

«Утверждаю»
 Директор ГАПОУ «АПТ»
 Е.В. Симакова
 «13» августа 2022

**План физкультурно - оздоровительной и спортивно – массовой работы
 на 2022-2023 учебный год.**

№ п/п	Мероприятие	Дата	Ответственное лицо
I полугодие			
1	Организация работы спортивных секций, корректировка расписания	Сентябрь	Хамитов Т.Г.
2	Формирование команд по видам спорта и начало подготовки к соревновательному году	Сентябрь	Хамитов Т.Г.
3	Формирование команды обучающихся для участия в районном легкоатлетическом кроссе.	Сентябрь	Хамитов Т.Г.
4	Участие в традиционном районном легкоатлетическом кроссе. Участие в районном турнире по мини- футболу.	Сентябрь	Хамитов Т.Г.
5	«День здоровья» для студентов 1 курса. Группа № 11 « <u>Машинист крана (крановщик)</u> » Группа № 14 « <u>Повар, кондитер</u> » Группа № Т-022 «Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)» Группа № 15 «Мастер по обработке цифровой информации(мастер ОЦИ)» Группа № 12 «Машинист	Сентябрь	Хамитов Т.Г.

	дорожных и строительных машин»		
6	Соревнования по баскетболу среди юношей I,II,III курсов	Октябрь	Хамитов Т.Г.
7	Соревнования по настольному теннису среди юношей	Октябрь	Хамитов Т.Г.
8	Соревнования по дартсу среди юношей	Октябрь	Хамитов Т.Г.
9	Соревнования по жиму штанги лежа «Уральский разлом V»	Октябрь	Хамитов Т.Г.
10	Формирование команды на «Уральский разлом VI» по жиму штанги лежа	Ноябрь	Хамитов Т.Г.
11	Участие в Открытом кубке Башкирии по силовым видам спорта «Битва Батыров»	Ноябрь	Хамитов Т.Г.
12	Участие в открытом мастерском турнире «Сила Духа» по жиму лежа по версии ВРПФ	Ноябрь	Хамитов Т.Г.
13	Первенство техникума по жиму штанги лежа	Ноябрь	Хамитов Т.Г.
14	Соревнования по настольному теннису среди девушек	Ноябрь	Хамитов Т.Г.
15	Формирование команды для участия в областной олимпиаде по физической культуре	Декабрь	Хамитов Т.Г.
16	Внутренний турнир по волейболу среди девушек	Декабрь	Хамитов Т.Г.
17	Новогодние эстафеты	Декабрь	Хамитов Т.Г.
II полугодие			
18	Внутренний турнир по дартсу среди девушек и юношей	Январь	Хамитов Т.Г.
19	Первенство техникума по жиму штанги лежа среди юношей	Январь	Хамитов Т.Г.
20	Проведение Олимпиады по физической культуре внутри техникума.	Февраль	Хамитов Т.Г.
21	Участие во всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России»	Февраль	Хамитов Т.Г.

22	Проведение внутреннего и участие в районном конкурсе «А ну-ка, парни!», посвященного Дню защитника Отечества	Февраль	Хамитов Т.Г.
23	Проведение практической подготовки к региональному этапу Олимпиады по физической культуре.	Февраль	Хамитов Т.Г.
24	Проведение внутреннего конкурса и участие в районном конкурсе «А ну-ка, девушки!», посвященного всемирному женскому дню	Март	Хамитов Т.Г.
25	Участие в марафоне профилактических мероприятий «Молодежь России – за здоровый выбор»	Март	Хамитов Т.Г.
26	Участие в зональных соревнованиях «А ну-ка, парни!»	Март	Хамитов Т.Г.
27	Участие в региональном этапе Олимпиады по физической культуре.	Март	Хамитов Т.Г.
28	Подготовка к проекту «Физкультура и спорт-альтернатива пагубным привычкам»	Март	Хамитов Т.Г.
29	Проведение турнира по настольному теннису среди обучающихся, проживающих в общежитии.	Март	Хамитов Т.Г.
30	Проведение турнира по стрельбе из пневматической винтовки для юношей, по дартсу для девушек	Март	Хамитов Т.Г.
31	Проведение эстафет среди команд 1 курса	Апрель	Хамитов Т.Г.
32	Проведение соревнований по подтягиваниям на высокой перекладине среди юношей	Апрель	Хамитов Т.Г.
33	Соревнования по гиревому спорту среди юношей	Апрель	Хамитов Т.Г.
34	Районные соревнования по легкой атлетике	Апрель	Хамитов Т.Г.

35	Проведение массовой утренней зарядки среди обучающихся техникума «Зарядка для жизни»	Апрель	Хамитов Т.Г.
36	Проведение легкоатлетического кросса (юноши, девушки), посвященных дню Победы	Май	Хамитов Т.Г.
37	Проведение районного велопробега (юноши, девушки), посвященных дню Победы	Май	Хамитов Т.Г.
38	Проведение военно- полевых сборов	Май	Хамитов Т.Г.
39	Районный фестиваль ГТО	Июнь	Хамитов Т.Г.
40	Проведение спортивных эстафет, приуроченных ко Дню молодежи в селе Васильевка.	Июнь	Хамитов Т.Г.
41	Участие в открытом чемпионате г.Орска по жиму штанги лежа	Июнь	Хамитов Т.Г.
42	Подготовка отчетной и планирующей документации за прошедший и на будущий учебный год.	Июнь	Хамитов Т.Г.

Руководитель физического воспитания

Т.Г. Хамитов