

Подготовка к соревновательной деятельности и сдаче нормативов комплекса. Реализация физкультурно-массовых мероприятий с обучающимися

№	Время	Виды испытаний	Ответственные
1	сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Челночный бег</li> <li>- Бег на 30, 60, 100 м</li> <li>- Смешанное передвижение</li> <li>- Прыжок в длину с места</li> <li>- Прыжок в длину с разбега</li> </ul>	<p>Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.</p>
2	октябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подтягивание из виса на низкой перекладине</li> <li>- Подтягивание из виса на высокой перекладине</li> <li>- Рывок гири</li> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> <li>- Поднимание туловища из положения лёжа</li> <li>- Наклон вперёд из положения стоя</li> </ul>	<p>Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.</p>
3	февраль	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Бег на лыжах 1, 2, 3, 4, 5 км</li> </ul>	<p>Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.</p>
4	май	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Метание теннисного мяча в цель</li> <li>- Метание спортивного снаряда на дальность</li> <li>- Кросс по пересечённой местности</li> </ul>	<p>Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.</p>

**План организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой  
работы  
в техникуме в учебном году**

№	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
1	Соревнования по лёгкой атлетике	Сентябрь	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
2	Соревнования по футболу	Сентябрь	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
3	«Зарница»	Октябрь	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
4	Соревнования по настольному теннису	Октябрь	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
5	Соревнования по волейболу	ноябрь	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
6	Спортивный праздник, посвящённый Дню героев Отечества	ноябрь	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
7	Соревнования по армрестлингу	январь	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
8	Спортивный праздник «День защитника Отечества»	февраль	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
9	Соревнования по шашкам, шахматам	март	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
10	Спортивный праздник «А ну-ка девушки!»	март	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.
11	Соревнования по многоборью ГТО	в течение года	Кочеткова О.Н. Булдаков А.В.

--	--	--	--