

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области
«Губернский техникум муниципального района Кошкинский»**

Согласовано:

Директор ГБПОУ «ГТм.р.К»

_____ А. Е. Козлов

От «15» января 2022 г.

Утверждаю:

Руководитель ССК «Барс»

_____ М. А. Галиев

От «15» января 2022 г.

**План работы
спортивного студенческого клуба «Барс»
ГБПОУ «ГТм.р.К»
На 2021-2022 уч. год.**

с. Кошки, 2022 г.

«Здоровье – это драгоценность, и притом единственная, ради которой, действительно, стоит не только не жалеть времени, сил, трудов и всяческих благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нетерпимой и унижительной»

Здоровый образ жизни - это, прежде всего, культурный, активный образ жизни, гуманистический и цивилизованный, напрямую связанный со здоровьем, долголетием, благополучием человека, его счастьем, почетом и богатством. Здоровый образ жизни — это жизненная позиция, поведение или деятельность человека, направленные на укрепление своего здоровья, это система поведения разумного человека, умеренность во всем, оптимальный двигательный режим, закаливание, правильное питание, рациональный режим жизни и отказ от вредных привычек на фундаменте нравственно-религиозных и национальных традиций, которая необходима для физического, душевного, духовного и социального благополучия и активного долголетия. Проблема сохранения и укрепления целостного здоровья студентов и создание условий, направленных на его укрепление, очень актуальны сегодня. Стремительные изменения в социально-экономической сфере, повышение темпов жизни и ее стоимости, экстремальные социозэкологические условия накладывают определенный отпечаток на состояние здоровья людей, поэтому одной из приоритетных задач системы образования становится сбережение и укрепление здоровья, как подрастающего поколения, так и педагогического состава, поскольку охрана здоровья педагогов является важным фактором укрепления здоровья молодых людей. Наряду со знаниями, умениями, навыками и личностным ростом человека здоровье является одним из показателей качества образования. Образовательная среда - понятие комплексное. В него входит все, что окружает юношей и девушек в техникуме: здание, оборудование, рабочая мебель, освещенность, режимы обучения, прохождения производственной практики, учебные программы и способы их реализации, объем дневной и недельной учебной нагрузки, взаимоотношения с преподавателями и сверстниками. По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) здоровье определяется как полное телесное, душевное и социальное благополучие, а не только как отсутствие болезней или недугов. Это определение показывает, что здоровье человека является целостным многомерным понятием, в структуру которого входят соматические, психические, социальные и нравственные компоненты:

- Физическое здоровье – состояние всех органов и систем организма, высокий уровень его резервных возможностей, отсутствие или наличие физических дефектов, хронических или генетических болезней;
- Психоэмоциональное здоровье – состояние психики человека, отсутствие или наличие нервно-психических отклонений, а также умение человека выражать и контролировать свои эмоции;
- Социальное здоровье – отношение человека как субъекта к социуму;
- Интеллектуальное здоровье – способность усваивать и эффективно использовать нужную информацию;

- Личностное здоровье – осознание себя как личности и поиск способов самореализации;
- Духовное здоровье – формирование основных жизненных целей, мотивов и систем ценностей, обеспечивая тем самым целостность личности, её развитие.

Здоровьесберегающий образовательный процесс – это соответствие факторов, сопровождающих образовательную деятельность (педагогических, психологических, социальных и др.) целям формирования, укрепления и сохранения здоровья. Формирование здоровьесберегающей среды в техникуме требует создания целостного здоровьесберегающего пространства, реализуемого в условиях взаимосвязи и взаимодействии всех блоков: управленческого, педагогического, психологического. Одним из главных направлений по формированию здоровьесберегающего пространства является не только формирование здорового образа жизни студентов, но и профилактика асоциальных явлений в молодёжной среде. В числе мероприятий, направленных на профилактику асоциальных явлений, большую роль играет организация психологопедагогической помощи по различным аспектам социально-психологических явлений. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по созданию образовательной среды способствующей сохранению и укреплению здоровья студентов.

Цели, направление. План спортивной работы клуба.

