - Приглашать на открытые уроки физической культуры.	В течении года.	Учитель физкультуры
7	Хозяйственные мероприятия: - Подготовить спортивные сооружения к началу учебного года.	В начале года	Учитель физкультуры
	- Слежение за правильным хранением спортивного инвентаря.	В течении года	Учитель физкультуры
	- Пополнить методический кабинет учителя физической культуры дидактическим материалом.	В течении года	Учитель физкультуры
	- Текущий ремонт спортивного инвентаря.	Январь	Учитель физкультуры

План-сетка спортивных мероприятий

№	Наименование мероприятий	Сроки проведения	Место проведения	Ответственный за проведение
Внутришкольные соревнования				
1.	Осенний и весенний кроссы (5-8 классы)	Сентябрь – апрель	Спортивная площадка	Учитель физкультуры
2.	Легкоатлетическая эстафета 8-10 классов.	Ноябрь-декабрь	Спортивный зал	Учитель физкультуры
3.	«Веселые старты»(1-4 классы)	Раз в четверть	Спортивный зал	Учитель физкультуры
4.	Спартакиада по шахматам.	Декабрь	Спортивный зал	Учитель физкультуры

5.	Соревнования по пионерболу.	Февраль	Спортивный зал	Учитель физкультуры
6.	Турнир по футболу приуроченный к празднику 23 февраля	Февраль	Спортивный зал	Учитель физкультуры
7.	Спартакиада Кировского района по волейболу (7-8 классы)	Март -апрель	Спортивный зал	Учитель физкультуры
8..	Эстафета «Весенние забавы»	Апрель	Спортивный зал	Учитель физкультуры
9.	«День здоровья»(1-11 классы)	Май	Спортивная площадка	Учитель физкультуры
10.	Военно- патриотическая игра «Зарница»	Февраль, май	Спортивная площадка	Учитель физкультуры

Педагог-организатор ОДОД
И.А. Гурцева

