

ПЛАН
спортивно-массовой работы
структурного подразделения «ШСК «Вельская волна»
МБОУ «Гимназия № 4 г. Вельска»
на 2020 – 2021 учебный год

Цель: привлечение детей школьного возраста к занятиям физкультурой, обучение основным спортивным способам плавания, укрепление здоровья школьников.

Задачи:

1. обучать основным спортивным способам плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй);
2. обучать учебным прыжкам в воду;
3. развивать физические качества (выносливость, быстроту, скорость, силовые и координационные возможности);
4. укреплять здоровье обучающихся;
5. воспитывать морально-этические и волевые качества;
6. формировать устойчивый интерес к занятиям плаванием и здоровому образу жизни.

Этапы подготовки.

- оздоровительно-образовательный.

На данный этап зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, имеющие разрешение врача;

- физкультурно-образовательный этап начальной подготовки.

На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и образовательная, воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, овладение основами техники видов плавания, выполнение контрольных нормативов;

- физкультурно-образовательный учебно-тренировочный этап.

Группы УТ формируются на конкурсной основе учащихся, прошедших необходимую подготовку в группах физкультурно-образовательного этапа начальной подготовки (НП), выполнивших приемные нормативы по общефизической подготовке.

Содержание деятельности
Чемпионат и первенство Архангельской обл. г. Котлас
«Весёлый дельфин» г. Архангельск
Чемпионат области г. Архангельск
Школьные соревнования на призы Деда Мороза
Кубок Архангельской области г. Архангельск
Соревнование по итогам года «Удачный заплыв»