

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Сотнурская средняя общеобразовательная школа»  
Волжского муниципального района  
Республики Марий Эл

**ПЛАН РАБОТЫ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО**

**КЛУБА " ОЛИМП "**

**на 2025-2026 учебный год.**

Руководитель: Иванов О.В.  
учитель физической культуры  
категория- высшая

**с.Сотнур**  
**2025-2026 учебный год**

## План работы ШСК «Олимп» на 2025-2026 год

**Цель:** создание условий для массовых занятий физической культурой и спортом и вовлечение наибольшего количества обучающихся в систематический процесс физического и спортивного совершенствования

**Задачи:**

- 1) реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 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, региональных и всероссийских соревнованиях;
- 5) пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
- 6) комплектование и подготовка учащихся к ВФСК «Готов к труду и обороне».
- 7) развитие волонтерского движения, содействие формированию у учащихся социально-позитивных потребностей и установок на здоровый образ жизни

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
<b>Организационная работы ШСК</b>			
1	Обсуждение и утверждение плана работы ШСК «Олимп» на 2025-2026г.	Сентябрь	Руководитель ШСК Члены ШСК
2	Составление графика работы спортивных секций	Сентябрь	Руководитель ШСК
3	Выборы председателя ШСК «Олимп» и совета ШСК.	Сентябрь	Руководитель ШСК Совет старшекласников Совет ШСК
4	Оформление информационного стенда	Сентябрь	Руководитель ШСК Совет ШСК
5	Разработка календарного плана спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий	В течение года	Руководитель ШСК Совет ШСК

6	Обеспечение врачебно-медицинского осмотра школьников, занимающихся в спортивных командах и секциях спортивного клуба.	сентябрь	Руководитель ШСК
8	Организация учебы общественного актива (физорги) по физической культуре и спорту.	В течение года	Руководитель ШСК
<b>Воспитательная и социальная работа</b>			
9	Обеспечение участия членов спортивного клуба в подготовке необходимого спортивного оборудования и инвентаря для проведения спортивных мероприятий и праздников.	По необходимости	Руководитель ШСК
10	Посещение, встреча с детьми и их родителями, проведение собраний по вопросам физической культуры и спорта, воспитания и социализации	В течение года	Руководитель ШСК
11	Организация контроля за физической подготовкой и физическим развитием школьников в течение учебного года.	В течение года	Руководитель ШСК
12	Организация культурно-массовых мероприятий (экскурсии, посещение спортивных соревнований, просмотр художественных фильмов по спортивной тематике).	В течение года	Руководитель ШСК Председатель ШСК
13	Встреча с интересными людьми, знаменитыми спортсменами города.	В течение года	Руководитель ШСК
<b>Физкультурно- оздоровительная работа</b>			
14	Организация ежедневной утренней гимнастики до уроков.	постоянно	Совет ШСК
15	Участие в соревнованиях организованных муниципальными и республиканскими органами власти	постоянно	Руководитель ШСК
15	Проведение массовых подвижных игр, соревнований в течение дня на переменах, в группе продленного дня.	постоянно	Совет ШСК

16	Организация подготовки детей к успешному выполнению норм ВФСК ГТО.		Руководитель ШСК
17	Организация физкультурно-оздоровительных мероприятий и праздников.	В течение года	Руководитель ШСК Совет ШСК
18	Организация туристических походов, походов выходного дня с участием учителей и родителей.	В течение года	Руководитель ШСК Совет ШСК
<b>Информационно- пропагандистская работа</b>			
19	Освещение мероприятий на сайте ОУ страницы, ВК отражающей деятельность школьного спортивного клуба	постоянно	Руководитель ШСК
20	Обновление стенда «Лучшие спортсмены школы», знаки ВФСК ГТО. Оформление текущей документации (таблицы соревнований, поздравления, объявления)	постоянно	Руководитель ШСК совет ШСК
21	Привлечение известных спортсменов, тренеров, ветеранов спорта к деятельности ШСК, физкультурно-массовой работе, участию в протокольных церемониях, мастер-классах, фото-сессиях и встречах с юными болельщиками	В течение года	Руководитель ШСК
23	Организация конкурсов, круглых столов, дискуссий, фестивалей для обучающихся ШСК	В течении года	Руководитель ШСК
24	Съемки сюжетов о жизни обучающихся школьного спортивного клуба (занятия, физкультурно-спортивные и досуговые мероприятия, мастер-классы)	В течении года	Руководитель ШСК Совет ШСК
25	Создание дискуссионных площадок (встречи, круглые столы, дискуссии) по вопросам физического воспитания в семье	В течении года	Руководитель ШСК
26	Привлечение в школьный спортивный клуб новых членов	постоянно	Руководитель ШСК Члены ШСК

