

## Внутришкольные мероприятия

Уровень	Название конкурса, проекта.	Место	Сроки
Школьный	1. «Осенний кросс»	Стадион школы.	Сентябрь
	2. Пробные испытания комплекса «ГТО»	Спортивный зал школы	Ноябрь
	3. Соревнования по лыжным гонкам		Январь
	4. «Папа Мама Я- спортивная семья» (1-4 классы)	Спортивный зал школы	Февраль
	5. Соревнования по баскетболу (5-9 класс)	Спортивный зал школы	Апрель
	6. День здоровья	Стадион школы	Май

**Участие в  
спортивных мероприятиях Комитета образования  
администрации Волосовского муниципального района  
на 2020-2021 учебный год**

**Спартакиада 5-9 классов  
(«Президентские спортивные игры», «Президентские состязания»)**

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Участники мероприятия	Ответственный
1.	Легкая атлетика: <u>по приложению 2:</u> бег 60 м., метание набивного мяча 1 кг, прыжок в длину с места, <u>эстафета 3+3 по 30 м. (с палочкой)</u>	22.09.2020 I гр. школ 23.09.2020 II гр. школ	Большеврудская СОШ	1 гр – сборная 9 кл. (8 юн + 8 дев) зачет по лучшим 5 2 группа – сборная 5 -9 кл. (4 юн+4 дев), зачет по 3( см. положение!)	Учителя ФК

2.	<p>Мини футбол <u>по приложению 2:</u> упражнения: змейка, удар по воротам, жонглирование</p>	<p>06.10.2020 I гр. школ 07.10.2020 II гр. школ</p>	<p>Большеврудская СОШ</p>	<p>1 гр –сборная 6 кл. (состав команды 6 юн.) 2 гр – 6-7 кл (состав команды 4 юн.) ( см. положение!)</p>	<p>Учителя ФК</p>
3.	<p>Соревнования по ОФП по <u>приложению 1:</u> (челночный бег 3/10 м, эстафета 5/10 м 3+3, поднимание туловища из положения лежа за <b>30</b> сек, наклон вперед из положения стоя. Юноши: подтягивание; Девушки: сгибание и разгибание рук (отжимание) <u>По приложению 2:</u> челночный бег 3/10 м поднимание туловища из положения лежа за <b>30</b> сек, наклон вперед из положения стоя. Юноши: подтягивание; Девушки: сгибание и разгибание рук (отжимание)</p>	<p>18.11.2020</p>	<p>Изварская СОШ</p>	<p>1 гр – сборная 7 кл. (8 юн + 8 дев) зачет по 5 2 гр- 5-9 кл. 4 юн +4 дев) зачет по 3 (см. положение!)</p>	<p>Учителя ФК</p>

4.	<p>Лыжные гонки <u>по приложению</u> <u>1:</u> (эстафета: юноши 4/2 км  девушки 4/1 км Масстарт: 1 юн./1 км.  1дев./1 км.) <u>по приложению</u> <u>2:</u> смешанная эстафета 8x500</p>	10.02.2021	Место проведения – дополнительно	<p><u>по</u> <u>приложению</u> <u>1:</u> 1 гр – сборная 6 кл. (5 юн + 5 дев) 2 гр – 6-7 кл. (5 юн + 5 дев) <u>по</u> <u>приложению</u> <u>2:</u> 1 гр. – сборная 6 кл. (4 юн + 4 дев) 2 гр – 6-7 кл. (4 юн + 4 дев) ( см. положение</p>	Учителя ФК
5.	<p>Баскетбол (юн), (дев) <u>по приложению</u> <u>1:</u> эстафета с броском мяча в кольцо, игра в баскетбол 3x3 <u>по приложению</u> <u>2:</u> эстафета с броском мяча в кольцо, эстафета с мячом, парная эстафета</p>	06.02.2021 (юн.) 13.02.2021 (дев.)	ВСОШ № 1	<p><u>по</u> <u>приложению</u> <u>1:</u> 1 гр – сборная 8 кл. юн, 8 кл. дев.) (состав команды 4 чел.) 2 гр – 5-9 кл. (состав команды 4 чел.) <u>по</u> <u>приложению</u> <u>2:</u> 1 гр – сборная 8 кл. юн, 8 кл. дев.) (состав команды 8 чел.) 2 гр – сборная 8 кл. юн, 8 кл. дев.) (состав команды 8 чел.) ( см. положение!)</p>	Учителя ФК
6.	<p>Плавание <u>по приложению</u> <u>1:</u> 1 гр. смешанная эстафета 8x25 2 гр. смешанная эстафета 6x25</p>	07.04.2021	ВСОШ № 1	<p>1 гр – сборная 5 кл. (4+4) 2гр–5-6 кл(3+3) ( см. положение!)</p>	Учителя ФК

