

**краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Ачинский медицинский техникум»
(КГБПОУ АМТ)**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

_____/М.В. Новицкая

01.09.2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор КГБПОУ АМТ

_____/Г.И. Стельмах

30.08.2023 г.

**ПЛАН
СПОРТИВНО-МАССОВОЙ И ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ТЕХНИКУМЕ НА
2023 – 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Под физкультурно-оздоровительной работой понимается система действий, направленных на развитие личностных ресурсов, формирование позитивных стрессоустойчивых форм поведения, установок на здоровый образ жизни у обучающихся.

Под спортивно-массовой работой понимается привлечение обучающихся к организованной спортивной занятости и участию в спортивно-массовых мероприятиях различного уровня.

ЦЕЛЬ: становление активной, нравственно устойчивой и физически здоровой личности обучающегося путём участия в организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно- массовых мероприятиях.

Общие задачи:

1. Воспитывать физически и духовно здорового конкурентоспособного специалиста.
2. Формировать у студентов техникума осознанного и ответственного отношения к здоровью, установки на здоровый образ жизни.
3. Ориентировать студентов на самосохранительное поведение, духовное и физическое самосовершенствование.
4. Привлекать студентов в качестве организаторов работы по популяризации здорового образа жизни в техникуме.
5. Осуществлять пропаганду физической культуры и спорта.
6. Способствовать выявлению обучающихся, желающих заниматься различными видами спорта.
7. Предоставить возможность участникам образовательного процесса определить свой уровень физического развития.
8. Привлекать студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом.
9. Увеличить количество студентов, занимающихся в спортивных секциях на базе техникума.
10. Повышать уровень физической подготовленности обучающихся.
11. Увеличить участие студентов в соревнованиях различного уровня.
12. Улучшать качество работы спортивных секций.
13. Выявлять сильнейших спортсменов среди обучающихся и комплектовать сборные команды техникума.
14. Осуществлять подготовку команд к соревнованиям разного уровня.
15. Продолжить работу по увеличению численности студентов, принимающих участие в выполнении норм ВФСК ГТО.
16. Повысить качество участия студентов в выполнении норм ВФСК ГТО.
17. Повысить качество проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий на базе техникума.

I. Организационная работа

№ п/ п	Направление работы	Сроки выполнения	Ответственный
1.	Составить и утвердить план физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в техникуме.	Июнь	Руководитель физического воспитания
2.	Составить расписание занятий в секциях.	Сентябрь	Руководитель физического воспитания
3.	Провести тестирование на определение уровня физической подготовленности и физического развития студентов 1 курса.	Сентябрь	Преподаватель физической культуры
4.	Подготовить команды к городским и краевым соревнованиям.	В течение года	Руководитель физического воспитания, Преподаватель физической культуры
5.	Разработать и утвердить положение о проведении соревнований в техникуме по различным видам спорта.	За месяц до соревнований	Руководитель физического воспитания
6.	Разработать методический материал по проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в техникуме.	В течение года	Руководитель физического воспитания
7.	Организация работы по привлечению студентов в спортивные секции.	В течение года	Руководитель физического воспитания, Преподаватель физической культуры
8.	Предоставление ходатайств о поощрении спортсменов-активистов.	В течение года	Руководитель физического воспитания
9.	Отражение спортивной жизни, спортивных успехов студентов на сайте техникума, в официальной группе «Вконтакте».	В течение года	Руководитель физического воспитания
10.	Своевременное размещение материалов на тематических стендах (планов работы, расписания спортивных секций, анонсов мероприятий, положений и т.д.).	В течение года	Руководитель физического воспитания
11.	Подготовка отчетов о работе за год.	Июнь	Руководитель физического воспитания,

II. Учебно-методическая работа

№ п/п	Направление работы	Сроки выполнения	Ответственные
1.	Получение данных о состоянии здоровья и физическом развитии студентов. Проведение мониторинга состояния здоровья, физической подготовленности и физического развития обучающихся.	Сентябрь	Руководитель физического воспитания
2.	Применение различных форм проведения занятий по физической культуре с учётом интересов обучающихся: - 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, контроль нагрузки в течение занятия (по самочувствию: ЧСС, по внешним признакам); - участие в олимпиадах по физической культуре.	В течение года	Преподаватель физического воспитания
3.	Контроль ведения отчетной документации.	В течение года	Руководитель физического воспитания

III. Физкультурно-оздоровительная работа с обучающимися

Направление работы	Мероприятия	Дата	Ответственные
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;	Сентябрь	Преподаватель физического воспитания
	- подготовка и проведение часов общения с целью повышения интереса к физическому самосовершенствованию, воспитанию у студентов потребности в здоровом образе жизни.	В течение года	Руководитель физического воспитания, волонтеры-медики

2. Привлечение студентов к систематическим занятиям физической культурой и спортом	1. Проведение спортивно-массовых мероприятий в техникуме;	В течение года	Руководитель физического воспитания
	2. Организация и проведение товарищеских встреч с участием других спортивных студенческих клубов и образовательных учреждений;	В течение года	Руководитель физического воспитания
	3. Оформление стенда «Спортивная гордость АМТ»;	Сентябрь-октябрь	Преподаватель по физической культуре
	4. Организация работы спортивных секций.	В течение года	Руководитель физического воспитания
3. Работа со студентами, состоящими на внутритехникумовском учете.	- привлечение студентов, состоящих на внутритехникумовском учете, к занятиям в спортивных секциях и к участию в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях.	В течение года	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре

