

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «Сузунская СОШ № 1»
А.В.Кулигин
Приказ № 64/1 от 29.08.2026г.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН
спортивно-массовых, физкультурно-спортивных и социально-значимых мероприятий
школьного спортивного клуба «ОЛИМПИОНИК»
на 2026 – 2027 учебный год.

Главная цель: Создание условий для всестороннего развития личности обучающихся, укрепления их здоровья, формирования устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни (ЗОЖ) и выявления сильнейших спортсменов школы через системную внеурочную физкультурно-спортивную деятельность.

Основные задачи:

1. **Оздоровительные:** Укрепление физического здоровья школьников, профилактика нарушений осанки и зрения, повышение иммунитета в условиях учебной нагрузки.
2. **Образовательные:** Расширение знаний о правилах безопасности жизнедеятельности, основах гигиены, биомеханике движений и истории спорта; обучение базовым тактическим схемам командных игр.
3. **Спортивно-массовые:** Популяризация различных видов спорта, привлечение максимального числа учащихся к регулярным занятиям физической культурой, формирование сборных команд школы для участия в муниципальных соревнованиях.
4. **Воспитательные:** Формирование волевых качеств (дисциплинированность, целеустремленность), навыков командной работы, чувства патриотизма и уважения к сопернику, развитие лидерских качеств у актива клуба.
5. **Организационные:** Совершенствование системы судейства внутришкольных турниров силами Совета клуба, ведение электронного рейтинга классов и портфолио достижений воспитанников.

Месяц	Мероприятие	Участники / Классы	Примечание	Ответственные
	МАССОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В РЕЖИМЕ ДНЯ ШКОЛЫ			
Ежедневно	Проведение гимнастики до занятий в начальной школе.	1 – 4 классы	Зарядка буквально «будит» организм после сна: активизирует кровообращение, дыхание, обменные процессы. Это помогает быстрее избавиться от сонливости,	Зам.директора по ВР, кл.руководители 1-4 кл.

			собраться с мыслями и настроиться на учёбу.	
Ежедневно	Проводить игры и физические упражнения на удлинённых переменах		Игры и упражнения на удлинённых переменах — это не просто развлечение, а важный элемент режима дня, который помогает детям сохранять здоровье, бодрость и хорошую успеваемость.	Дежурный класс
Ежедневно	Проводить физкультминутки на уроках и физкультпаузы в группах ГПД		Обеспечить активный отдых, предупредить и снять утомление, восстановить умственную и физическую работоспособность в процессе учебной или трудовой деятельности.	Учителя начальных классов, учителя-предметники
Ежедневно	Организовать и проводить «Спортивный час» в группах продленного дня		Создание условий для укрепления здоровья учащихся, их физического развития и повышения работоспособности, а также организация активного отдыха после учебных занятий.	Воспитатели ГПД
Сентябрь	Торжественное открытие сезона ШСК «ОЛИМПИОНИК», презентация секций	1–11 классы	Выборы нового состава Совета клуба	Зам.директора по ВР, Руководитель клуба
	Общешкольный День здоровья «Осенний марафон» (кросс Нации — школьный этап)	1–11 классы	Соревнования по бегу с раздельным стартом по возрастным группам	Зам.директора по ВР, Совет клуба, учителя физкультуры
	Первенство школы по легкоатлетической эстафете, посвященное началу учебного года	Сборные команды классов (5х100 м, 4х200 м)	Определение самого быстрого класса	Совет клуба, учителя физкультуры
Октябрь	Школьная спартакиада «Веселые старты»	Начальная школа (1–4 классы)	Командные эстафеты с элементами гимнастики и	Совет клуба, учителя физкультуры

