

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Новосибирской области «Новосибирский политехнический колледж»

СОГЛАСОВАНО:
Зам.директора по ВР
_____ Т.М.Яицких
" ____ " _____ 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБПО НСО
«Новосибирский политехнический
колледж»



В.В.Эллерт
2022г

ПЛАН
работы по физическому воспитанию и спортивно-массовой работе
на 2022-2023 учебный год.

Новосибирск, 2022г

План
работы по физическому воспитанию и спортивно-массовой работе
на 2022/2023 учебный год

Цель: создание и реализация в образовательном пространстве колледжа системы формирования здорового образа жизни, обеспечивающей становление активной, нравственно устойчивой, психически и физически здоровой личности.

Основные задачи:

Общие задачи:

1. Воспитание физически и духовно здорового конкурентоспособного специалиста.
2. Формирование у студентов колледжа осознанного и ответственного отношения к здоровью, установки на здоровый образ жизни.
3. Ориентирование студентов на самосохранительное поведение, духовное и физическое самосовершенствование.
4. Привлечение студентов в качестве организаторов работы по популяризации здорового образа жизни в колледже.
5. Подготовка команд к городским соревнованиям.
6. Достижение спортивного разряда и систематическое совершенствование в избранном виде спорта.

Основные задачи на учебный год:

1. Продолжить работу по расширению количества спортивных секций на базе колледжа;
2. Увеличить количество студентов занимающихся в спортивных секциях на базе колледжа;
3. Увеличить участие студентов в областных соревнованиях согласно общего календаря областных соревнований Департамента образования и науки Кемеровской области;
4. Увеличить количество побед студентов в городских и областных соревнованиях;
5. Продолжить работу по увеличению численности студентов, принимающих участие в выполнении норм ВФСК ГТО;
6. Повысить качество участия студентов в выполнении норм ВФСК ГТО;
7. Повысить качество проведения спортивно-оздоровительных мероприятий на базе колледжа.

Перечень мероприятий, запланированных на 2022-2023гг.

I. Организационная работа

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Провести инструктаж по технике безопасности	Сентябрь	Бородина С.В. Тетерин А.В.
2	Организовать работу спортивных секций по видам спорта: волейбол, баскетбол, настольный теннис, тренажерный зал	Сентябрь-октябрь	Бородина С.В. Тетерин А.В.
3	Разработать расписание занятий спортивных секций	Сентябрь-октябрь	Бородина С.В. Тетерин А.В.
4	Провести выборы физ.	Сентябрь	Бородина С.В.

	организаторов групп первых курсов		
5	Составление календарного плана спортивно-массовых мероприятий	Сентябрь	Бородина С.В., физорги групп
6	Участие в городских и областных соревнованиях	В течение года	Бородина С.В. Тетерин А.В.
7	Сформировать сборные команды колледжа по спартакиадным видам спорта	Сентябрь-октябрь	Бородина С.В. Тетерин А.В.
8	Сформировать состав спортивных секций.	Сентябрь-октябрь	Бородина С.В. Тетерин А.В.
9	Провести тестирование по общей физической подготовке	Сентябрь	Бородина С.В., физорги групп
10	Обновить информационный стенд, стенд ВФСК «ГТО», создать уголок спортивной славы	В течение года	Бородина С.В. Тетерин А.В.
11	Разработать и утвердить положение о проведение соревнований в колледже по различным видам спорта	За месяц до соревнований	Бородина С.В. Тетерин А.В.
12	Разработать методический материал по проведению спортивно-оздоровительных мероприятий в колледже	В течение года	Бородина С.В. Тетерин А.В.

II. Учебно-методическая работа

Направление работы	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Получение данных о состоянии здоровья и физическом развитии студентов.	Проведение мониторинга состояния здоровья, физической подготовленности и физического развития	Сентябрь	Бородина С.В. Тетерин А.В.
2. Получение данных о морально-психологический способностях студентов и групп	Психолого-педагогическая диагностика групп и студентов	Сентябрь-октябрь	Психолог
3. Применение различных форм проведения занятий, по физической культуре учитывая интересы группы.	- проведение занятий в игровой форме - интегрированная форма проведения - участие студентов в роли преподавателя – при проведении отдельных частей занятия -проведение занятий оздоровительной направленности: занятия на свежем воздухе, контролирование нагрузки в течение занятия (по самочувствию: чсс, по внешним признакам) - проведение олимпиады по	В течение года	Бородина С.В. Тетерин А.В.

	физической культуре - проведение теоретических занятий на темы: Физическая культура в профессиональной подготовке студентов; Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья; Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями; ГТО – как системообразующий фактор физической подготовки студентов; Комплекс ГТО как основа физического воспитания молодежи		
4. Использовать индивидуальный подход, учитывая способности отдельных студентов.	Занятия со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ, по разработанным рекомендациям	В течение года	Бородина С.В. Тетерин А.В.