<b><i>Спортивно- массовая работа</i></b>			
27	Набор и комплектование спортивных секций: волейбол, лыжи, юный стрелок, юный турист	сентябрь	Руководитель ШСК
28	Выборы в классах физоргов	сентябрь	Совет ШСК
29	Организация систематической тренировочной работы спортивных секций и команд (расписание занятий на год)	постоянно	Руководитель ШСК
30	Организация и проведение внутри школьных соревнований между классами	В течение года	Руководитель ШСК Совет ШСК
31	Участие в соревнованиях, конкурсах разных уровней (согласно календарю спортивных соревнования района, республики)	постоянно	Руководитель ШСК
<b><i>Контроль и руководство</i></b>			
32	Анализ хода выполнения поставленных задач и проведения спортивно-массовых мероприятий	В течении года	Руководитель ШСК
33	Корректировка работы клуба	По мере необходимости	Руководитель ШСК
34	Утверждение календарно-тематических планов тренировочных занятий на учебный год	сентябрь	Руководитель ШСК
<b><i>Методическая работа</i></b>			
28	Посещение семинаров, участие в вебинарах, конференциях для руководителей ШСК	В течении года	Руководитель ШСК
29	Изучение нормативной документации, регламентирующей деятельность ШСК	постоянно	Руководитель ШСК
30	Проведение методических мероприятий с целью обмена опытом	В течении года	Руководитель ШСК

31	Участие в конкурсах, форумах, проектах разного уровня ( муниципальных, региональных, федеральных)	постоянно	Руководитель ШСК
----	---	-----------	------------------

### Календарный план спортивно- массовых мероприятий

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
1	Осенний кросс	Сентябрь	учитель физической культуры
2	Туристический слет для 1-4 классов	Сентябрь	Совет ШСК
3	Школьный турнир по мини-футболу на «Кубок Совета отцов» 5-9 классы	Сентябрь	Совет ШСК
4	Школьный турнир по пионерболу 5-9 классы	Сентябрь	Совет ШСК
5	Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап, теория)	Сентябрь	Учитель физической культуры, члены ШСК
6	Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап, практика)	ноябрь	Учитель физкультуры, члены ШСК
7	Школьный турнир по подтягиваниям	Октябрь	Совет ШСК
8	Школьный турнир по баскетболу	Ноябрь	Совет ШСК.
9	Школьный турнир по прыжкам в длину	Ноябрь 16.11- 20.11	Лукьянова Н.М. Совет ШСК
10	«Моя спортивная мама», приуроченное к Дню матери.	Ноябрь	Учитель физической культуры
11	Турнир по игре «Хвост дракона»	Декабрь	Совет ШСК
12	Зимний чемпионат по лыжным гонкам	Январь	Учитель физической культуры Совет ШСК
13	Военно-спортивное мероприятие «Армейский калейдоскоп»	февраль	Учитель физической культуры Совет ШСК
14	Оздоровительная зарядка для учеников начальной школы	В течение года	Совет ШСК
15	Школьный турнир «Президентские состязания»	Февраль	Совет ШСК
16	«Веселые старты» для начальной школы	Апрель	Учителя нач. классов Совет ШСК
17	Школьный фестиваль «Все на сдачу ГТО»	Апрель	Учитель физической культуры

			Совет ШСК
18	Спортивные эстафеты	Май	Учитель физической культуры Совет ШСК
19	Конкурс «Лучший спортсмен года»	Май	Учитель физической культуры Совет ШСК
<b><i>Участие в муниципальных и региональных соревнованиях</i></b>			
20	Кросс наций-2025	Сентябрь	Учитель физической культуры
21	Спартакиада настольный теннис	Октябрь	Учитель физической культуры
22	Школьная баскетбольная лига «КЭС-Баскет». (Муниципальный уровень.)	Ноябрь	Учитель физической культуры
23	Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре (Муниципальный этап)	Ноябрь	Учитель физкультуры
24	Спартакиада среди образовательных организаций – лыжные гонки (Муниципальный этап)	Январь, февраль	Учитель физической культуры
25	Лыжные гонки «Приз школы»	Январь-февраль	Члены ШСК
26	Муниципальный этап «Игры ШСК»	Февраль-март	Учитель физической культуры
27	Муниципальный этап «Президентские состязания»	Апрель	Учитель физической культуры
28	Фестиваль ГТО	Апрель – май	Учитель физической культуры
28	Легкоатлетические соревнования - «Шиповка юных», в рамках спартакиады «Президентские игры». (Муниципальный уровень.)	Апрель	Учитель физической культуры
30	Муниципальный этап «Президентские спортивные игры»	Апрель	Учитель физической культуры
31	Легкоатлетическая эстафета, посвящённая 9 мая	май	Учитель физической культуры

