

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Большеподберезинская
СОШ им.А.Е.Кошкина
Кайбицкого муниципального района РТ»

Ф.Ф.Биктимерова

от «20» сентября 2025г.



План работы школьного Спортивного клуба «Каскад» на 2025 – 2026 учебный год

Цель работы ШСК:

Повышение массовости занятий учащимися физической культурой и спортом для вовлечения их в систематический процесс физического и спортивного совершенствования.

Задачи:

1. реализации образовательных программ дополнительного образования детей физкультурно – спортивной направленности;
2. вовлечение учащихся в систематические занятия физической культурой и спортом;
3. проведение школьных спортивно – массовых мероприятий и соревнований по направлениям;
4. комплектование и подготовка команд учащихся для участия в муниципальных , республиканских соревнованиях;
5. Пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
6. создание нормативно – правовой базы;
7. комплектование и подготовка учащихся к ВФСК «Готов к труду и обороне»

**План
физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий
на 2025 – 2026 учебный год**

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Спартакиада учащихся	В течение года (по плану отдела образования)	ЗДВР., Учитель физ.культуры
Организация работы спортивных секций	В течение года, по расписанию	ЗДВР, педагоги ДО
Общешкольные соревнования по Легкоатлетическому кроссу среди 1-10 классов	сентябрь	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Кросс нации 1-11 классы	сентябрь	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Общешкольные соревнования по настольному теннису среди 5- 10 классов.	октябрь	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Общешкольные соревнования по бадминтону среди 5- 10 классов.	ноябрь	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Общешкольные соревнования по баскетболу среди 5- 10 классов.	декабрь	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Общешкольные соревнования по шахматам среди 5-10 классов	январь	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО

Общешкольные соревнования по волейболу среди 7-10 классов	февраль	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Общешкольные соревнования по пионерболу среди 3-5 классов	февраль	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Лыжня России	февраль	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
День здоровья	апрель	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Общешкольные соревнования по футболу среди 5-10 классов	май	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО
Легкоатлетическая эстафета к 9 мая 5-11 классы	май	ЗДВР., Учитель физ.культуры, кл.рук., педагоги ДО

**Мероприятия на 2025-2026 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к
труду и обороне»**

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3х10 м	1-5	сентябрь,апрель
2	Бег на 30,60,100м	2-5	сентябрь,май
3	Бег на 1,2,3км	1-5	сентябрь,май
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-5	сентябрь,апрель
5	Осенний фестиваль ГТО	1-5	сентябрь-ноябрь
6	Метание спортивного снаряда на дальность	3-5	сентябрь,май
7	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	1-5	сентябрь,апрель
8	Подтягивание из виса на высокой перекладине	1-5	сентябрь,апрель
9	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.		сентябрь,апрель
10	Поднимание туловища из положения лежа на спине	1-5	сентябрь,апрель
11	Наклон вперед из положения стоя с Прямыми ногами на полу	1-5	сентябрь,апрель
12	Метание теннисного мяча в цель	1-2	сентябрь,май
13	Зимний фестиваль ГТО		январь-февраль
14	Бег на лыжах на 1,2,3,5км	1-5	январь,февраль
15	Стрельба из пневматической винтовки	3-5	декабрь,май

