

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор МБОУ «Лицей №35» НМР РТ  
 Ч.Т. Хужанбердиева  
 « 21 » 08 20 23 г.



**ПЛАН**  
**мероприятий по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**  
**«Готов к труду и обороне» в МБОУ «Лицей №35» НМР РТ**  
**на 2023- 2024 учебный год**

№	Мероприятие	Сроки выполнения	Ответственные
1	Мониторинг состояния здоровья и уровня физической подготовленности учащихся 5-11 классов.	По графику	Медицинские работники
2	Изучение нормативно – правовых Документов.	Сентябрь	Администрация школы, учителя ФК
3	«Неделя легкоатлетических видов». Бег 30,60 м	Сентябрь	Учителя ФК
4	Бег 2000 м. в рамках «Кросс наций».	Сентябрь	Учителя ФК, Кл. руководители
5	Проведение тестирования уровня физической подготовленности обучающихся по программе спортивного комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см.	Октябрь - ноябрь	Администрация школы, учителя ФК
6	Проведение тестирования уровня физической подготовленности обучающихся по программе спортивного комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	Ноябрь	Учителя ФК
	Формирование школьной комиссии по приему испытаний ВФСК «ГТО»	Ноябрь - декабрь	Учителя ФК
7	Проведение тестирования уровня физической подготовленности обучающихся по программе спортивного комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Стрельба из пневматической винтовки положения сидя или стоя с опорой локтей.	Декабрь	Учитель ОБЖ
8	Проведение тестирования уровня физической подготовленности обучающихся по программе спортивного комплекса ГТО. Бег на лыжах 2 км, 3 км.	Январь - февраль	Учителя ФК
9	Проведение тестирования уровня физической подготовленности обучающихся по программе спортивного комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Март	Учителя ФК
10	Соревнования по видам из «ГТО» 5-6 классы «Легкая атлетика – королева спорта!».	Апрель - май	Учителя ФК
11	Конкурс на лучший проект «Возрождение традиций. Путь к здоровью через нормы ГТО». 5-11 классы.	В течении года	Учитель ФК
12	Сдача физкультурно – спортивного норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150 г	Май	Учителя ФК,

13	Ведение протоколов достижения результатов по физкультурно-спортивному комплексу ГТО.	В течении года	Учителя ФК
14	Использование на уроках физической культуры разнообразных форм двигательной активности.	В течении года	Учителя ФК
15	Размещение информации о ходе реализации внедрения ВФСК «ГТО» на сайте лицея.	В течении года	Учителя ФК. Кл. руководители
16	Составление отчета об итогах реализации внедрения ВФСК «ГТО» МБОУ «Лицей №35» ПМР РТ.	Май	Учителя ФК