

Утверждаю

Директор АПОУ УР «ТРИТ
им. А.В. Воскресенского»

_____ Е.А. Кривоногова
«___» _____ 20__ г.
М.П.

**План работы
АПОУ «ТРИТ им. А.В. Воскресенского»
на 2023-2023 учебный год**

Мероприятие	Срок выполнения	Ответственность
Организационно-методическая деятельность		
1.Организационные собрания со студентами и родителями нового набора, о занятиях физической культуры, спортивных секций и традициях.	30-31.08.2023 г.	Руководитель физической культуры
2.Сбор информации о состоянии здоровья студентов всех курсов на основе справок 286.	Сентябрь 2023г	Подростковый терапевт (По согласованию) Руководитель спортивного клуба, кураторы.
3.Формирование групп (основная, подготовительная, специальная).	Сентябрь 2023 г	Подростковый терапевт (По согласованию) Руководитель спортивного клуба
4.Комплексная оценка здоровья студентов: - экспресс-оценка уровня здоровья; - самооценка состояния здоровья; - оценка стрессоустойчивости.	Сентябрь 2023 г	Подростковый терапевт (По согласованию) Руководитель спортивного клуба
5.Мониторинг знаний по проблеме ЗОЖ.	Сентябрь 2023 г	Зам. директора по УВР Руководитель спортивного клуба
6.Проектная деятельность: «Твоё здоровье - твоя ответственность».	В течение учебного года	Зам. директора по УВР Руководитель спортивного клуба

7.Совещание с физоргми групп: - изучение нормативных документов учебного плана;	в течение учебного года	Руководитель спортивного клуба
<ul style="list-style-type: none"> - самооценка состояния здоровья; - как организовать спортивные мероприятия в группе и техникуме; - правильно оформление медицинских заявок; - судейство и правила по баскетболу; - судейство и правила по волейболу; - судейство и правила по лыжным гонкам; - судейство и правила по настольному теннису; - судейство и правила по шахматам и шашкам; - судейство и правила по аэробике; - судейство и правила по легкой атлетике; - судейство и правила по лыжным гонкам; - судейство и правила по стрельбе. 		
8.Организация и проведение конкурсов: <ul style="list-style-type: none"> - «Самый активный физорг». - «Самый активный спортсмен». 	В течение учебного года	Зам. директора по УВР Руководитель спортивного клуба.
9.Ознакомление с опытом работы по нравственному воспитанию и воспитанию ЗОЖ молодежи в других учебных заведениях города, республики.	В течение учебного года	Зам. директора по УВР Руководитель спортивного клуба.
Воспитательная деятельность по формированию здоровьесберегающего пространства в техникуме		
1.Диагностика потребностей студентов в спортивных секциях.	Сентябрь 2023 г	Руководитель спортивного клуба, кураторы
2.Работа спортивных секций: <ul style="list-style-type: none"> - «Волейбол»; - «Настольный теннис»; - «Шашки»; - «Шахматы»; - «Кикбоксинг». 	В течение учебного года	Руководитель спортивного клуба Тренера

<p>3. Организация и участие в спортивных праздниках: - «День здоровья»;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Праздничное гулянье «Широкая масленица»; - Эстафета мира, посвященная Дню победы в ВОВ; - Эстафета мира, посвященная Дню города. 	<p>В течение учебного года</p>	<p>Руководитель спортивного клуба Совет физоргов</p>
<p>4. Спартакиада среди студентов техникума «Мы выбираем спорт – победа выбрала нас!» Соревнование:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Волейбол»; - «Баскетбол»/«Стритбол»; - «Настольный теннис»; - «Шахматы»; - «Шашки» 	<p>В течение учебного года</p>	<p>Руководитель спортивного клуба. Совет физоргов</p>
<p>5. Декада здоровья «Мы за здоровый образ жизни»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Лекция: «Моя траектория здорового образа жизни»; - «Студент без вредных привычек»; - Выпуск стен газеты «Я и мое свободное время»; Круглый стол: «Спасибо, нет» - Беседа с наркологом «О вреде энергетических напитков и электронных сигарет»; - «Молодецкая удаль». 	<p>В течение учебного года</p>	<p>Зам. директора по УВР Руководитель спортивного клуба. Студенческий совет Совет физоргов</p>
<p>6. Встреча с известными спортсменами тренерами УР «Спорт высоких достижений».</p>	<p>В течение учебного года</p>	<p>Руководитель спортивного клуба. Совет физоргов</p>
<p>7. Посещение студентами техникума (болельщики) спортивных соревнований регионального, федерального уровня.</p>	<p>В течение учебного года</p>	<p>Руководитель спортивного клуба. Совет физоргов</p>

<p>8. Лекторат «Моя физическая культура»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Методика эффективных способов владение жизненно важными умениями навыками (Ходьба, бег, прыжки, метание); - Простейшие методики оценки работоспособности, усталости и утомление, и применение студентов физической культуры для их направленной коррекции; - Основы методики само - массажа; - Методика составления и проведения занятий гигиенической и тренировочной направленности; - Методика корректирующей гимнастики для глаз. 	<p>В течение учебного года</p>	<p>Руководитель спортивного клуба. Совет физоргов</p>
<p>9. Походы выходного дня:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ижевска кругосветка; - Лыжные походы на 3,5,10 км. 	<p>Сентябрь 2023г, декабрь 2023г февраль 2023 г май-июнь 2023 г</p>	<p>Руководитель спортивного клуба, кураторы</p>
<p>10. Участие в соревнованиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Республиканской спартакиаде студентов НПО и СПО; - Спартакиаде АО «ИЭМЗ «Купол». 	<p>В течение учебного года</p>	<p>Зам. директора по УВР Руководитель спортивного клуба</p>
<p>11. Сотрудничество с ОГФСО «Юность России». Участие в спортивно-массовых мероприятиях, спартакиадах.</p>	<p>В течение учебного года</p>	<p>Руководитель спортивного клуба</p>
<p>12. Информационно-профилактическая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оформление стенда «Мы выбираем спорт – победа выбрала нас!»; - выпуск тематических газет «За здоровый образ жизни». 	<p>В течение учебного года</p>	<p>Зам. директора по УВР Руководитель спортивного клуба</p>
<p>Укрепление и модернизация технической базы</p>		
<p>1. Косметическая профилактика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - спортивный зал; - комната преподавателя; - оздоровительный комплекс. 	<p>В течение учебного года</p>	<p>Директор; Руководитель спортивного клуба</p>
<p>2. Преобретение спортивного инвентаря:</p> <ul style="list-style-type: none"> - лыжи пластиковые; - лыжные ботинки; - лыжные крепления; - лыжные палки; - мячи волейбольные; - мячи баскетбольные. 	<p>В течение учебного года</p>	<p>Директор; Руководитель спортивного клуба</p>

Руководитель спортивного клуба

В.В. Передвигин