**План  
физкультурно-массовых, физкультурно-спортивных и  
социально-значимых мероприятий**

<b>№</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
<b><i>Формирование знаний, установок, личностных ориентировок</i></b>			
1	Всероссийский интернет урок " Путь в никуда"	сентябрь	Кл. руководители
2	Общешкольная акция: - Раскрой зонтик защиты от вредных привычек - Замени сигарету на конфетку -Красная ленточка (День борьбы со СПИДом) -Сделай свой выбор - Твердое решение	ноябрь  январь  март апрель май	Зам. директора по ВР, руководитель ШСК
3	Цикл тематических мероприятий: - Дни здоровья - Агитбригада " Мы за здоровый образ жизни" - Спортивные праздники " Папа, мама, я- спортивная семья" - Веселые старты	сентябрь  декабрь  февраль апрель	руководитель ШСК
<b><i>Мероприятия для пропаганды здорового питания и двигательного режима</i></b>			
4	Тематические классные часы о правильном режиме дня и правильном питании - Дорога к здоровью - Мой режим дня -Профилактика переутомления - Здоровье - главная ценность человека - Как повысить работоспособность - Здоровое питание	сентябрь  ноябрь  февраль апрель	руководитель ШСК, совет ШСК
5	Утренняя гимнастика, организация и проведение динамических пауз на больших переменах	постоянно	Совет ШСК
6	Выпуск информационных листов о спортивной жизни в школе - «Спортивный калейдоскоп» Оформление стендов «Ими гордится школа!», «Интересное в мире спорта»	ежекварталь но	руководитель ШСК, совет ШСК



<b>Физкультурно- оздоровительные мероприятия в режиме образовательного процесса</b>			
7	Обсуждение на педагогическом совете (или совещании при директоре) порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменных, гимнастики перед занятиями. Проведение беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики, подвижных игр на переменных и физкультминуток. Проведение подвижные игры и занятия физическими упражнениями на больших переменных. Проведение физкультминутки на общеобразовательных уроках	В течение года	руководитель ШСК
8	Спортивная работа в классах и секциях: в классах назначение физоргов ответственных за проведение подвижных игр на больших переменных и организующих команды для участия в соревнованиях. Составление расписание занятий секций, тренировок команд. Организация секций и кружков	постоянно	руководитель ШСК, совет ШСК
<b>Работа с родителями</b>			
1	Классные родительские собрания «Психофизиологические особенности учащихся определённого возраста. Советы школьного врача».	Сентябрь	руководитель ШСК
2	Родительское собрание в 5 классе «Условия и успешность перехода в среднюю школу. Особенности учащихся данного возраста».	Сентябрь	руководитель ШСК
3	Дни Здоровья	В течение года	руководитель ШСК, совет ШСК
4	Анкетирование родителей по вопросам ЗОЖа	1 полугодие	руководитель ШСК, совет ШСК
5	Неделя физической культуры	Апрель	руководитель ШСК, совет ШСК
6	Классные родительские собрания «Свободное время школьников. Оздоровление детей».	Май	Кл. руководители руководитель ШСК
7	Туристические походы совместно с родителями (поход выходного дня).	В течение года	руководитель ШСК, совет ШСК

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

Нормативы	Ступени	Дата сдачи
Челночный бег 3х10 м	1	сентябрь
Бег на 30, 60, 100 м	2-5	сентябрь
Бег на 1, 2 км	1-5	сентябрь
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-5	сентябрь
Прыжок в длину с разбега	2-5	сентябрь
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	1-5	сентябрь
Подтягивание из виса на высокой перекладине	1-5	сентябрь
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.		сентябрь
Поднимание туловища из положения лежа на спине	1-5	сентябрь
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	1-5	сентябрь
Метание теннисного мяча в цель	1-2	май
Метание спортивного снаряда на дальность	3-5	май
Плавание на 10, 15, 25, 50 м	1-5	февраль
Бег на лыжах на 1, 2, 3,5 км	1-5	март
Стрельба из пневматической винтовки	3-5	март
Туристический поход с проверкой туристических навыков	3-5	сентябрь