III. Спортивно - массовая работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные
1	День здоровья «Золотая осень» 1 курс	сентябрь	Бородина С.В., Тетерин А.В., кураторы групп, мастера п/о
2	Сдача норм ВФСК «ГТО» по легкой атлетике	сентябрь	Бородина С.В., Тетерин А.В., физорги групп
3	Первенство колледжа по баскетболу	октябрь	Бородина С.В., Тетерин А.В., кураторы, мастера групп
4	Личное первенство по настольному теннису	октябрь	Бородина С.В., Тетерин А.В., физорги групп
5	Новогодний блиц-турнир по волейболу, баскетболу	декабрь	Бородина С.В., Тетерин А.В., физорги групп
6	Участие в городских и областных соревнованиях	в течение года	Бородина С.В., Тетерин А.В., физорги групп
7	Личное первенство по гиревому спорту «Богатырская наша сила!»	январь	Бородина С.В., Тетерин А.В., физорги групп
8	Первенство колледжа по волейболу	февраль	Бородина С.В., Тетерин А.В., мастера п/о
9	Сдача норм ГТО по стрельбе	февраль	Бородина С.В., Тетерин А.В., кураторы групп, мастера п/о
10	А, ну-ка, парни!	февраль	Бородина С.В., Тетерин А.В., кураторы групп, мастера п/о, педагог организатор
11	Первенство колледжа по жиму штанги лежа	март	Бородина С.В., Тетерин А.В., физорги групп

12	Первенство колледжа по мини-футболу	май	Бородин С.В., кураторы групп, мастера п/о
13	Сдача норм ГТО по легкой атлетике	май	Бородин С.В., Тетерин А.В., кураторы групп, мастера п/о
14	Личное первенство колледжа по метанию гранаты	май	Бородин С.В., Тетерин А.В., кураторы групп, мастера п/о
15	Сдача норм комплекса ВФСК ГТО	В течение года	Бородин С.В., Тетерин А.В.
16	Товарищеские встречи с организациями Советского района	В течение года	Бородин С.В., Тетерин А.В.

IV. Спортивно -оздоровительная работа

Направление работы	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Формировать у студентов представление о здоровом образе жизни, стремление не только лично вести здоровый образ жизни, но и побуждать к этому окружающих	- разработка рекомендаций для студентов по физическому самосовершенствованию; - организация и подготовка студентов для участия в городских и областных соревнованиях; - подготовка и проведение часов общения с целью повышения интереса к физическому самосовершенствованию, воспитания у студентов потребности в здоровом образе жизни.	сентябрь В течение года В течение года	Бородин С.В., Тетерин А.В.
2. Привлечение студентов к систематическим занятиям физической культурой и спортом	1. Проведение спортивных мероприятий: - Неделя Здоровья; - День Здоровья; - Спартакиада первокурсников; - соревнования по различным видам спорта (футбол, волейбол, баскетбол, бадминтон); - Фестиваль игр народов мира; - За кубок мужества, посвященное празднику День Защитника Отечества. 2. Тренировочные занятия в спортивных секциях: волейбол, баскетбол, футбол, бадминтон, ОФП-легкая атлетика, лыжные гонки. 3. Час общения: - «ВФСК ГТО» Вчера. Сегодня. Завтра». 4. Внеаудиторное мероприятие Брейн-ринг «Знатоки спорта».	Сентябрь Сентябрь В течение года В течение года Февраль Февраль В течение года Октябрь Март	Бородин С.В., Тетерин А.В., физорги, педагог-организатор

3. Работа со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ, со студентами «группы риска»	-составление рекомендаций и комплексов занятий с учетом интересов и заболеваемости студентов для самостоятельной работы; - привлечение студентов «группы риска» к занятиям в спортивных секциях; - привлечение студентов «группы риска» к участию в соревнованиях (городских, внутри колледжских).	В течение года	Бородина С.В., Тетерин А.В.,
4	Беседы о ЗОЖ	В течение года	Бородина С.В., Тетерин А.В.,

V. Совершенствование материально-технической базы.

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Инвентаризация имеющегося спортивного инвентаря спортивного зала	Октябрь	Бородина С.В., Тетерин А.В.,
2	Приобрести недостающий спортивный инвентарь для занятий	В течение года	Бородина С.В., Тетерин А.В.,
3	Сделать нестандартное оборудование для спортивного зала	В течение года	Бородина С.В., Тетерин А.В., мастера п/о
4	Оборудовать спортплощадку для занятий легкой атлетикой и спортивными играми	В течение года	Бородина С.В., Тетерин А.В., мастера п/о
5	Производить ремонт оборудования	В течение года	Бородина С.В., Тетерин А.В., мастера п/о

Социальное партнерство

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1.	«Кросс Нации 2022г.»	Сентябрь	Медицинский работник
2.	Сибирский Фестиваль Бега - XXV Новосибирский полумарафон Александра Раевича,	сентябрь	Бородина С.В., Тетерин А.В., студенты
3.	«Лыжня России 2023г.»	февраль	Бородина С.В., Тетерин А.В.
4.	Легкоатлетическая эстафета Советского района к 9 мая	апрель	Бородина С.В., Тетерин А.В.
5.	76 легкоатлетическая эстафета памяти А. И. Покрышкина	май	Бородина С.В., Тетерин А.В.

Врачебный контроль

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1.	Проанализировать состояние здоровья студентов 1 курса, распределение по группам здоровья с целью применения индивидуального подхода во время занятий физической культурой	Сентябрь	Медицинский работник
2.	Контроль за состоянием места занятий (спорт помещения, инвентаря)	В течение года	Преподаватель физической культуры, студенты
3.	Контроль за физическим состоянием студентов во время занятий физической культурой	В течение года	Бородина С.В., Тетерин А.В.

Руководитель физического воспитания



Бородина С.В.