

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. Директора по УВР
И.М. Наумова
« _____ » _____ 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБПОУ СПТК
А.С. Поваров



ПЛАН ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ И СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ГБПОУ СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ НА 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

Цель:

1. Формирование индивидуальной и популяционной культуры здоровья, через систему валеологического образования не зависимо от специальности.
2. Пропаганда здорового образа жизни и физической культуры.
3. Профилактика вредных привычек.
4. Популяризация спорта.

Задачи на 2022-2023 учебный год

1. Организация проведения учебных, факультативных и внеурочных занятий по физическому воспитанию.
2. Организация и проведение консультаций, семинаров, совещаний физоргов групп.
3. Организация учёта успеваемости и посещаемости занятий студентами колледжа и тестирование по физической подготовке.
4. Осуществление мониторинга состояния здоровья.
5. Выполнение правил по охране труда и пожарной безопасности.

Используемые методы обучения:

1. Информационные:
 - лекции
 - беседы
 - консультации
2. Организационные:
 - выборы актива
 - проведение совещаний, заседаний
 - планирование
3. Диагностико-аналитические:
 - тестирование
 - мониторинг
4. Игровые:
 - соревнования
 - первенства
 - чемпионаты
 - спортивные игры: эстафеты

| №п/п | Мероприятие | дата | Ответственные | Отметка о выполнении |
|----------------------------------|---|--------------------------------|---|----------------------|
| 1. Организационная работа | | | | |
| 1.1 | Выборы физоргов групп | сентябрь | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Классные руков. | |
| 1.2 | Организация и проведение мед. осмотров | До 19.09.2022 | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 1.3 | Проведение тестирования во всех группах с целью определения уровня физ. подготовки | До 30.09.2022 | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 1.4 | Составление учебно-планирующей документации | До 30.09.2022 | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 1.5 | Составление расписания спортивных секций и группы здоровья | До 19.09.2022 | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 1.6 | Составление списков, занимающихся в спортивных секциях и группах здоровья | До 30.09.2022 | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 1.7 | Работа по созданию учебно-программной документации и учебно-методического обеспечения | В течении года | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 1.9 | Семинар методического объединения | По плану спорт комитета города | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 2. Работа со студентами | | | | |
| 2.1 | Изучить уровень физической подготовки через срезы знаний, тестирование | До 30.09.2022 | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 2.2 | Организовать работу совета физкультуры | октябрь | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 2.3 | Организовать работу спортивных секций | сентябрь | Зам.директора по УВР Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |

3. Агитация и пропаганда

| | | | | |
|-----|---|----------------|--|--|
| 3.1 | Проведение бесед о здоровом образе жизни | регулярно | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Кл.руков. | |
| 3.2 | Проведение соревнования «Самая спортивная группа» | ноябрь | Зам.директора по УВР Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Кл.руководители | |
| 3.3 | Изготовить и установить спортивные стенды (достижения, нормативы) | В течении года | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |

4. Спортивно-массовая работа со студентами

| | | | | |
|-----|---|-------------------------|---|--|
| 4.1 | Легкоатлетический кросс «Золотая осень» (1 – 3 курсы) Юноши – 1000 м Девушки – 500 м | До 27.09.2022 | Зам.директора по УВР Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Кл.руководители. | |
| 4.2 | ОФП (1-3 курсы) - отжимание, - челночный бег, - подъем корпуса за 30 см | По учебному плану | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 4.3 | Стрельба (1-2 курсы) | По плану спорт комитета | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.4 | Соревнования, посвященные празднованию Дня профтехобразования | С27.09-02.10.2022г | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.5 | Соревнования, посвященные празднованию Дню Победы (сборная колледжа) - теннис - легкая атлетика - бокс - стрельба - футбол - волейбол | апрель | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Педагог организатор ОБЖ | |

| | | | | |
|------|---|-------------------------|--|--|
| 4.6 | Заседание сектора совета студентов по спорту, здоровью | 1 раз в месяц | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.7 | Теннис (1-3 курсы) | По плану спорт комитета | Рук. секции | |
| 4.8 | Волейбол (1-3 курсы) | По плану спорт комитета | Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.9 | Работа с допризывниками (2 курс) | июнь | Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.10 | Баскетбол (1-3 курсы) | По плану спорт комитета | Рук. секции Абдуллин И.М. | |
| 4.11 | Военное троеборье 2 курс | По плану спорт комитета | Рук. секции | |
| 4.12 | Мини футбол (1-3 курсы) | По плану спорт комитета | Рук. секции | |
| 4.13 | Перетягивание каната (1-3 курсы) | октябрь | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.14 | Викторина ГО и ЧС (1-3 курсы) | По плану спорт комитета | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.15 | Месячник военно-патриотического воспитания «Сыны Отечества» (дополнительный план) | февраль | Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.16 | Конкурс «А ну-ка, девушки» (1-2 курсы) | март | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Педагог организатор ОБЖ | |

| | | | | |
|------|--|-------------------------|--|--|
| 4.17 | 18. Акция «Молодежь за здоровый образ жизни» (1-3 курсы) | ноябрь | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 4.18 | Матчевые встречи среди школ города и сборной колледжа - волейбол - баскетбол - мини футбол | Февраль, март, май | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Педагог организатор ОБЖ | |
| 4.19 | Городская эстафета, посвященная Дню Победы (сборные команды ОУ) | май | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. Преподаватель ОБЖ | |
| 4.20 | Работа ССК | В течении года | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |
| 4.21 | Первенство города по настольному теннису | По плану спорт комитета | Рук. секции | |
| 4.22 | Первенство города шахматы | По плану спорт комитета | Рук. секции | |
| 4.23 | Первенство города лыжные гонки | По плану спорт комитета | Рук. секции | |
| 4.24 | Первенство города легкая атлетика | По плану спорт комитета | Рук. секции | |
| 4.25 | Первенство города по легкоатлетическому кроссу | По плану спорт комитета | Рук. секции | |
| 4.26 | Сдача нормы ГТО | По плану спорт комитета | Преподаватель физ. воспитания Мерзлякова Е.В. | |

Преподаватель физического воспитания:

Е.В. Мерзлякова