**МБОУ СОШ с. Сусанино**

**Учитель физической культуры**

**Мазуренко Тамара Ивановна**

**ПЛАН СШК «Готов к труду и обороне»**

**на 2021-2022 учебный год**

Пояснительная записка

Внеклассная работа по физической культуре направленна на развитие потребности в занятиях физическими упражнениями, укрепления здоровья, развития иммунитета к простудным заболеваниям.

В процессе занятий учащиеся приобретут навыки и умения в формировании физических качеств. Получат возможность развивать самостоятельность и индивидуальные способности. Смогут применять их в процессе жизнедеятельности.

Дети научатся: преодолевать психологический барьер, во время участия в соревнованиях и уроках физической культуры, приобретут организаторские навыки.

Актуальность внеклассной работы заключается в том, чтобы отвлечь детей от улицы, а так же служит средством развития познавательной и физической активности.

Содержание и формы организации занятий определяются с учетом интересов большинства учащихся и условий школы: учащимся предоставляется возможность выбора видов занятий в соответствии с их желаниями.

 Внеклассная работа по физическому воспитанию рассчитана на 0,25 ставки. 4,5 часа в неделю. 1 час рассчитан на 40 минут.

1. Сдача норм ГТО. /Обработка протоколов. Работа с документами. ГТО/

2. Школьные соревнования.

3. Праздник физической культуры.

4. Дни здоровья.

**Праздник физической культуры** это массовые зрелищные мероприятия показательного и развлекательного характера, способствующие пропаганде физической культуры. Здесь могут привлекаться помощь родителей и организаций, которая выражаться в материально-техническом обеспечении спортивной базы.

**Школьные соревнования** проводятся между классами или отдельными группами учащихся классов. Учащиеся делятся по возрастным группам, и итоги подводятся соответственно.

**Дни здоровья** проводиться для учащихся I – XI классов. Сроки проведения дней здоровья устанавливаются школой в зависимости от климатических условий, наличия спортивной базы, установившихся традиций. Дни здоровья и спорта включают подвижные и спортивные игры на местности, лыжные туристические походы, массовые соревнования, различные развлечения.

**Цель:**

- обеспечить здоровый, активный содержательный отдых; удовлетворять интересы школьников к занятиям массовыми видами спорта.

- вовлечь детей, имеющих хорошие способности к занятиям определенными видами спорта;

 **Работа по БГТО И ГТО.** До начала учебного года составляются списки учащихся, достигших возраста, необходимого для сдачи норм на соответствующий знак, и допущенных к участию в соревнованиях школьным врачом. Учащиеся, подавшие заявление на сдачу норм ГТО, ориентируются на график сдачи данных испытаний. Испытания состоят из 8 видов / 4-обязательных и четыре по выбору/. В процессе одного учебного года дети готовятся к сдачи данных испытаний и выполняют испытания согласно графика. Готовятся учащиеся самостоятельно и на внеурочных занятиях ГТО.

**Внешкольные мероприятия по физической культуре.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Дата проведения | Тема мероприятия | Место проведения | Ответственные |
| 1. | Сентябрь | **Неделя туризма**Работа с документами ГТОПодготовка к сдачи нормативов.**Инструктаж по технике безопасности** | Аэропорт, территория школыТерритория школы | Учитель физкультуры, Зам директора по ВРУчитель физкультуры, учитель ОБЖ |
| 2. | Октябрь | **Участие в районных соревнованиях ГТО**Работа с документами ГТОПодготовка сборной школы для участия в районных соревнованиях.**Велогонки****Спортивное соревнование по волейболу** | С. Богородское Территория школыСпортзал МБОУ СОШ с. Сусанино  | Учитель физкультуры, Зам директора по ВРУчитель физкультурыУчитель физкультуры |
| 3. | Ноябрь | **Сильные и смелые**.**Беседа о ЗОЖ****Лыжные гонки** | Спортзал МБОУ СОШ с. Сусанино МБОУ СОШ с. СусаниноПрилегающая местность к МБОУ СОШ с. Сусанино | Учитель физкультуры, Зам директора по ВРКлассные руководители, педагог-психологУчитель физкультуры, учитель ОБЖ |
| 4 | Декабрь | **Работа с документами ГТО****Подготовка к сдачи нормативов.****Турнир по волейболу** | МБОУ СОШ с. СусаниноСпортзал МБОУ СОШ с. Сусанино  | Учитель физкультурыУчитель физкультуры, классные руководители |
| 5 | Январь | **Спортивный праздник «Веселая семейка»** | Спортзал МБОУ СОШ с. Сусанино  | Классные руководители |
| 6. | Февраль | **Соревнование ко дню защитника отечества** **Военизированная полоса препятствий:****«Россия зовёт»** | Спортзалшкола | Классные руководители, учитель физкультуры |
| 7. | Март | **Первенство класса по лыжным гонкам.****Прием нормативов.** | Лесной массив за школой МБОУ СОШ с. СусаниноСпортзалшкола | учитель физкультуры, зам директора по ВРучитель физкультуры |
| 8. | АпрельМай | **Велогонки ЭСТАФЕТА****Посвященная 9 мая** | Футбольное поле и прилегающая местность.МБОУ СОШ с. СусаниноТрасса -Сусанино Анненские воды  | учитель физкультуры, зам директора по ВР, классные руководители |
| 9. |

**II. Порядок организации и проведения**

Организация проведения соревнований возлагается на заместителя директора по воспитательной работе, организатора, учителей физической культуры, классных руководителей (воспитателей)

Программа и форма проведения **Дня здоровья, Эстафета, Военизированная полоса препятствий,** разрабатывается заместителем директора по воспитательной работе совместно с организатором, учителями физической культуры.

Учителя физической культуры участвуют в подготовке классных команд для участия в спортивных соревнованиях в рамках программы.

Заместитель директора по воспитательной работе отвечает за подготовку призов для команд-победительниц, учащихся, занявших I, II, III места.

Классные руководители (воспитатели) доводят программу Дня здоровья до сведения учащихся не позднее одной недели до его проведения.