



Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №7 Красноармейского района Волгограда»

400026, Волгоград, б-р им. Энгельса, 33 тел.69-98-66, 69-56-77, 67-05-55 E-mail: gymnasium7@volgadmin.ru

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ Гимназии №7

Л.Н. Кафтина

«01» сентября 2021 г.

План
спортивно-массовых, физкультурно-спортивных и социально-значимых мероприятий на 2021-2022 учебный год

Цели:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.
2. Пропаганда среди гимназистов здорового образа жизни и приобщение их к здоровому образу жизни.
3. Воспитание потребности и умения гимназистов самостоятельно заниматься физкультурой, использовать различные спортивные игры в организации своего отдыха.
4. Формирование сборных команд гимназии по различным видам спорта.

Задачи:

1. Воспитательная – воспитывать у гимназистов бережное отношение к своему здоровью;
2. Обучающая – обучать гимназистов нормам здорового образа жизни, развивать задатки и склонности к различным видам спорта, формировать и совершенствовать двигательные навыки;
3. Развивающая – содействовать физическому развитию гимназистов, укреплять здоровье, закалять организм, проводить профилактические мероприятия.

Основные принципы:

1. Демократичность (свобода выбора учащимися внеучебных занятий, совместное планирование работы);
2. Участие (вовлечение всех субъектов программы в планирование, реализацию и оценку действий);
3. Целостность (программа направлена на укрепление физического,

умственного, социального и психического здоровья учащихся);

4. Интеграция (сотрудничество с заинтересованными организациями);
5. Системность (физическое развитие происходит по определенной системе).

Ожидаемые результаты:

1. Формирование отношения учащихся и родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на следующих этапах жизни.
2. Повышение уровня физического, умственного, психического, социального здоровья всех участников учебно-воспитательного процесса.

№ п/п	Формы и содержание деятельности	Классы	Сроки	Ответственные
I.	<i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня</i>			
1	Ежедневная утренняя зарядка по классам	1 – 11 классы	в течение года	Физорги классов
2	Проведение подвижных игр на больших переменах	1 – 4 классы	в течение года	Отряд вожатых
3	Определить каждому классу места для проведения зарядки до занятий и подвижных игр на переменах; подготовить мелкий спортивный инвентарь и назначить ответственных за его хранение и выдачу.	1 – 11 классы	До 10 сентября до 15 января	Учителя физической культуры Совет физоргов
4	Проведение физкультминуток на уроках	1 – 9 классы	ежедневно	Учителя - предметники
5	Инструктаж по технике безопасности на занятиях физкультурой и спортом	1 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры
6	Сдача норм ГТО (по желанию)	1 – 11 классы	по графику	Учителя физической культуры
7	Провести беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения зарядки, подвижных игр на переменах и	1 – 11 классы	в течение года	Классные руководители

	физкультминуток			
II.	<i>Спортивная работа в классах и секциях</i>			
1	Выборы в классах физоргов и учащихся, ответственных за проведение подвижных игр на больших переменах и организующих команды для участия в соревнованиях	1 – 11 классы	1 полугодие до 05.09.21 2 полугодие до 11.01.22	Классные руководители Активы классов
2	Набор в спортивные секции	1 – 11 классы	до 15.09.21	Учителя физкультуры
3	Составление расписания занятий спортивных секций	Учителя физкультуры	до 15.09.21	Заместитель директора по УВР
4	Подготовка к сдаче физкультурного комплекса норм ГТО	1 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры
5	Подготовка команды по видам спорта, включенным во внутришкольные спортивные соревнования	1 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры Физорги классов
6	Проведение «Часов здоровья»	1 – 11 классы	в течение года	Классные руководители
III.	<i>Внеурочная спортивно-массовая работа</i>			
1	Осенний кросс «Золотая осень»	10 – 11 классы	сентябрь	Учителя физической культуры
2	Малые старты «Когда мы едины, мы непобедимы»	1 классы	1 неделя ноября	Учителя физической культуры
3	Час спортивного досуга «В единстве наша сила»	2 классы	1 неделя ноября	
4	Спортивно-информационное мероприятие «Мы здоровое поколение, мы выбираем жизнь!»	3 классы	1 неделя декабря	Учителя физической культуры

5	Час спортивных эстафет «Я выбираю спорт как альтернативу вредным привычкам»	4 классы	3 неделя декабря	Учителя физической культуры
6	Новогодний турнир по пионерболу (команды мальчиков, команды девочек, смешанные команды)	8 – 9 классы 10 – 11 классы	ноябрь-декабрь	Учителя физической культуры
7	Спортивный час «Зимние забавы»	1 – 4 классы	январь	Учителя физической культуры
8	Праздник «Весёлые зимние старты»	5 классы	январь	
9	Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса ГТО	5 – 6 классы 7 – 8 классы 9 – 11 классы	январь	Учителя физической культуры
10	Турнир по волейболу посвящённый 23 февраля (команды мальчиков)	8 – 9 классы 10 – 11 классы	февраль	Учителя физической культуры
11	Спортивные соревнования «Вперёд, мальчишки»	1 – 4 классы	3 неделя февраля	Учителя физической культуры
12	Спортивные эстафеты «Сильные, ловкие и смелые»	5 – 6 классы	3 неделя февраля	
13	Спортивные эстафеты «Вперёд, девочки»	1 – 4 классы	1 неделя марта	Учителя физической культуры
14	Турнир по «баскетболу» посвящённый 8 марта (команды девочек)	8 – 9 классы 10 – 11 классы	март	
15	Школьный этап «Всероссийские соревнования школьников Президентские состязания»	7 классы	март	Учителя физической культуры
16	Школьный этап «Всероссийские соревнования школьников Президентские спортивные игры»	8 классы	март	Учителя физической культуры

