



**План работы
студенческого спортивного клуба «Комета»
на 2023-2024 учебный год**

Цель - активное содействие физическому и духовному воспитанию студентов, преподавателей и сотрудников колледжа, внедрение физической культуры и спорта в их повседневную жизнь, организация работы по укреплению их здоровья и повышению работоспособности.

Задачи:

- проведение спартакиад, первенств, массовых спортивных соревнований, различных спортивных праздников, учебно-тренировочных сборов по подготовке спортсменов для участия в соревнованиях;
- создание физкультурно-спортивных групп, спортивных секций и команд по различным видам спорта, оказание методической и практической помощи в организации их деятельности организация клубных занятий в спортивных секциях и группах оздоровительной направленности;
- вовлечение студентов в секции, формирование у них мотивации и устойчивого интереса к укреплению здоровья;
- развитие в колледже традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта.

№ п/п	Мероприятие	Дата проведения
Организационные мероприятия		
1.	Планирование работы спортивного клуба	октябрь
2.	Формирование Совета и выборы актива спортивного клуба	октябрь
3.	Заседание Совета спортивного клуба	октябрь, май
4.	Подведение итогов спортивного года	июнь
Соревнования внутри групп		
5.	Бег на 500 м (д), 1000 м (ю))	сентябрь
6.	Поднимание и опускание туловища за 1 минуту (пресс)	сентябрь
7.	Прыжки через скакалку за 1 минуту	октябрь
8.	Прыжки в длину с места	октябрь
9.	Челночный бег 3x10 м	ноябрь
10.	Упражнение «Планка»	ноябрь
11.	Упражнение «Бёрпи»	декабрь
12.	Шашки	ноябрь-декабрь
Спортивные мероприятия внутри колледжа		
13.	Скиппинг	ноябрь
14.	Шахматы: «Шахматная королева» и «Шахматный король»	декабрь
15.	Шашки	январь
16.	Настольный теннис	февраль
17.	ОФП	март
18.	«Юморина»	апрель
Комплектование сборных команд колледжа для участия в городских, областных мероприятиях и Спартакиаде ПОО ЯО		
19.	Легкоатлетический кросс	октябрь
20.	Пулевая стрельба (Спартакиада ПОО ЯО)	декабрь
21.	Открытый Кубок ЯКСИД – Первенство Ярославской области по	ноябрь

	шашкам	
22.	Настольный теннис (Спартакиада ПОО ЯО)	апрель-май
23.	Льжжные гонки (Спартакиада ПОО ЯО)	февраль-март
24.	Волейбол (Спартакиада ПОО ЯО)	февраль
25.	Баскетбол (Спартакиада ПОО ЯО)	март-апрель
26.	Плавание	апрель
27.	Мини-футбол (м)(Спартакиада ПОО ЯО)	апрель
Мероприятия по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО)		
	Регистрация участников на официальном сайте ГТО РФ	октябрь
28.	Оформление заявки на участие в Фестивале ВФСК ГТО	октябрь
29.	Подготовка участников к сдаче нормативов ГТО	октябрь-май
30.	Подготовка документации и проведение Фестиваля по ВФСК ГТО: I часть – виды легкой атлетики II часть – виды, рекомендуемые для выполнения в залах или крытых спортивных площадках III часть– лыжные гонки, кросс по пересеченной местности IV часть – плавание	по плану МТ