

«Утверждаю»
Руководитель студенческого
Спортивного клуба «Медик»
ГБПОУ РМЭ
«Йошкар-Олинский медколледж»
С.Л. Жандарская

26 августа 2025 г.

ПЛАН

РАБОТЫ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «МЕДИК»

на 2025-2026 учебный год

Цель:

Формирование твердой психологической установки на здоровье, как источника социально-экономического благополучия в условиях деловой конкуренции, оптимизация уровня физической подготовленности студента, всестороннее совершенствование физических качеств и связанных с ними способностей в единстве с воспитанием духовных и нравственных качеств.

Задачи:

1. Укрепление и сохранение и здоровья, формирование различных жизненно важных двигательных умений и навыков;
2. Приобретение базовых знаний научно-практического характера;
3. Формирование знаний и умений оценивать уровень и качество своего здоровья, эффективно использовать режим нагрузок и ограничений;
4. Воспитание потребности в утверждении здорового образа жизни, использование средств физической культуры в режиме учебы, труда и отдыха; формирование осознанной потребности к физическому самовоспитанию, самосовершенствованию;
5. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий по повышению двигательной активности студентов, привлечение их к участию в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
6. Формирование осознанной потребности к физическому самовоспитанию, самосовершенствованию;
7. Воспитание нравственных, физических, психических качеств, необходимых для личностного и профессионального развития студента;
8. Выявление сильнейших спортсменов и команд колледжа по видам спорта;
9. Вовлечение обучающихся и подготовка к выполнению норм и требований Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО.

План физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы

№ п/п	Дата	Мероприятие	Ответственный
1. Организационная работа			
1.	Август-сентябрь	Подготовить спортивный комплекс (спортивный зал, тренажёрный зал, раздевалки) к началу учебного года.	Жандарская С.Л., Григорьев А.В. Малышев В.А., Виногоров А.И.
2.	Сентябрь	Во всех учебных группах провести отчетно-перевыборные собрания.	Жандарская С.Л., Классные руководители групп
3.	Сентябрь	Организовать работу Студенческого спортивного клуба "МЕДИК".	Жандарская С.Л.
4.	Сентябрь-октябрь	Планирование и организация деятельности ССК составление и утверждение плана работы ССК на 2025-2026 учебный год, расписание работы ССК.	Жандарская С.Л. Харитонов В.
5.	Сентябрь	Создание совета клуба, разъяснительная работа с ученическими коллективами колледжа, коллективами спортивных секций.	Жандарская С.Л. Харитонов В.
6.	Сентябрь	Провести организационное собрание ССК: 1) выбрать и утвердить состав ССК на учебн. год; 2) план работы на 2025-2026 учебный год; 3) утвердить календарный план проведения спартакиады первокурсников.	Жандарская С.Л. Харитонов В.
7.	Сентябрь	Организовать работу спортивных секций: 1) баскетбол; 2) волейбол; 3) лёгкая атлетика; 4) лыжные гонки; 5) спортивные игры (юноши), 6) спортивные танцы.	Жандарская С.Л., Малышев В.А. Григорьев А.В. Виногорова Е.А..
8.	1 раз в месяц	Проводить заседания ССК. (физорги групп, капитаны команд по видам спорта)	Жандарская С.Л. Харитонов В.
9.	1 раз в 10 месяцев	Проводить общее собрание членов ССК.	Жандарская С.Л. Харитонов В.
10.	В течение года	Проводить инструктаж и помощь по организационным вопросам с физоргками учебных групп.	Жандарская С.Л. Малышев В.А. Григорьев А.В.
11.	2 раза в год	Проводить инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры по видам спорта.	Жандарская С.Л., Малышев В.А.

			Григорьев А.В.
12.	Сентябрь	Ходатайствовать перед администрацией колледжа, в оказании лучшим спортсменам, мест в общежитии.	Жандарская С.Л., Малышев В.А. Григорьев А.В.
13.	Сентябрь	По результатам медицинских справок обучающихся организовать занятия в специальных медицинских физкультурных группах.	Жандарская С.Л. Классные руководители
14.	В течение года	Поддерживать тесную связь с воспитателем общежития.	Жандарская С.Л., Григорьев А.В. Малышев В.А.

