

Согласовано

Зам. директора по В. Р.

Гамзаева Б. Д.

«02» 09 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор «ТК им. Р. Н. Ашуралиева»

Рахманова М. М.



«02» 09 2023 г.

ПЛАН**Спортивно-массовой работы студенческого спортивного клуба в колледже****2023-2024 уч. год****I организационная работа**

| № П.П | Направление работы | Сроки выполн. | Ответственный |
|-------|---|--------------------------|---|
| 1 | Составить и утвердить план спортивно-массовой работы в колледже | сентябрь | Рук ССК Карабеков К. Т. |
| 2 | Составить расписание занятий в секциях | сентябрь | Рук ССК Карабеков К. Т. |
| 3 | Подготовить команды к городским и республиканским соревнованиям | в течение года | Рук. Физвоспитания Тренера по видам спорта |
| 4 | Разработать и утвердить положение о проведении соревнований по различным видам спорта | за месяц до соревнований | Рук. Физвоспитания Председатель ССК |
| 5 | Провести тестирование на определение уровня физической подготовки студентов 1 курса | сентябрь | Преподаватели физической культуры |

II Учебно – методическая работа

| № П.П | Направление работы | Мероприятия | Сроки выполнения | Ответственный |
|-------|--|---|------------------|-----------------------------------|
| 1 | Получение данных о состоянии здоровья и физического развития у студентов | Проведение мониторинга состояния здоровья | сентябрь | Преподаватели физической культуры |
| 2 | Применение различных форм проведения занятий по физической культуре учитывая интересы группы | -проведение занятий в игровой форме -участие студента в роли преподавателя при проведении отдельных частей урока | В течение года | Преподаватели физической культуры |

| | | | | |
|---|---|--|----------------|-----------------------------------|
| | | <p>-проведение занятий оздоровительной направленности: занятия на свежем воздухе</p> <p>-проведение тестов по физической культуре</p> <p>-теоретические занятия на темы: физическая культура в средних учебных заведениях основы ЗОЖ</p> <p>- методические основы самостоятельных занятий физических упражнений: комплекс ГТО как основа физического воспитания молодежи</p> | | |
| 3 | Использовать индивидуальный подход учитывая способности отдельных студентов | Занятия со студентами, отнесенными по состоянию здоровья спец. мед. группы | В течение года | Преподаватели физической культуры |

III Спортивно-оздоровительная работа

| Направление работы | Мероприятия | Сроки | Ответственный |
|--|---|---------------------------------------|--|
| 1. формирование у студентов представления о ЗОЖ, стремление не только лично вести здоровый образ жизни, но и побуждать к | <p>- разработка рекомендаций для студентов по физическому самосовершенствованию</p> <p>- организация студентов для участия в городских и республиканских соревнований</p> | <p>Сентябрь</p> <p>В течение года</p> | <p>Преподаватели физической культуры</p> <p>Рук. Физвоспитания</p> |

| | | | |
|--|--|---|---|
| этому окружающим | - воспитание у студентов потребности в здоровом образе жизни | В течение года | Рук. Физвоспитания |
| 2. привлечение студентов к систематическим занятиям физкультурой и спортом | 1. Проведение спортивных мероприятий: - День здоровья - Спартакиада первокурсников -соревнования по различным видам спорта (футбол, баскетбол, волейбол, н. теннис, шахматы, шашки, пулевая стрельба) - за кубок мужества посвященному празднику «День защитника отечества». 2. Тренировочные занятия в спортивных секциях: Волейбол, баскетбол, футбол, н. теннис, шахматы и т.д | Сентябрь В течение года В течение года Февраль В течение года | Рук. Физвоспитания Студенты |
| 3. Работа со студентами отнесенными по состоянию здоровья С.М.Г | - составления рекомендаций и комплексов упражнений с учетом интересов и заболеваемости студентов для самостоятельной работы | В течение года | Преподаватели физической культуры Рук. Физвоспитания |

Календарь спортивно-массовых мероприятий в колледже

| № П.П | Название мероприятий | Краткое содержание мероприятий | Сроки проведения | Участники мероприятий |
|-------|--------------------------------------|--|------------------|-----------------------|
| 1 | День здоровья студентов | Мероприятия в виде соревнований по легкой атлетике. Бег на 60 м. Подтягивание на перекладине. Прыжки в длину с места. Эстафета 4х60 метров | сентябрь | Студенты 1 курса |
| 2 | Акция «Запишись в спортивную секцию» | Проведение разъяснительной работы по группам | сентябрь | Студенты 1 курса |

| | | | | |
|---|---|---|----------------|---------------------------------|
| 3 | ВФСК-ГТО вчера ,сегодня ,завтра | Час общения | октябрь | Студенты 1-2 курса |
| 4 | Кубок мужества посвященный празднику «День защитника отечества» | Мероприятия проходят в спортивном зале среди юношей | февраль | Студенты 2 курса |
| 5 | Соревнования по пулевой стрельбе | Соревнования проводят в тренажерном зале | февраль | Студенты 2 курса |
| 6 | Спартакиада первокурсников | Мероприятия проводят в виде атлетических соревнований: футбол, волейбол, стритбол, н. теннис | В течение года | Студенты 1 курса |
| 7 | Соревнований по футболу, волейболу, баскетболу, н. теннису, шахматам, шашкам | | В течение года | Студенты 1-4 курса |
| 8 | Соревнования на кубок директора среди отделений | | март | Сборная команда отделений |

Врачебный контроль

| № п.п | Наименование мероприятий | Сроки | Ответственный |
|----------|---|----------------|--------------------------------------|
| 1 | Проанализировать состояние здоровья студентов 1 курса | октябрь | Врач |
| 2 | Контроль за состоянием места занятий | в течение года | зав. кабинетом |
| 3 | Контроль за физическим состоянием студентов во время занятий физической культурой | в течение года | преподаватель физической культуры |

Участие в городских и Республиканских соревнованиях среди СПО

| № п.п | Наименование мероприятий | Сроки проведения | Ответственный |
|----------|---------------------------|--------------------|-----------------|
| 1 | Волейбол(юноши, девушки) | согласно календарю | Ибрагимов К. А. |
| 2 | Баскетбол(юноши, девушки) | согласно календарю | Гаджиев Х. О. |

| | | | |
|---|-------------------|--------------------|------------------|
| 3 | Футбол | согласно календарю | Ризванов О. З. |
| 4 | Настольный теннис | согласно календарю | Абдулатипов И.М. |

План по организации работы по выполнению студентов норм ВФСК – ГТО

| № п.п | Мероприятия | Сроки выполнения | Ответственный |
|-------|--|--|---|
| 1 | Регистрация студентов на сайте ГТО.Ru | Октябрь | Рук. Физвоспитания с привлечением преподавателя информатики |
| 2 | Сбор результатов регистрации студентов 1 курса на сайте | Октябрь | преподаватель физической культуры |
| 3 | Подготовка студентов к выполнению норм ГТО с целью повышения качества выполнения | в течение года на занятиях физ. культуры | преподаватель физической культуры |
| 4 | Выполнение студентами норм комплекса ГТО | 3-4 курса 1 семестр 1-2 курсы 2 семестр | преподаватель физической культуры |
| 5 | Участие студентов в муниципальном этапе сдачи норм ГТО | июнь | Гасанов У. Г |

Рук. студенческого спортивного клуба

Карабеков К. Т.