УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Технический лицей»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Э.И.Аман

«09» июня 2023 г.

 МП

**ПЛАН**

**спортивно-оздоровительной работы МАОУ «Технический лицей» на 2023/2024 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дела | Классы | Ориентировочное время проведения | Ответственные |
| **ОРГАНИЗАЦИОННАЯ – МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** |
| Работа с документацией, анализ спортивно-оздоровительной работы за 2022-2023 год | 8-11 | июнь 2023 | Заместитель директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры |
| Изучение методической литературы, необходимой для продуктивной спортивно-оздоровительной работы  | 8-11 | в течение учебного года | Заместитель директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры |
| Регулярное ознакомление с федеральными и региональными нормативными правовыми документами, инструктивными материалами | 8-11 | в течение учебного года | Заместитель директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры |
| Составление плана работы преподавателя физической культуры, расписание работы спортивного клуба «Импульс» | 8-11 | до 10.09.2023 | учитель физической культуры |
| Сбор и актуализация информации о лицеистах, занимающихся в спортивных клубах вне МАОУ «Технический лицей» | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры |
| Пополнение методического кабинета учителей физической культуры дидактическим материалом (учебными карточками и плакатами, литературой и т.д.). | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры |
| Приобретение спортивного инвентаря | 8-11 | по заявке | директор, заместитель директора, курирующий административно-хозяйственную деятельность |
| Подготовка спортивных сооружений к началу учебного года. | 8-11 | до 01.09.2023 | учитель физической культуры |
| Разработка программ внеурочной деятельности спортивной и оздоровительной направленности для всех участников образовательного процесса | 8-11 | до 01.09.2023 | учитель физической культуры |
| Составление расписание занятий кружков и спортивных секций. | 8-11 | до 10.09.2023 | учитель физической культуры |
| **АГИТАЦИОННО-ПРОПАГАНДИСТСКАЯ РАБОТА** |
| Оформление информационного стенда по физической культуре. | 8-11 | в течение года | учитель физической культуры |
| Организация бесед о гигиене школьника, правилах закаливания, воспитании правильной осанки, двигательном режиме уч-ся, физической культуре в жизни знаменитых людей и др. | 8-11 | в течение учебного года | медицинский работник, заместитель директора, курирующий воспитательную работу,учитель физической культуры,классные руководители |
| Подготовка информационного материала для размещения во вкладке « ЛСК «Импульс»» на официальном сайте МАОУ «Технический лицей» | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| **ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ** **В РЕЖИМЕ УЧЕБНОГО ДНЯ** |
| Проведение бесед о режиме дня школьника, значении физкультурно-оздоровительных мероприятий для укрепления здоровья учащихся и др. | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Реализация проекта «Динамичная перемена»: * занятия на перекладине и многофункциональных брусьях
* гиревой спорт
* настольный теннис
 | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Разучивание на уроках физкультуры комплексов упражнений утренней гимнастики, физических упражнений, снимающих усталость в течение дня | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| **УЧЕБНАЯ РАБОТА** |
| Планирование прохождения учебного материала на учебный год, составление и корректировка рабочих программ по физической культуре. | 8-11 | до 30.08.2023до начала каждой четверти | Учитель физической культуры |
| Распределение учащихся по медицинским группам. | 8-11 | в течение учебного года | медицинский работник, заместитель директора, курирующий учебно-воспитательную работу,учитель физической культуры |
| Проведение мониторинга уровня физической подготовленности учащихся 8-11 классов | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры |
| Анализ динамики роста показателей физической подготовленности и проведение индивидуальной работы сучащимися | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры |
| Проведение контрольных испытаний по тестам для определения уровня физической подготовленности | 8-11 | сентябрь 2023,май 2024 | учитель физической культуры |
| Организация работы с одаренными детьми для подготовки и участия в олимпиадах, конкурсах, соревнованиях | 8-11 | в течение учебного года | Заместитель директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры |
| Подготовка к сдаче норм ГТО | 8-11 | в течение учебного года | учитель физической культуры |
| Проведение информационной кампании по формированию ЗОЖ в формате ежемесячных тематических недель (пятиминутки здоровья, квесты, викторины) | 8-11 | 1. «Мое здоровое сердце и сосуды» (сентябрь 2023, январь 2024)2. «Мой рацион питания» (октябрь 2023, февраль 2024)3. «Мои выносливые мышцы» (ноябрь 2023, март 2024)4. «Мои здоровые легкие» (декабрь 2023, апрель 2024)5. «10000 шагов к здоровью» (май 2024)  | учитель физической культуры, волонтеры спорта, волонтеры-медики и актив ЛСК «Импульс» |
| **ОБЩЕЛИЦЕЙСКИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫЕ СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ** |
| Общелицейский День здоровья «Техлицей стартует! Четыре сезона!» | 8-11 | 2 и 9 сентября 2023 , последняя суббота декабря 2023, апреля 2024, июня 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физкультуры, активы классов |
| «Парк-волей» - общелицейские соревнования по дворовому волейболу | 8-11 | сентябрь 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физкультуры, активы классов |
| Общелицейский турнир по армрестлингу | 8-11 | сентябрь 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Фестиваль спортивных семей | 8-11 | последняя суббота октября 2023, января 2024, марта 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Конкурс «Старттинейджер» | 8-9 | 20-30 сентября 2023 | учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Участие во Всероссийских соревнованиях «Кросс нации» | 8-11 | По приказу Управления образования  | учитель физкультуры, классные руководители, активы классов |
| Общелицейский турнир по подтягиванию «Высота»  | 8-11 | октябрь 2023 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Общелицейский турнир по футболу | 8-11 | октябрь 2023 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Месячник спортивных мероприятий «Богатырские потехи», посвященный профилактике наркомании и алкоголизма «Мы выбираем жизнь» | 8-11 | 2-я неделя ноября 2023 – «Легкая атлетика»3-я неделя ноября 2023 – «Тяжелая атлетика»4-я неделя ноября 2023 «Нормы ГТО» | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Спортивные мероприятия «Большие гонки в Техлицее» | 8-11 | декабрь 2023 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Общелицейский турнир по волейболу  | 8-11 | декабрь 2023 – январь 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Интеллектуально-спортивная игра «Движение – жизнь» | 8-11 | январь 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Общелицейский турнир по гиревому спорту | 8-11 | январь 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Лицейский турнир по баскетболу | 8-11 | февраль-март 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Участие во всероссийской акции «Лед надежды нашей» | 8-11 | По приказу Управления образования | учитель физкультуры, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Участие во всероссийской акции «Лыжня России – 2024» | 8-11 | По приказу Управления образования | учитель физкультуры, классные руководители, активы классов |
| Лицейский чемпионат по настольному теннису | 8-11 | февраль 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Проект «Динамичная перемена» | 8-11 | в течение учебного года | Учитель физкультуры, активы классов |
| Военнизированный турнир «Лицейское многоборье», посвященный Великой Победе в мае 1945 года | 8-11 | 6-13 мая 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Спортивная эстафета «Лицеисты-олимпийцы» | 8-11 | 1 неделя июня 2024 | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Агитация в участии ВСК ГТО (кл.час)Регистрация учащихся на сайте gto.ru, сбор списков номеров ID по классам | 8-11 | в течение учебного года | учитель физкультуры |
| Участие в спортивных мероприятиях муниципального, республиканского и федерального уровня | 8-11 | в течение учебного года  | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |
| Организация работы спортивных секций. | 8-11 | в течение учебного года(по заявлениям) | Зам. директора, курирующий воспитательную работу, учитель физической культуры, волонтеры спорта и актив ЛСК «Импульс» |