



ПЛАН
проведення Олімпійського тижня,
присвяченого Дню фізичної культури і спорту України,
«Здоровим бути — це круто!»
в комунальному закладі «Харківська спеціальна школа № 11»
Харківської обласної ради у дистанційному форматі
з 14 до 18 вересня 2026 року

Дата	Назва заходу	Форма проведення	Клас	Відповідальні
День відкриття Олімпійського тижня «Здоровим бути — це круто!»				
14.09 2026	1. Ознайомлення учнів із планом тижня	Відеопривітання. Онлайн-лінійка.	1-9 класи	Вчителі фізичної культури Кулик Н.Є., Лавріненко Т.М., інструктор з фізкультури Кулик І.В.
	2. «Фізична активність — запорука міцного здоров'я»	Інтерактивна бесіда, відеопрезентація, квест-гра	1-7 класи	Кулик Н.Є., Лавріненко Т.М.
	3. «Олімпійський рух — шлях до перемоги» «Спортивна, могутня, незламна Україна!»	Перегляд короткого відео про Олімпійські ігри, презентації. Відеоматеріал від НОК України до 35 річчя Незалежності України.	1-7 класи	Кулик Н.Є. Лавріненко Т.М., Кулик І.В.
	4. «Весела фізкультхвилинка»	Комплекси вправ під час дистанційних уроків (під музичний супровід та без нього)	1-9 класи	вчителі фізичної культури, інструктор з фізкультури
День челенджів «Роби як я, роби краще за мене!»				
15.09. 2026	1. «Починаємо день активно!»	Ранкова руханка	1 клас	Кулик Н.Є.
	2. «Повтори руханку!»	Виконання руханки під музичний супровід	2-4 класи	Кулик Н.Є.

	3. «Моя улюблена вправа – повтори її!»	Демонстрація учнями улюблених вправ	5-7 класи	Лавріненко Т.М., Кулик І.В.
	«Знайди Олімпійські кільця!» «Я знаю три» «Міжпредметні місії» «Спортивний Ерудит»	Гра для активізації уваги та просторової орієнтації. Малюнки. Гра вікторина Інтерактивна вікторина	1-2 класи 3 клас 4 клас 5 клас	Кулик Н.Є.
«Олімпійські ігри: історія та сучасність»				
16.09. 2026	1. Єдиний Олімпійський урок («Олімпійські символи та традиції», «Спортивна родина», Спортивний світ», за індивідуальним вибором вчителів), «Україна на шляху до Олімпійських ігор-2026 через падіння — до п'єдесталу»	Онлайн-вікторина, інтерактивні завдання, перегляд відеоматеріалів, малюнки, кросворди тощо. Відеоматеріал https://www.youtube.com/watch?v=MrGE8t-BkzU	1-9 класи 4-5 класи	Вчителі предметники, вчителі фізичної культури, інструктор з фізкультури Кулик І.В.
	2 IV Юнацькі Олімпійські ігри Дакар–2026	Презентація	1-5 класи	Кулик Н.Є.
	3. «Будь активним!»	Домашній комплекс вправ із використанням доступних безпечних предметів	1-7 класи	Лавріненко Т.М., Кулик Н.Є.
«Здоровий спосіб життя (ЗСЖ) та фізична активність»				
17.09. 2026	1. «Твоє здоров'я — твій вибір!», «На хвили активності», «Крок до сили та здоров'я», «Здоров'я — мій головний капітал», тощо	Пізнавальна онлайн-година, перегляд презентації/відеоматеріалів, онлайн-вікторина, інтерактивні завдання, тощо.	1-9 класи	Класні керівники, вихователі
	2. «Формула енергії: рух, режим, баланс»	Онлайн-бесіди, вікторини про користь рухової активності, дотримання режиму дня та здорового харчування https://www.youtube.com/watch?v=ArV_Jy-MfSk https://www.youtube.com/watch?v=bUB8sHrFwO4	1-7 класи	Вчителі фізичної культури

	«Корисна та шкідлива їжа»	https://www.youtube.com/watch?v=YZ6Q5BnuW8A Дидактична гра		
	3. «Зроби 10!»	Виконання комплексу з 10 доступних фізичних вправ		Вчителі фізичної культури, інструктор з фізкультури
Закриття Олімпійського тижня «Здоровим бути — це круто!» «Ми - спортивна, активна сім'я!»				
18.09. 2026	«Харків спортивний»	Творче онлайн-завдання: фотографії або короткі відео, текстовий матеріал від учнів про своїх тренерів-наставників	4-Б клас	Кулик Н.Є.
	«Олімпійський марафон»	Підсумковий онлайн-челендж із виконання доступних рухових вправ	1-9 класи	Вчителі фізичної культури, інструктор з фізкультури
	«До нових фізичних активностей та спортивних перемог!»	Підбиття підсумків Олімпійського тижня, звіт з фотоматеріалів, відзначення активних учасників	1-9 класи	Вчителі фізичної культури, інструктор з фізкультури