

***План работы
физкультурно-массовой и оздоровительной
работы в колледже
на 2020-2021 учебный год***

Руководители

физ. воспитания: _____ /С.Е.Хабаров/

_____ /В.Ф. Барахматов/

Цель: Физкультурно-массовой и оздоровительной работы в социально-гуманитарном колледже.

- Пропаганда здорового образа жизни, путём привлечения студентов к регулярным занятиям физкультурой и спортом, с целью повышения уровня физической подготовленности и развития физических качеств.

Задачи:

- Сплоченность студентов колледжа;
- Выявление сильнейших спортсменов и команд;
- Формирование сборных команд колледжа;
- Популяризация различных видов спорта;
- Повышение спортивного мастерства;
- Профилактика заболеваний и укрепление здоровья студентов;
- Отвлечение учащихся от негативных воздействий явлений современной жизни;
- Улучшение физкультурно-спортивной работы во внеурочное время;
- Обмен опытом спортивной работы среди групп студентов;
- Организация работы спортивного клуба «Медведи Арктики»;
- Проведение информационной пропаганды молодёжи по ЗОЖ.

I. План работы

№	Месяц	Мероприятия	Ответственные
1.	Весь год	Организация работы спортивного клуба «Медведи Арктики»	Рук. физ. воспит.
2.	Сентябрь – декабрь	Организация и контроль проведения спортивных мероприятий в колледже в рамках спартакиады	Рук. физ. воспит.
3.	Сентябрь – декабрь	Организация сборных команд для участия в соревнованиях в Чемпионатах, Кубках, Первенствах по спортивным играм среди мужчин, женщин, юношей и девушек	Рук. физ. воспит.
4.	Январь-май	Организация и контроль проведения спортивных мероприятий в колледже в рамках спартакиады	Рук. физ. воспит.
5.	Январь-май.	Организация сборных команд для участия в соревнованиях в Чемпионатах, Кубках, Первенствах по спортивным играм, лыжным гонкам	Рук. физ. воспит.
6.	Весь год	Организация и проведения спортивных секций в колледже по волейболу, баскетболу, работе тренажёрного зала	Рук. физ. воспит.
7.	Май	Сдача отчётной документации за текущий год	Рук. физ. воспит.
8.	Весь год	Оформление спортивного стенда о спортивных достижениях сборных команд	Рук. физ. воспит
9.	Весь год	Выпуск спортивных статей и информации на СМИ о спортивных достижениях студентов	Рук. физ. воспит

II. Мероприятия в рамках учебной деятельности

№	Месяц	Мероприятия	Ответственные
1.	Сентябрь	Сдача учебных нормативов по лёгкой атлетике.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
2.	Сентябрь Январь	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по лёгкой атлетике, лыжной подготовке, баскетболу, волейболу, гимнастике.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
3.	Декабрь	Сдача учебных нормативов по баскетболу и общефизической подготовке.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
4.	Декабрь Май	Защита рефератов по физкультуре на занятиях по физической подготовке у освобождённых от уроков. (Пр. №1)	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
5.	Март – апрель	Переходы на лыжах до ближайших деревень.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
6.	Апрель – май	Сдача учебных нормативов по волейболу и общефизической подготовке.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
7.	Май	Подведение итогов спартакиады.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
8.	Май	Отработка долгов по физической подготовке за учебный год.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
9.	В течение года.	Инструктаж по технике безопасности перед соревнованиями.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.
10.	В течение года.	Организация и проведение кружковой и секционной работы.	Хабаров С.Е. Барахматов В.Ф.

III. Примерный план работы спортивных секций по баскетболу и волейболу

Месяц	Виды занятий
сентябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1) Туристический слёт 2) Чемпионат колледжа по футболу 3) Легкоатлетический кросс среди обучающихся колледжа 4) Чемпионат НАО по футболу среди учебных заведений
Октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1) Тренировочные занятия по баскетболу и волейболу. 2) Военно-спортивная игра «Салют» 3) Окружной туристический слёт
Ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1) Тренировочные занятия по баскетболу и волейболу. 2) Выступление на Чемпионате округа по баскетболу среди мужских и женских команд. 3) Первенство колледжа по баскетболу среди учебных групп.
Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1) Тренировочные занятия по баскетболу и волейболу. 2) Первенство колледжа по баскетболу среди учебных групп. 3) Участие в Чемпионате округа по волейболу среди мужских и женских команд.
Январь	<ol style="list-style-type: none"> 1) Тренировочные занятия по волейболу и баскетболу. 2) Турнир колледжа по настольному теннису
Февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1) Тренировочные занятия по волейболу и баскетболу. 2) Первенство колледжа по волейболу среди учебных групп. 3) Участие в Открытом первенстве города по волейболу среди мужских и женских команд. 4) Военно-спортивный праздник «А ну-ка парни!»
Март	<ol style="list-style-type: none"> 1) Тренировочные занятия по волейболу и баскетболу. 2) Первенство колледжа по волейболу среди учебных групп.
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1) Тренировочные занятия по волейболу и баскетболу.
Май	<ol style="list-style-type: none"> 1) Тренировочные занятия по волейболу и баскетболу. 2) Участие в Кубке города по волейболу среди мужских и женских команд посвященному Дню Победы. 3) Чемпионат НАО по баскетболу среди мужских команд 4) Чемпионат колледжа по стрельбе

График работы спортивного зала на 2020-2021 учебный год

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	ответственные
Волейбол(девушки)	16.00 – 18.00		16.00 – 18.00	16.00 – 18.00		С.Е.Хабаров
Баскетбол (девушки)	16.00 – 18.00		16.00 – 18.00	16.00 – 18.00		С.Е.Хабаров
Волейбол (юноши)	18.00 – 20.00	16.00 – 18.00		18.00 – 20.00		В.Ф. Барахматов
Баскетбол (юноши)	18.00 – 20.00	16.00 – 18.00		18.00 – 20.00		В.Ф. Барахматов
Тренажёрный зал	15-19 час	15-19 час	15-19 час	15-19 час	15-19 час	В.Ф. Барахматов С.Е.Хабаров

Примечание: в 1-м семестре проводятся тренировки по баскетболу 2 раза в неделю и 1 раз по волейболу согласно расписания, а во 2-м семестре 2 раза в неделю- волейбол и 1 раз- баскетбол.