

**Мероприятия на 2021-2022 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и
обороне»**

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3x10 м	1-5	сентябрь, апрель
2	Бег на 30, 60, 100 м	2-5	сентябрь, май
3	Бег на 1, 2, 3 км	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, 3,5 км	1-5	январь, февраль
15	Стрельба из пневматической винтовки	3-5	декабрь, май

**План
физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий
на 2021 - 2022 учебный год**

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Спартакиада учащихся (район)	сентябрь	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Кросс, посвященный памяти выпускника, погибшего в Чеченской войне, Загайнова А.В	17.09.2021	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Беседы, посвященные ЗОЖ	В течение года (по плану)	Классные руководители
Организация работы спортивных секций	В течение года, по расписанию	Учитель физкультуры Шихова А.Д

Общешкольные соревнования по пионерболу 1-2; 3-4-5 классов.	октябрь	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Общешкольные соревнования по футболу 1-4; 5-8 классов.	октябрь	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Соревнования по волейболу для учащихся 5-9 классов	ноябрь	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Соревнования по баскетболу для учащихся 5-9 классов	ноябрь- декабрь	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Силовое троеборье, посвященное памяти выпускника, погибшего в Чеченской войне, Лаптева С.Н	декабрь	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Соревнования по волейболу между учащимися и учителями	март	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Лыжные гонки для учащихся 1-9 классов	январь - февраль	Учитель физкультуры Шихова А.Д
Организация спортивно-массовой работы в лагере дневного пребывания детей	июнь	Учитель физкультуры Шихова А.Д