	<u>по приложению 2:</u> не проводится				
7.	Президентские состязания Спортивное многоборье	Апрель-май 2021	Большеврудская СОШ	Класс по жребию	Учителя ФК
8.	Президентские спортивные игры		ВСОШ № 1	Возраст по жребию 10 юн. +10 дев.	Учителя ФК

**Спартакиада 10-11 классы  
(«Президентские спортивные игры»)**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Участники мероприятия</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Легкая атлетика (Бег 100 м., 3000 м. – юн. 2000 м. – дев. прыжок в длину с разбега, метание гранаты Состав команд 3*3	30.09.2020	Большеврудская СОШ	Сборная 10-11 кл. (3+3)	Учителя ФК
2.	ОФП (Подтягивание с выс. пер.ю, отжимания дев. прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища, за 1 мин. челночный бег 3x10.) Состав команд 4*4 Зачет по 3	28.11.2020	ВСОШ №1	Сборная 10-11 кл.	Учителя ФК
3.	Лыжные гонки (юн) – 5 км. (дев) – 3 км. Состав команд 4*4 Зачет по 3	23.01.2021	место проведения дополнительно	Сборная 10-11 кл.	Учителя ФК

**Спартакиада 2-4 классы  
(«Президентские состязания»)**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Ответственный</b>
1.	ОФП (челн. бег 3x10 м. Подтягивание – юн. Отжимания -девушки, поднимание тул за 1 мин.; зачет 50% юноши и девушки	20.01.2021	Изварская СОШ	Учителя ФК
2.	Лыжи. Дистанция 1 км. Зачет 50% юн.+дев.	03.02.2021	место проведения – дополнительно	Учителя ФК
3.	Кросс 1000 м. зачет 50% юн.+дев.	13.05.2021	Большеврудская СОШ	Учителя ФК

### Прием нормативов ВФСК ГТО

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственный
1.	Легкая атлетика(выпускники): бег короткая дистанция, длинная дистанция; (для тех у кого не пройдены курсы-метание мяча,снаряда;, прыжок в длину с разбега )	26.09.2020	Большеврудская СОШ	Учителя ФК
2.	ОФП (выпускники) для тех у кого не пройдены курсы-челн. бег 3x10 м, подтягивание на выс. перекладине; рывок гири; подтягивание на низк. перекладине; сгибание разгибание рук; поднимание туловища из положения лежа за 60 сек; наклон вперед ; прыжки в длину с места	14.11.2020	ВСОШ № 1	Учителя ФК
3.	Плавание (выпускники)	21.11.2020	ВСОШ № 1	Учителя ФК
4.	Стрельба (выпускники)	05.12.2020	ВСОШ № 1	Учителя ФК
4.	Бег на лыжах (выпускники)	Декабрь 2020	место и дата проведения – дополнительно	Учителя ФК
5.	Зимний фестиваль ГТО (3-4 ступень)	Январь-февраль 2021	место и дата проведения – дополнительно	Учителя ФК
6.	Летний фестиваль ГТО (3-4 ступень)	Апрель-май 2021	место и дата проведения – дополнительно	Учителя ФК
7.	Кросс по пересеченной местности (3-4 ступень)	Апрель-май 2021	место и дата проведения – дополнительно	Учителя ФК

## Прием нормативов ВФСК ГТО 1-2 ступень

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственный
1.	ОФП челн. бег 3x10 м, подтягивание на выс. перекладине; подтягивание на низк. перекладине; сгибание разгибание рук; поднимание туловища из положения лежа за 60 сек; наклон вперед ; прыжки в длину с места, метание мяча в цель	Март 2021	ВСОШ № 1	Учителя ФК
2.	Легкая атлетика (бег короткая дистанция, бег длинная дистанция; смешанное передвижение, метание мяча.)	Май 2021	Большеврудская СОШ	Учителя ФК
3.	Кросс по пересеченной местности	Июнь 2021	место и дата проведения – дополнительно	Учителя ФК