2. Проведение спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий

1.	Сентябрь	Провести осенний легкоатлетический кросс среди студентов первого курса, в зачет спартакиады первокурсников, 1000 метров. (неделя первокурсников.)	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Классные рук-ли
2.	Сентябрь	Провести "Этноигры" игры народов Мари среди студентов первого курса, в зачет спартакиады первокурсников, (неделя первокурсников.)	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Классные рук-ли Совет ССК
3.	Сентябрь	Принять участие в соревнованиях «Кросс нации», сборная команда девушек по лёгкой атлетике, многоборью, лыжным гонкам.	Жандарская С.Л., Малышев В.А.
4.	Сентябрь-октябрь	Принять участие в Республиканском осеннем легкоатлетическом кроссе, среди учреждений ПО РМЭ, сборная команда девушек по лёгкой атлетике, многоборью.	Жандарская С.Л., Малышев В.А.
5.	Октябрь	Принять участие в Акции "10000 шагов к здоровью"	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Классные рук-ли совет ССК
6.	Ноябрь	Провести спартакиаду первокурсников по прыжкам в длину с места.	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Классные рук-ли
7.	Декабрь	Принять участие в спартакиаде, соревнования по баскетболу среди учреждений ПО РМЭ, сборная команда девушек по баскетболу.	Жандарская С.Л., Григорьев А.В.
8.	Декабрь-январь	Провести соревнования по Стритболу среди студентов занимающихся в спортивной секции баскетбол.	Жандарская С.Л. Григорьев А.В.
9.	В течение	Организовать и провести товарищеские встречи по волейболу с командами других учебных заведений	Жандарская С.Л., Григорьев А.В.

	года	республики.	
10.	В течение года	Организовать и провести товарищеские встречи по баскетболу, с командами других учебных заведений республики.	Жандарская С.Л., Григорьев А.В.
11.	Февраль	Провести соревнования первокурсников колледжа по лыжам (лыжная эстафета). Спартакиада первокурсников.	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Классные рук-ли
12.	Февраль	Принять участие в соревнованиях ССУЗов республики по лыжным гонкам и лыжной эстафете.	Жандарская С.Л. Малышев В.А.
13.	Февраль	Провести соревнование «А ну-ка парни!», посвящённое Дню Защитника Отечества, юноши колледжа. (Подтягивание, прыжок в длину с места, конкурс "Лучший стрелок".	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Классные рук-ли
14.	Февраль	Принять участие во Всероссийском мероприятии «Лыжня Марий-Эл», секция лыжной подготовки и все желающие учащиеся, и работники колледжа.	Жандарская С.Л., Малышев В.А.
15.	Февраль	Принять участие во Всероссийском мероприятии «Лыжня России», секция лыжной подготовки и все желающие учащиеся, и работники колледжа.	Жандарская С.Л., Малышев В.А.
16.	Март	Провести Фестиваль ГТО среди студентов колледжа. (Прыжок в длину с места, отжимание, подтягивание, бег 100 метров).	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Совет ССК
17.	Апрель	Участие в турнире по баскетболу и волейболу среди медицинских учебных заведений Приволжского федерального округа (г. Киров)	Жандарская С.Л., Григорьев А.В.
18.	Апрель	Принять участие в спартакиаде среди учреждений ПО РМЭ по многоборью, сборная команда девушек по лёгкой атлетике, лыжным гонкам.	Жандарская С.Л., Малышев В.А.
19.	Апрель	Принять участие в спартакиаде, соревнования по волейболу среди учреждений ПО РМЭ, сборная команда девушек по волейболу.	Жандарская С.Л., Григорьев А.В.
20.	Май	Принять участие в спартакиаде среди учреждений ПО РМЭ по лёгкой атлетике, сборная команда девушек по лёгкой атлетике, лыжным гонкам.	Жандарская С.Л., Малышев В.А.
21.	Июнь	Принять участие в Акции "10000 шагов к здоровью".	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Классные рук-ли Совет ССК

3. Агитационно-пропагандистская работа			
1.	В течение года	Обновить стенд по спортивно-массовой работе в колледже.	Жандарская С.Л. Совет ССк
2.	В течение года	Афишировать и рекламировать спортивную жизнь колледжа на спортивном стенде.	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Совет ССк
3.	В течение года	Организовать встречи для студентов с известными спортсменами республики.	Жандарская С.Л. Совет ССк
4.	В течение года	Проводить систематическую агитационно-пропагандистскую работу по ЗОЖ (анкетирование, беседы, диспуты, дискуссии).	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Классные руководители Совет ССк
5.	В течение года	Поощрять лучших спортсменов, спортивных организаторов колледжа.	Администрация колледжа Жандарская С.Л.
4. Хозяйственная работа			
1.	Август сентябрь	Подготовить к учебному году спортзал, оборудование, спортивный инвентарь, кабинет физвоспитания и подсобные помещения.	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В.
2.	Сентябрь	Проводить ремонт и инвентаризацию спортивного инвентаря.	Жандарская С.Л., Малышев В.А., Григорьев А.В. Лаборант спортивного зала
3.	В течение года	Контролировать проведение уборки спортивного зала, тренажёрного зала, кабинета физвоспитания, подсобных помещений.	Жандарская С.Л. Лаборант спортивного зала
4.	В течение года	Приобрести необходимый спортивный инвентарь, оборудование, спортивную форму	Жандарская С.Л. Тренеры спортивных секций
5.	В течение года	Приобрести призы для поощрения команд и лучших спортсменов	Жандарская С.Л.
6.	Декабрь январь	Провести ремонт спортивного зала, тренажёрного зала, раздевалок, кабинета физвоспитания, подсобных помещений	Лаборант спортивного зала Преподаватели физкультуры Администрация колледжа