17	Спортивный час «Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься»	4 классы	3 недел я марта	Учителя физической культуры
18	Спортивно-развлекательное мероприятие «Сила, красота и дружба»	6 классы	4 недел я марта	Учителя физической культуры
19	Весёлые старты посвящённые «Дню здоровья»	1 – 4 классы	апрель	Учителя физической культуры
20	Легкоатлетический пробег, посвящённый «Дню здоровья»	Сборна я команд а	апрель	Учителя физической культуры
21	Турнир по настольному теннису, посвящённый «Дню здоровья»	Сборна я команд а	апрель	Учителя физической культуры
22	Военно-спортивная игра «Венок победы»		1 неде ля мая	
23	Соревнования по шашкам	1 – 4 классы	июнь июль	Инструктор по спорту
IV.	<i>Профилактическая деятельность</i>			
1	Выпуск листовок о ЗОЖ	2 – 8 классы	постоянн о	Редколлегия классов
2	Урок безопасности (вводный и первичный инструктажи по ТБ). Правовой час «О правилах поведения и безопасности на улице». Игра – тренинг «Безопасный путь в гимназию»	1 – 11 классы	1 неделя сентяб ря	Классные руководители
3	Урок здоровья «Режим дня ученика. Игра «Полезные и вредные продукты». Учёба и здоровье. Профилактика COVID- 19 и ОРВИ»	1 – 11 классы	3 неделя сентяб ря	Классные руководители
4	Занятие-практикум «Личная гигиена. Двигательная активность. Значение и способы	5 – 6	1 неделя октябр я	Классные руководители

	закаливания»			
5	Урок здоровья. Биоритмы жизни и здоровье человека. Гиподинамия и ее последствия. Неблагоприятные факторы внешней среды и здоровье»	5 класс	3 неделя октября	Классные руководители
6	Занятие-практикум «Влияние окружающей среды на здоровье человека. Что вокруг нас может быть опасным?»	6 класс	3 неделя октября	Классные руководители Члены ШСК
7	Занятие-практикум «Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Последствия курения и токсикомании. Игра «Плюсы и минусы».	6 класс	3 неделя ноября	Классные руководители Члены ШСК
8	Конкурсы рисунков на тему «Мы любим спорт»	1 – 4 классы	ноябрь апрель	Члены ШСК
9	Конкурсы газет и плакатов на тему «Спорт - это жизнь»	5 – 8 классы	ноябрь апрель	Члены ШСК
10	Неделя культуры здорового питания	1 – 11 классы	ноябрь	Школьный спортивный клуб
11	Участие во Всероссийской акции «Спорт – альтернатива пагубным привычкам» (по отдельному плану)	5 – 8 классы	ноябрь - февраль	Школьный спортивный клуб
12	Информационный час с элементами практики: «Отрицательные эмоции и как справиться с гневом»	6 классы	2 неделя декабря	Классные руководители Члены ШСК
13	Деловая игра «Формула здоровья»	5 классы	3 неделя декабря	Члены ШСК
14	Занятие-практикум «Самопознание и управление собой. Злость и агрессия. Что делать со злостью и агрессией?»	6 классы	4 неделя января	Классные руководители Члены ШСК

15	Мини-исследование «Нервная система. Утомление и переутомление»	6 классы	1 неделя февраль	Классные руководители Члены ШСК
16	Минутки здоровья «Желудочно-кишечные заболевания, их предупреждение»	6 классы	3 неделя февраль	Классные руководители Члены ШСК
17	Минутки здоровья «Предупреждение плоскостопия, искривление позвоночника. Полезные упражнения»	5 классы	4 недел я январ я	Классные руководители Члены ШСК
18	Урок здоровья «Как уберечься от простудных заболеваний»	1 классы	4 недел я январ я	Классные руководители Члены ШСК
19	Урок безопасности «Безопасные весенние каникулы». Травматизм бытовой, уличный, школьный. Безопасное поведение на улицах, во дворах, водоёмах.	1 – 11 классы	4 неделя марта	Классные руководители
20	Исследование «Почему нужен завтрак». Творческий проект «Классный завтрак»	5 классы	4 неделя февраль	Классные руководители Члены ШСК
21	Беседа – предупреждение «Курительные смеси и подросток». Квест «Баланс положительных и отрицательных сторон курения»	5 классы	2 недел я марта	Классные руководители Члены ШСК
22	Беседа «Опасное погружение (вредные напитки)»	6 классы	2 недел я апрел я	Классные руководители Члены ШСК
23	«Оказание доврачебной помощи при ДТП» практическое занятие	6 классы	3 недел я	Классные руководители Члены ШСК

