



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Люгинская ООШ»

Середина Л.Н.

08 2022г.

**ПЛАН РАБОТЫ**  
**по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**  
**«Готов к труду и обороне»**  
**МБОУ «Люгинская ООШ»**  
**2022-2023 учебный год**

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки исполнения	Ответственный исполнитель
1.	Проведение опроса обучающихся школы с целью выявления из их числа желающих участвовать в сдаче норм ВФСК ГТО на специальных пунктах .	сентябрь	Учителя физической культуры, классные руководители
2.	Разработка плана по реализации ВФСК ГТО в учебном учреждении на 2022-2023 год	сентябрь	Заместитель директора по воспитательной работе, учитель физической культуры
3.	Организация занятий внеурочной деятельностью для обучающихся по спортивно - оздоровительному направлению в секциях и внеурочных занятиях	сентябрь-октябрь	Учитель физической культуры
4.	Проведение мониторинга уровня физической подготовленности обучающихся школы с целью проверки их готовности к выполнению норм ВФСК ГТО	сентябрь, декабрь	Учитель физической культуры
5.	Сдача норм ГТО учащимися школы -бег на короткие дистанции; -метание; -кросс	октябрь	Учитель физической культуры
6.	Сдача норм ГТО педагогическим коллективом	октябрь	Учитель физической культуры
7.	Проведение в школе единого тематического урока, посвящённого Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне»	октябрь	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители
8.	Проведение школьных соревнований по ОФП с включением в них испытаний из ВФСК ГТО	октябрь	Учитель физической культуры
9.	Организация собраний для обучающихся и родителей (законных представителей) по вопросам популяризации ВФСК ГТО	ноябрь	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители, учитель физической культуры
10.	Проведение школьных соревнований по лыжным гонкам на дистанциях, включённых в ВФСК ГТО	январь	Заместитель директора по воспитательной работе, учитель физической культуры
11.	Сдача норм ГТО учащимися школы -бег на лыжах	январь	учитель физической культуры

12.	Сдача норм ГТО педагогическим коллективом - Бег на лыжах	январь	учитель физической культуры
13.	Совещание классных руководителей и учителя физической культуры по популяризации и внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	январь	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители, учитель физической культуры
14.	Участие обучающихся школы в сдаче норм ВФСК ГТО на специальных пунктах.	по плану	Заместитель директора по воспитательной работе, учитель физической культуры
15.	Конкурс агит-плакатов «Мы за здоровый образ жизни»	февраль	Классные руководители, учитель физической культуры
16.	Оформление стенда «От значка ГТО к олимпийской медали» с размещением информации о внедрении ВФСК ГТО	апрель	Администрация, учитель физической культуры
17.	Конкурс рисунков «Значок ГТО моими глазами»	апрель	Заместитель директора по воспитательной работе, учитель физической культуры
18.	Проведение школьных соревнований по лёгкой атлетике с включением в них испытаний из ВФСК ГТО	май	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители, учитель физической культуры

План работы на 2022-2023 учебный год  
по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

№ п/п	Нормативы	Дата сдачи
1	Бег на 60м/30 м	сентябрь
2	Бег на 100 м	
3	Бег на 1/2 км	октябрь
4	Прыжок в длину с места двумя ногами	ноябрь
5	Наклон вперед из положения лежа на спине(пресс)	
6	Отжимание	декабрь
7	Бег на лыжах 1,2,3 км	декабрь-февраль
8	Наклон вперед из положения стоя с прямым ногами на полу	март
9	Подтягивание	
10	Метание	апрель
11	Прыжок в длину с разбега	
12	Челночный бег 3х10м	май
13	Кросс по пересеченной местности 1,2,3 км	