**План работы**

**Лебедянского педагогического колледжа на 2018 – 2019 учебный год по физическому воспитанию в рамках реализации проекта**

**«Здоровый студент – здоровый регион»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Мероприятия | | Дата | Ответственные |
| 1. | Сдача нормативов спортивного комплекса ГТО | | В течение уч. года | Преподаватели ФК |
| 2. | Мини-футбол (юноши) первенство колледжа среди групп и курсов | | 18-20  Сентября | Д. Ю. Хомутцов |
| 3. | Первенство колледжа по метанию спортивного снаряда (гранаты) среди групп в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 24-27  Сентября | Преподаватели ФК |
| 4. | Осенний легкоатлетический кросс: лично-командное первенство колледжа в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО Дистанция – 2000 м. – ю, 1000 м. - д | | 20  Сентября | Преподаватели ФК |
| 5. | Настольный теннис: лично-командное первенство колледжа среди юношей и девушек | | 22-25 октября | Д. Ю. Хомутцов |
| 6. | «Старты надежд» - открытое внеклассное мероприятие для студентов 1-ого курса | | 30 октября | С. В. Кеделидзе |
| 7. | Гиревой спорт: личное первенство колледжа среди юношей в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 27 ноября | Преподаватели ФК |
| 8. | Волейбол – первенство колледжа среди групп (девушки), и курсов (юноши) | | 5-8 ноября | Преподаватели ФК |
|  |  | |  |  |
| 9. | Баскетбол – первенство колледжа среди групп (девушки) и курсов (юноши) | | 3-6 декабря | Преподаватели ФК |
| 10. | Шашки, шахматы – лично-командное первенство колледжа среди студентов | | 10-13 декабря | С. В. Кеделидзе |
| 11. | Новогодний турнир по баскетболу между мужскими командами студентов и преподавателей | | 17-20 декабря | Преподаватели ФК |
| 12. | Спортивные мероприятия в дни каникул | | Январь | Преподаватели ФК |
| 13. | Подтягивание (юноши), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки): личное первенство колледжа в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 17 января | Преподаватели ФК |
| 14. | Турнир по волейболу среди сборных курсов, выпускников разных лет и преподавателей посвящённый памяти заслуженного работника СПО РФ, отличника народного просвещения - Ю. С. Петрова | | Январь | Преподаватели ФК |
| 15. | Традиционные товарищеские встречи по баскетболу, волейболу с выпускниками колледжа разных лет | | 2 февраля | Преподаватели ФК |
| 16. | Лыжные гонки: лично-командное первенство колледжа среди девушек и юношей в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 13,14 февраля | Е.В.Демидов |
| 17. | «Неделя спорта» - лично-командные первенства колледжа по видам спорта, спортивным конкурсам. Упражнения на силовые показатели в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 18-21 Февраль | Преподаватели ФК |
| 18. | Фитнес-аэробика: первенство колледжа среди групп | | 5 марта | Преподаватели ФК |
| 19. | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье: первенство колледжа среди юношей и девушек в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 13 марта | Преподаватели ФК |
| 20. | Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки в «замке» за головой: первенство колледжа среди юношей и девушек в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 20 марта | Преподаватели ФК |
| 21. | «День здоровья» в колледже в рамках Всероссийской акции | | Апрель | Преподаватели ФК |
| 22. | Открытое первенство колледжа по пляжному волейболу в зале | | 15,16 апреля | Е.В.Демидов |
| 23. | Личное первенство колледжа по прыжкам в длину с разбега и с места среди юношей и девушек в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 23 апреля | Преподаватели ФК |
| 24. | Спринтерские забеги: лично-командные соревнования среди групп на первенство ЛПК в рамках подготовки к сдаче норм комплекса ГТО | | 30 апреля | Преподаватели ФК |
| 23. | Лапта – первенство колледжа среди групп 1-2 курсов | | Май | Преподаватели ФК |
| 24. | | Туристские походы в учебных группах | Май - июнь | Преподаватели ФК, классные руководители |