1. Сохранение и укрепление здоровья студентов, воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.
2. Пропаганда среди подростков и приобщение их к здоровому образу жизни.
3. Воспитание потребности и умение самостоятельно заниматься физкультурой, использовать различные спортивные игры в организацию своего отдыха.
4. Воспитание подростков в народных традициях.

План спортивно – массовых мероприятий.

Наименование мероприятий	Дата проведения	Место проведения	ответственный
Сентябрь			
Футбол чемпионат техникума	6- 20	стадион	Галиев М. А., мастера п/о,кураторы, кл. руководители
Легко атлетический кросс юноши – девушки областная спартакиада	25	г. Самара	Галиев М. А
октябрь			
Волейбол чемпионат техникума	7 - 23	спортзал	Галиев М. А., мастера п/о, кураторы, кл. руководители
Многоборье областная спартакиада	15	с. Суходол	Галиев М. А
Волейбол районная спартакиада	17, 24, 31.	с. Кошки	Галиев М. А
Баскетбол районная спартакиада	6	с. Кошки	Галиев М. А
Ноябрь			
Баскетбол чемпионат техникума	8 - 20	спортзал	Галиев М. А, мастера п/о, кураторы, кл. руководители
ДАРТС Районная спартакиада	10	с.Кошки	Галиев М. А
Декабрь			
Первенство техникума по стрельбе	6-18	спортзал	Галиев М. А
Лыжные гонки открытие сезона районные	22	с. Кошки	Галиев М. А.
Мини – футбол открытие сезона районные	22	с. Кошки	Галиев М. А
Январь			
ДАРТС	19- 30	спортзал	Галиев М. А
Мини – футбол районный турнир	4, 17, 21, 31.	стадион	Галиев М. А.
Февраль.			
Мини – футбол	10- 19	стадион	Галиев М. А

внутри техникума			
Лыжные гонки областная спартакиада	26	г. Самара	Галиев М. А
Волейбол районная спартакиада	17, 24, 31.	с. Кошки	Галиев М. А
Мини- футбол районные соревнования	18 -20	с. Кошки	Галиев М. А.
Март.			
Настольный теннис в учебном заведении	10 -19	спортзал	Галиев М. А
Лыжные гонки на приз главы района	2	с. Кошки	Галиев М. А
Волейбол первенство района	14 - 21	с. Кошки	Галиев М. А.
Апрель.			
Гири в техникуме	7 -23	спортзал	Галиев М. А
Спортивный праздник «Весёлые старты»	24-25	спортзал	Галиев М. А мастера п/о, кураторы, кл. руководители
Волейбол областная спартакиада	07-08	г. Самара	Галиев М. А
Гири Областная спартакиада	07-08	г. Самара	Галиев М. А.
Мини - футбол	29-30	г. Самара	Галиев М. А
Настольный теннис	29-30	г. Самара	Галиев М. А
Май.			
Троеборье областная спартакиада	14	г. Самара	Галиев М. А
Июнь.			
Футбол	6 -15	стадион	Галиев М. А

Мероприятия по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

№ п\п	Название мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные
1.	Создание нормативно-правовой базы по организации и внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в систему спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы ГБПОУ «ГТ м.р. К»	В течении года	Преподаватель физической культуры.
2.	Разработка методических рекомендаций по организации и приему нормативов комплекса ГТО в системе спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы ГБПОУ «ГТ м.р. К»	В течении года	Преподаватель физической культуры
3.	Формирование перечня спортивных сооружений для сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	В течении года	Преподаватель физической культуры
4.	Проведение мониторинга состояния физической культуры и спорта студентов ГБПОУ «ГТ м.р. К»	В течении года	Преподаватель физической культуры
5.	Организация работы по созданию условий реализации Комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в ГБПОУ «ГТ м.р. К»	В течении года	Преподаватель физической культуры
6.	Организация проведения испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди студентов ГБПОУ «ГТ м.р. К»	В течении года	Преподаватель физической культуры

Руководитель физического воспитания:

Галиев М. А