			народных игр	
	Товарищеские матчи по мини-футболу между классами одной параллели	5–8 классы	Круговая система проведения	Совет клуба, учителя физкультуры
	Мастер-класс от приглашенного спортсмена (ветерана или действующего атлета)	Совет клуба, сборные команды	Встреча приурочена к Всероссийскому дню гимнастики	Совет клуба, учителя физкультуры
Ноябрь	Турнир по шахматам и шашкам «Белая ладья» (внутришкольный этап)	1–11 классы	Проводится отдельно для начальной, средней и старшей школы	Совет клуба, учителя физкультуры
	Первенство школы по пионерболу	Девушки 5–7 классов	Упрощенные правила волейбола для отработки техники передачи	Совет клуба, учителя физкультуры
	Военно-спортивная игра «Зарница-школа»	8–11 классы	Элементы строевой подготовки, разборка-сборка макета оружия, полоса препятствий	Совет клуба, учителя физкультуры
Декабрь	Декада ГТО (прием нормативов комплекса ВФСК ГТО)	Все желающие (II–XV ступени)	Стрельба из пневматической винтовки, плавание (по договоренности с бассейном)	Совет клуба, учителя физкультуры
	Новогодний турнир по стритболу (баскетбол 3х3)	Юноши и девушки 9–11 классов	Игры на уличной площадке при благоприятных погодных условиях	Совет клуба, учителя физкультуры
	Конкурс снежных скульптур на тему «Олимпийское движение»	1–6 классы	Творческо-спортивное мероприятие во время перемен	Совет клуба, учителя физкультуры
Январь	Рождественский турнир по хоккею с шайбой (или флорболу в зале)	Юноши 7–11 классов	При отсутствии льда — турнир по флорболу (хоккею в зале)	Совет клуба, учителя физкультуры
	Лыжня «ОЛИМПИОНИКА» — массовый лыжный поход/гонка	1–11 классы	Дистанции согласно возрасту (от 500 м до 3 км)	Совет клуба, учителя физкультуры
	Первенство школы по дартсу	Педагогический состав, Совет клуба	Показательное выступление для сплочения коллектива	Совет клуба, учителя физкультуры
Февраль	Месячник оборонно-массовой и спортивной работы	Вся школа	Ежедневные пятиминутные зарядки перед уроками	Совет клуба, учителя физкультуры

	Смотр строя и песни	5–11 классы	Оценивается дисциплина шага, форма одежды и исполнение речевки	Совет клуба, учителя физкультуры
	Открытый турнир по волейболу памяти героев-земляков	Сборные юношей и девушек 8–11 классов	Главный спортивный праздник месяца	Совет клуба, учителя физкультуры
Март	Фестиваль школьной баскетбольной лиги (стритбол 3х3)	5–8 классы	Быстрый темп игры, плей-офф олимпийская система	Совет клуба, учителя физкультуры
	Первенство школы по настольному теннису (личное)	1–11 классы	Отдельные сетки для мальчиков и девочек в каждой возрастной группе	Совет клуба, учителя физкультуры
	Семейная эстафета «Папа, мама, я — спортивная семья»	Родители + обучающиеся 1–4 классов	Соревнование династий учеников школы	Совет клуба, учителя физкультуры
Апрель	Весенний кросс «Кубок директора»	1–11 классы	Индивидуальный зачет, определение абсолютных чемпионов школы	Совет клуба, учителя физкультуры
	Всемирный день здоровья: квест-игра «Тропа здоровья» (командная гонка по станциям)	5–7 классы	Станции: первая помощь, ориентирование, узлы, скалодром	Совет клуба, учителя физкультуры
	Уроки чистоты и спорта (совместно с медкабинетом)	1–4 классы	Обучение правилам гигиены спортсмена	Совет клуба, учителя физкультуры
Май	Финал школьной Спартакиады – Президентские спортивные игры (легкая атлетика)	1–11 классы	Прыжки в длину, метание мяча/гранаты, челночный бег	Совет клуба, учителя физкультуры
	Спортивный фестиваль, посвященный Дню Победы	1–11 классы	Реконструкция исторических спортивных нормативов времен ВОВ	Совет клуба, учителя физкультуры
	Итоговое торжественное закрытие сезона. Церемония награждения «Герои "ОЛИМПИОНИКА"»	Весь коллектив школы	Награждение лучших спортсменов, активистов клуба и самых спортивных классов переходящим Кубком	
Июнь	Летняя оздоровительная кампания: работа	Лагерный поток	Малые Олимпийские игры,	

	клуба в пришкольном лагере		водные эстафеты, ежедневные турниры по бадминтону	
--	----------------------------	--	--	--