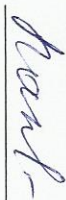


Утверждаю:

Руководитель ШСК



Е.Ю. Лапенкова

1 июня 2022 г.

### Календарный план спортивно – массовых мероприятий на 2022 – 2023 учебный год

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Неделя здоровья	Сентябрь	учителя физкультуры, кл.рук.
Общешкольные соревнования по русской народной игре "Лапта"	сентябрь	учителя физкультуры, кл.рук
Семейные старты "Мы весёлые ребята" 1-4 кл.	октябрь	учителя физкультуры, кл.рук
Общешкольные соревнования по пашкам	октябрь	учителя физкультуры, кл.рук
Общешкольные соревнования по пионерболу 4-8 кл.	ноябрь	учителя физкультуры, кл.рук
Соревнования "От игры к спорту" 1-4 кл.	ноябрь	учителя физкультуры, кл.рук
Общешкольные соревнования по Дартсу	декабрь	учителя физкультуры, кл.рук
Лыжный кросс для учащихся 1-8 классов	февраль	учителя физкультуры, кл.рук
Весёлые старты "Букварь спорта" 1- 4 кл.	март	учителя физкультуры, кл.рук
Весенний кросс "В здоровом теле здоровый дух".	апрель	учителя физкультуры, кл.рук

Мероприятия на 2022 – 2023 учебный год по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса  
"Готов к труду и обороне"

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	Челночный бег 3 x 10 м	1	сентябрь
2	Бег на 30, 60, 100 м	2-4	сентябрь
3	Бег на 1, 2 км	1-4	сентябрь
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-4	сентябрь
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	1-4	сентябрь
6	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	1-4	сентябрь
7	Поднимание туловища из положения лёжа на спине	1-4	сентябрь
8	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	1-4	сентябрь
9	Метание теннисного мяча в цель	1-2	май
10	Метание спортивного снаряда на дальность	3-4	май
11	Бег на лыжах на 1,2,3 км	3-4	март