



Директор МАОУ «СОШ № 14»

Т.В.Ощепкова

2020 г.

**План спортивно-массовых, физкультурно-спортивных  
и социально значимых мероприятий  
ШФСК «Горняцкий БРиЗ»  
на 2020 - 2021 учебный год**

*Вариант №1 (при благоприятной эпидемиологической обстановке)*

**1 четверть**

№	Мероприятие	Классы	Сроки проведения
1	«День здоровья»	1-11	сентябрь
2	Декада бега	1-11	сентябрь
3	«Кросс нации-2020»	1-11	сентябрь
4	Соревнования по футболу «Золотая осень»	3-11	сентябрь
5	Конкурс «Веселые старты»	1, 5	сентябрь
6	Соревнования по волейболу, посв. Дню рождения школы (учащиеся, педагоги, родители)	8-11	октябрь

**2 четверть**

1	Фестиваль в рамках ВФСК «ГТО»	1-11	ноябрь
2	Соревнования по пионерболу	2-7	декабрь
3	Соревнования по волейболу	8-11	декабрь
4	«День здоровья»	1-11	декабрь

**3 четверть**

1	Соревнования по баскетболу	3-11	январь
2	Соревнования по перетягиванию каната среди юношей	1-11	февраль
3	Соревнования по волейболу, посвященные памяти Д. Шектаева	8-11, родители (папы)	февраль
4	Силовой марафон по подтягиванию «Богатырская сила» среди юношей, в рамках ВФСК «ГТО»	1-11	февраль
5	Спортивно-патриотическая игра «Зарница»	5-11	февраль
6	Соревнования по перетягиванию каната среди девушек	1-11	март
7	«День здоровья»	1-11	март

**4 четверть**

1	Марафон в рамках ВФСК «ГТО»	1-11	апрель
2	Соревнования по настольному теннису	5-11	ноябрь
3	Спортивный праздник по итогам года	1-11	май

**В течение года:**

1. Конкурс «Самый спортивный класс» (1-10 классы)
2. Конкурс «Лучший физкультурник года» (1-10 классы)
3. Конкурс рисунков, плакатов «Мы – за здоровый образ жизни» (1-11 классы).

4. Конкурс презентаций, рекламных видеороликов «В здоровом теле – здоровый дух!» (5-11 классы).
5. Участие в ВФСК «ГТО».
6. Участие в «Президентских состязаниях».
7. Участие в муниципальных мероприятиях (по плану).

*Вариант №2 (при неблагоприятной эпидемиологической обстановке)*

<b>Сроки проведения</b>	<b>Мероприятие в формате онлайн</b>	<b>Классы</b>
1 четверть	1. Подготовка к ВФСК «ГТО». 2. Марафон «Мы готовы к ГТО»	1-11
2 четверть	1. Челлендж «Развитие координации». 2. Конкурс «Самое большое спортивное портфолио». 3. Семейные соревнования «Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу». 4. Акция «Лучше физическая культура, чем вредные привычки!»	1-11
3 четверть	1. Противовирусный челлендж 2. Акция «Моя семья - за здоровый образ жизни!». 3. Семейные соревнования «Поднимание и опускание туловища из положения лёжа на спине».	1-11
4 четверть	1. Акция «Весёлые скакалки». 2. Соревнования по прыжкам через скакалку с двойным прокрутом. 3. Соревнования по набиванию футбольного мяча.	1-11

**В течение года:**

1. Участие в ВФСК «ГТО».
2. Участие в «Президентских состязаниях».
3. Участие в муниципальных мероприятиях (по плану).