IV. Спортивно-массовые мероприятия

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
1.	День здоровья студентов	Сентябрь	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
2.	«Кросс Нации 2021 г.»	Сентябрь	Руководитель физического воспитания
3.	Легкоатлетический кросс в рамках «Молодежной спортивной лиге»	Сентябрь	Руководитель физического воспитания
4.	Акция «Запишись в спортивную секцию!»	Сентябрь-октябрь	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
5.	«ВФСК ГТО» Вчера. Сегодня. Завтра».	Октябрь	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
6.	Личное первенство по многоборью Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Октябрь	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
7.	Двоеборье в рамках «Молодежной спортивной лиге»	Октябрь	Руководитель физического воспитания
8.	Личное первенство техникума по Армрестлингу	Октябрь	Руководитель физического воспитания, преподаватель

			по физической культуре
9.	Спортивные эстафеты «Трезвость – норма жизни!» ко Всемирному дню трезвости: «Умей сказать «нет»»	Октябрь	Воспитатели общежития, Руководитель физического воспитания
10.	Конкурс видеороликов, плакатов о вреде курения, пропаганде ЗОЖ	Ноябрь	Воспитатели общежития, Руководитель физического воспитания
11.	Акция «Поменяй никотин на витамин» (проведение спортивных состязаний)	Ноябрь	Воспитатели общежития, Руководитель физического воспитания
12.	Армрестлинг в рамках «Молодежной спортивной лиге»	Ноябрь	Руководитель физического воспитания
13.	Первенство техникума по волейболу «Приз первокурсника»	Ноябрь	Руководитель физического воспитания
14.	Первенство техникума по лыжным гонкам	Декабрь	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
15.	Эстафеты «Зимние забавы»	Декабрь- Январь	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
16.	Фестиваль «Медицина, спорт, здоровье»	Январь	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре, спортивные сектора.
17.	Лыжные гонки в рамках «Молодежной спортивной лиге»	Январь	Руководитель физического воспитания
18.	21 января - День зимних видов спорта (спортивное мероприятие по погоде)	Январь	Руководитель физического воспитания, воспитатели общежития
19.	«Кубок мужества», посвященный празднику день Защитника Отечества	Февраль	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
20.	Всероссийская лыжная гонка «Лыжня России 2024г.»	Февраль	Руководитель физического воспитания
21.	Баскетбол в рамках «Молодежной спортивной лиге»	Февраль	Руководитель физического воспитания
22.	Соревнования по армспорту, посвященные Дню защитников Отечества	Февраль	Руководитель физического воспитания, воспитатели общежития
23.	Эстафеты на свежем воздухе «Зимние забавы» (народные игры и спортивные состязания)	март	Воспитатели, актив общежития, руководитель физического воспитания
24.	Первенство техникума по настольному теннису	Март	Руководитель физического воспитания
25.	Волейбол в рамках «Молодежной спортивной лиге»	Март	Руководитель физического воспитания
26.	Неделя ЗОЖ посвященная всемирному дню здоровья	Апрель	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
27.	Мини-футбол в рамках «Молодежной спортивной лиге»	Апрель	Руководитель физического воспитания
28.	Соревнования по игровым видам спорта, посвященные Дню Победы	май	Воспитатели, актив общежития, руководитель

			физического воспитания
29.	Студенческие веселые старты между этажами общежития «Выбирай спорт! Выбирай здоровье!»	май	Воспитатели, актив общежития, руководитель физического воспитания
30.	Соревнования техникума по дартсу	Май	Руководитель физического воспитания, руководитель физического воспитания
31.	Эстафета «Памяти 9мая»	Май	Руководитель физического воспитания, преподаватель по физической культуре
32.	Спортивный праздник «Россия – родина моя!»	июнь	Воспитатели, актив общежития, руководитель физического воспитания
33.	Соревнования по перетягиванию каната	Июнь	Руководитель физического воспитания

**Расписание занятий секций
на 2023-2024 учебный год**

Наименование секции, кружка	Ф.И.О. руководителя	Место занятий	Время занятий				
			поне- дельник	вторник	среда	четверг	пят- ница
Волейбол	Е.А. Держанская	Спортивный зал	16.15- 17.45		16.15- 17.45		Актив но- спорти вный день
Гиревой спорт	О.А. Агеева	Тренажерный зал	16.15- 17.45		16.15- 17.45		

**План по организации работы по выполнению студентами норм
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
ВФСК ГТО**

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения	Ответственные
1.	Регистрация студентов на сайте gto.ru .	сентябрь-октябрь	Руководитель физического воспитания
2.	Сбор результатов регистрации студентов на сайте gto.ru .	конец октября	Руководитель физического воспитания
3.	Подготовка материала и оформление стенда «Спортивная гордость АМТ».	октябрь – ноябрь	Преподаватель по физической культуре
4.	Проведение часа общения для студентов на тему «ВФСК ГТО» Вчера. Сегодня. Завтра» с целью популяризации комплекса ГТО, повышения мотивации к выполнению, привлечения к выполнению комплекса.	начало ноября	Преподаватель по физической культуре
5.	Подготовка студентов к выполнению норм ВФСК ГТО с целью повышения качества выполнения.	в течение года на занятиях физической культурой	Руководитель физического воспитания; Преподаватель по физической культуре
6.	Выполнение студентами комплекса норм	ноябрь – декабрь	Преподаватель по физической культуре
7.	Участие студентов в муниципальном этапе зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».	февраль	Руководитель физического воспитания
8.	Участие студентов в муниципальном этапе летнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».	июнь	Руководитель физического воспитания