

**План
спортивно-массовых, физкультурно-спортивных
и социально-значимых мероприятий
на 2025-2026 учебный год**

1. ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА		
<i>№</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Согласовать и утвердить план работы	Советник директора по воспитанию, учителя физической культуры
2.	Работа спортивного клуба «Территория здоровья»	Учителя физической культуры
3.	Согласовать и утвердить положение о конкурсе «Лучший спортивный класс»	Советник директора по воспитанию, учителя физической культуры, кл.рук.
4.	Осуществлять связь с тренерами ДЮСШ, преподавателями физической культуры	Учителя физической культуры
5.	Организовать работу спортивных секций	Учителя физической культуры, Советник директора по воспитанию
6.	Провести выборы физоргов и капитанов команд	Учителя физической культуры. Актив клуба «Территория здоровья»
7.	Обсудить и утвердить план физкультурно-спортивных мероприятий в периоды каникул	Кл. рук-ли, Советник директора по воспитанию
8.	Провести совещание физоргов «План работы по физическому воспитанию на новый учебный год»	Советник директора по воспитанию, Актив клуба «Территория здоровья», учителя физической культуры
9.	Провести инструктаж физоргов по подготовке и проведению мероприятий	учителя физической культуры

2. АГИТАЦИЯ И ПРОПАГАНДА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ		
<i>№</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Обновить уголок физической культуры, где разместить стенды: «ШСК «Территория здоровья», «Расписание занятий спортивных секций», «ГТО: путь к успеху», ознакомить обучающихся с нормативами, мерами стимулирования https://soiro64.ru/40668-2/	Физорги, учителя физической культуры, Актив клуба «Территория здоровья»

2.	Создать лекторскую группу из числа обучающихся и организовать проведение бесед и лекций по группам на темы: «Утренняя гимнастика студента», «Олимпийские игры», «Гигиена студента» и др.	Актив клуба «Территория здоровья»
3.	Выпускать информационный листок спортивных событий в колледже	Актив клуба «Территория здоровья»
4.	Провести конкурс рисунков и плакатов «Мы выбираем здоровье!», посвященный всемирному Дню здоровья.	Советник директора по воспитанию, кл. рук- ли

3. ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВАЯ И СПОРТИВНАЯ РАБОТА КОЛЛЕДЖА

<i>№</i>	<i>Мероприятия (группы)</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Спортивный праздник – День здоровья (по группам)	Сентябрь Апрель	Советник директора по воспитанию, учителя физической культуры, Актив клуба «Территория здоровья»
2.	Однодневные туристические походы, посвященные Всемирному дню туризма «тропа здоровья»	Сентябрь	Кл. рук-ли
4.	Спортивный праздник «Мы – туристы!» Неделя «Спорт для всех»	Октябрь Ноябрь	Учителя физической культуры, Актив клуба «Территория здоровья»
	Олимпиада по физической культуре. Колледжный этап.	Октябрь Ноябрь	Учителя физической культуры
5.	Первенство колледжа по волейболу (по группам)	Ноябрь	Учителя физической культуры. Актив клуба «Территория здоровья»
7.	Игры на свежем воздухе «Зимние забавы» (по группам)	Декабрь – январь	Кл. рук-ли
8.	Военизированная игра (по группам)	Декабрь-Январь	Учителя физической культуры, преподаватель ОБЗР
10.	Спортивно-развлекательная программа «А ну-ка, парни!», посвященная Дню Защитника Отечества «А ну-ка, девушки!», посвященная 8 Марта (по группам)	Февраль Март	Преподаватель ОБЗР, Кл.рук.
11.	Веселые старты (по группам)	Февраль	Учителя физической культуры, Актив клуба «Территория здоровья»
12.	Первенство колледжа по баскетболу (по группам)	Апрель	Учителя физической культуры, Актив клуба «Территория здоровья»

4. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ

<i>№</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Медицинский осмотр учащихся и распределение их на медицинские группы.	Колледжная медсестра
2.	Проверка и оценка санитарно-гигиенического состояния спортзала, спортплощадки, оборудования и инвентаря.	Администрация
3.	Беседа «Предупреждение обмороживания и травм во время занятий и отдыха зимой».	Кл. рук-ли, преподаватель ОБЗР
4.	Итоговый осмотр учащихся на предмет выявления роста физической подготовленности.	Учителя физической культуры

5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

1.	Провести осмотр и ремонт спортивного инвентаря и оборудования, требующего ремонта
2.	Привести в порядок инвентарь для пользования на спортивной площадке
3.	Подготовить спортивный зал, оборудование и инвентарь к новому учебному году

8. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс

«Готов к труду и обороне» (ГТО)

КОНТРОЛЬНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ

Сдача нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в учебное и внеучебное время.

Проводить по каждому разделу программы обязательные физические тесты для показателей физической подготовленности.

1. Подтягивание или отжимание (сила, раз).
2. Быстрота бега 30, 60, 100 метров (секунд).
3. Прыжки в длину с места (метры).
4. Прыжки в длину с разбега (метры).
5. Бег на выносливость 1000, 1500, 2000, 3000 метров.
6. Гибкость.
7. Силовая выносливость – количество подъемов из положения «лежа на спине».
8. Челночный бег.
9. Метание малого мяча.
10. Метание гранаты.
11. Стрельба.
12. Плавание.