

**ПЛАН**  
**СПОРТИВНО-МАССОВОЙ И ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ**  
**РАБОТЫ В ПЕРИОД ВЕСЕННИХ КАНИКУЛ**  
 2023/2024 учебного года

Задачи:

- 1.Создание условий для развития массовых и индивидуальных форм физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в школе;
- 2.Организация различных форм спортивной жизни среди учащихся школы;
- 3.Воспитание у учащихся школы устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой, спортом, здоровому образу жизни.
- 4.Развитие чувства гордости за свою Родину, область, город, школу, воспитание честности, трудолюбия, ответственности, отзывчивости, толерантности, взаимопомощи.

| № п/п  | Наименование мероприятий, Вид спорта                                     | Сроки проведения                        | Ответственные      |
|--|--|---|--------------------|
| 1  | <u>Утренняя гигиеническая зарядка</u>                                    | <b>25.03.2024</b><br><b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b> | Зубарева Н.М.      |
|  | 1.Спортивные эстафеты «Сильны,смелые, ловкие, умелые».                   | 10.00-11.00                             |                    |
|  | 2.Подвижные игры и игровые задания на свежем воздухе.                    | 12.00-13.00                             |                    |
|  | 1. Спортивное занятие «За здоровьем с увлечением».                       | 11.00-12.00                             | Подугольников А.А. |
|  | 2. Подвижные игры и игровые задания на свежем воздухе.                   | 13.00-14.00                             |                    |
|  | 1. Двухсторонняя игра в мини-футбол.                                     | 15.00-16.00                             | Шмаенков О.В.      |
| 2. Подвижные игры и игровые задания на свежем воздухе. | 17.00.-18.00   |   |                    |
| 2  | <u>Утренняя гигиеническая зарядка</u>                                    | <b>26.03.2024</b><br><b>ВТОРНИК</b>     | Зубарева Н.М.      |
|  | 1. Спортивная эстафета «Убедишься ты однажды в спорте побеждает каждый». | 10.00-11.00                             |                    |
|  | 2.Подвижные игры и игровые задания на свежем воздухе.                    | 12.00-13.00                             |                    |
|  | 1.Спортивное состязание по шашкам.                                       | 11.00-12.00                             | Подугольников А.А. |
|  | 2. Спортивный конкурс «Золотая скакалка».                                | 13.00-14.00                             |                    |
| 1.Баскетбольные эстафеты.                              | 12.00-13.00  | Казимирова И.А.                         |                    |
| 2.Подвижные и игровые задания на свежем воздухе.       | 14.00-15.00  |   |                    |
|  | 1. Турнир по настольному теннису «Олимпиадец».                           | 16.00-17.00                             | Шмаенков О.В.      |
|  | 2. Двухсторонняя игра в мини-баскетбол.                                  | 18.00-19.00                             |                    |
| 3  | <u>Утренняя гигиеническая зарядка</u>                                    | <b>27.03.2024</b><br><b>СРЕДА</b>       | Зубарева Н.М.      |
|  | 1.Преодоление полосы препятствий «Дорожка здоровья».                     | 10.00-11.00                             |                    |
|  | 2.Спортивные и подвижные игры на свежем воздухе.                         | 12.00-13.00                             |                    |

|   |  |                                     |                    |
|---|--|-------------------------------------|--------------------|
|   | 1. Двухсторонняя игра в настольный теннис.<br>2. Спортивные игры и игровые задания на свежем воздухе.                                    | 11.00-12.00<br>13.00-14.00          | Шмаенков О.В.      |
|   | 1. Подвижные игры и игровые задания на свежем воздухе.<br>2. Игра-соревнование «Мой веселый звонкий мяч»                                 | 14.00-15.00<br>17.00-18.00          | Подугольников А.А. |
| 4 | <u>Утренняя гигиеническая зарядка</u>  | <b>28.03.2024</b><br><b>ЧЕТВЕРГ</b> | Зубарева Н.М.      |
|   | 1. Турнир по настольному теннису «Чемпион».<br>2. Игра в дартс «Снайперы».   | 10.00-11.00<br>12.00-13.00          |                    |
|   | 1. Подвижные игры и игровые задания на свежем воздухе.<br>2. Соревнования по пионерболу.   | 11.00-12.00<br>13.00-14.00          | Подугольников А.А. |
|   | 1. Школа шахматистов. Мини-соревнования по шашкам.<br>2. Подвижные игры и игровые задания.   | 16.00-17.00<br>18.00-19.00          | Шмаенков О.В.      |
| 5 | <u>Утренняя гигиеническая зарядка</u>  | <b>29.03.2024</b><br><b>ПЯТНИЦА</b> | Зубарева Н.М.      |
|   | 1. Спортивные эстафеты «Спортивный калейдоскоп».<br>2. Спортивные игры и игровые задания на свежем воздухе.                              | 10.00-11.00<br>12.00-13.00          |                    |
|   | 1. Соревнование по прыжкам через короткую скакалку.<br>2. Игра-соревнование «Самый меткий».  | 13.00-14.00<br>15.00-16.00          | Подугольников А.А. |
| 6 | 1. Час спортивных и подвижных игр «Играй и побеждай!».<br>2. Информационный час «Становление Олимпийских игр. Атрибуты Олимпийских игр». | <b>30.03.2024</b><br><b>СУББОТА</b> | Зубарева Н.М.      |
|   |  | 09.00-14.00                         |                    |

Руководитель физического воспитания

Н.М.Зубарева