



**План физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы  
в школьном спортивном клубе «Ыраажы-Хем»**

| № | Мероприятия  | Дата проведения  | Ответственные за выполненные   |
|---|--|--|--|
| 1 | Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение дня ЗОЖ в конце каждого месяца</li> <li>• Проведение физзарядок каждое утро</li> </ul>   | Ежемесячно<br>Ежедневно  | Учителя физической культуры  |
| 2 | Спортивная работа в классах и секциях: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Назначение ответственных за проведение подвижных игр на больших переменах во день ЗОЖ и организующих команды для участия в соревнованиях.</li> <li>• Составление расписания занятий секций, тренировок команд</li> <li>• Проведение классных часов «Здоровый образ жизни»</li> </ul>   | До 15 сент<br>До 15 сент<br>Еженедельно<br>В течение года  | Классные руководители.<br>Учителя физической культуры.<br><br>Классные руководители      |
| 3 | Внеурочная работа в школе: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Праздник «Здравствуй школа!»</li> <li>• Эколого-туристический слет школы.</li> <li>• Малые Олимпийские игры.</li> <li>• День ЗОЖ</li> <li>• Открытие спортивного зала (выявление сборной команды).<br/>Веселые старты<br/>Баскетбол<br/>Волейбол<br/>Собрание</li> <li>• Отбор учащихся в соревновании по баскетболу «КЭС-БАСКЕТ»</li> <li>• День ЗОЖ</li> <li>• Соревнование по настольному теннису «Золотая ракетка»</li> <li>• Школьная лига по волейболу</li> <li>• Пятиборье:               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. челночный бег</li> <li>2. отжимание</li> <li>3. подтягивание на высокой перекладине</li> <li>4. поднимание туловища в упоре лежа</li> <li>5. армрестлинг</li> </ol> </li> <li>• День ЗОЖ</li> <li>• Спортивное соревнование среди учащихся</li> </ul> | Сентябрь<br><br>Октябрь<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>Ноябрь<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>Декабрь | Учителя физической культуры<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>Классные руководители |