			апрел я	
24	Личная безопасность и профилактика травматизма	1 – 11 классы	2 неде ля май	Учителя физической культуры
25	Урок безопасности: Летние безопасные каникулы - 2022». Твой режим летом. Здоровый отдых.	1 – 11 классы	4 неде ля мая	Классные руководители Члены ШСК
V.	<i>Агитация и пропаганда</i>			
1	Оформить уголки физической культуры «Комплекс ГТО», «Техника безопасности».	—	в течение года	Учителя физической культуры
2	Обеспечить функционирование стенда «Спорт в гимназии» с призами, вымпелами, грамотами, рекордами гимназии, с нормативами по ГТО.	—	в течение года	Учителя физической культуры
3	Организация проведения бесед и лекций по классам на темы: «Утренняя гимнастика школьника» «Гигиена школьника» «Отказ от вредных привычек»	1 – 11 классы	сентяб рь ноябр ь	Учителя физической культуры
4	Подведение итогов участия команд гимназии в районных соревнованиях на общешкольных линейках, собраниях физкультурного актива	Классы , где уч-ся были участникам и соревнован ий	в течение года	Заместител ь директора по УВР Физкультурный актив
VI.	<i>Работа с педагогическим коллективом</i>			

1	Проведение семинара для классных руководителей по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня и проведения внеклассной работы со школьниками, в том числе по ФГОС.	классные руководители	1 полугодие до 05.09.21 2 полугодие до 11.01.22	Заместитель директора по УВР Руководитель МО классных руководителей
2	Обсудить на совещании при заместителе директора по УВР порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах.	классные руководители, учителя предметники	1 полугодие до 05.09.21 2 полугодие до 11.01.22	Заместитель директора по УВР
3	Вовлечение учителей в участие в спортивных мероприятиях и занятием избранным видом спорта.	учителя предметники	в течение года	Заместитель директора по УВР
VII.	<i>Работа с родителями учащихся</i>			
1	Тематические родительские собрания «Физическое развитие школьника. Нагрузки на уроках физкультуры», «Здоровая семья – здоровые дети»	1 – 11 классы	2 раза в год (ноябрь, апрель)	Заместитель директора по УВР Учителя физкультуры
2	Консультации, беседы для родителей: «Распорядок дня и двигательный режим школьника», «Личная гигиена школьника»	1 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры
3	Проведение совместных экскурсий, походов (по заявке классных коллективов).	1 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры
4	Проведение спортивных мероприятий с участием родителей (по заявке классных коллективов).	1 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры

5	Вовлечение родителей в участие в спортивных мероприятиях и занятием избранным видом спорта	1 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры
VIII. Агитация и пропаганда:				
1	Оформить уголок физической культуры, стенд «Спорт в гимназии»; стенд с призами, выпелами, грамотами, рекордами гимназии разрядными нормативами по ГТО.	—	в течение года	Учителя физической культуры
2	Выпускать информационный листок «Спортивные события гимназии», «Интересные факты и события в мире спорта»	5 – 11 классы	1 раз в месяц	Совет физоргов
3	Вести на сайте гимназии «Спортивная страничка»	—	в течение года	Учителя физической культуры
IX	Подготовка физкультурного актива			
1	Инструктаж физоргов, помощников судей, секретарей, инструкторов-общественников.	5 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры
2	Проведение семинаров и инструктажей судей накануне соревнований на первенство гимназии.	5 – 11 классы	в течение года	Учителя физической культуры
3	Составление календаря спортивно-массовых мероприятий	5 – 11 классы	По триместр ам	Совет физоргов Учителя физ- ры
X.	Методическая работа			
1	Разработать для классных руководителей методическое пособие с комплексами утренней гимнастики до занятий.	Учителя физическ ой культуры	август январь	Заместител ь директора по УВР

2	Ввести рейтинг участия 5-11-х классов в спортивно-оздоровительной работе гимназии с определением лучшего класса за учебный год.	Учителя физической культуры	в течение года	Заместитель директора по УВР
3	Подготовить выступления, доклады и сообщения на темы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе на педагогических советах лица, ШМО, районных МО.	Учителя физической культуры	в течение года	Заместитель директора по УВР
XI.	<i>Спортивно-хозяйственная работа</i>			
1	Подготовить места, оборудование и инвентарь для проведения учебных занятий.	Учителя физической культуры	август	Учителя физической культуры
2	Использование и хранение спортивного инвентаря	Учителя физической культуры	в течение года	Учителя физической культуры
3	Косметический ремонт спортивного инвентаря и оборудования в каникулярное время	Учителя физической культуры	во время каникул	Заведующий хозяйственной частью
4	Организовать надлежащие санитарно-гигиенические нормы в спортзале и на спортивной площадке	Учителя физической культуры	в течение года	Заведующий хозяйственной частью
5	Текущий косметический ремонт спортивного зала, спортивной площадки, дорожек	Учителя физической культуры	август	Заведующий хозяйственной частью