

ПЛАН РАБОТЫ
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И СПОРТИВНО-МАССОВЫХ
МЕРОПРИЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СПОРТКЛУБА «АРКТИКА»
НА 2025–2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

1. Общие положения

1.1. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в Государственном автономном профессиональном образовательном учреждении Мурманской области «Мурманский педагогический колледж» (ГАПОУ МО «МПК») (далее – колледж) базируется на принципах свободного физкультурного образования, приоритетах общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья студентов, гражданственности и любви к Родине, общедоступности реализуемых физкультурно-оздоровительных программ и их адаптации к уровням и особенностям здоровья, физического развития студентов разных возрастных групп.

1.2. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа регламентирована Федеральным Законом РФ «Об образовании», Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Уставом колледжа, другими нормативно-правовыми актами в области образования и развития физической культуры и спорта;

1.3. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа является составной частью воспитательной работы колледжа, которая осуществляется в рамках рабочей программы воспитания ГАПОУ МО «МПК» и Календарного плана воспитательной работы на 2025-2026 учебный год.

2. Цели

2.1. Повышение активности студентов путем вовлечения их в различные формы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работа.

2.2. Сохранение и укрепление здоровья студентов колледжа.

2.3. Совершенствование процесса физического воспитания и пропаганды здорового образа жизни.

2.4. Дополнительное образование студентов колледжа в области физической культуры и спорта.

2.5. Формирование навыков и развитие мотивации студентов колледжа к выбору здорового образа жизни.

3. Задачи

3.1. Активное содействие физическому, духовному, интеллектуальному, гражданскому, патриотическому воспитанию учащихся, внедрение физической культуры и спорта в повседневную жизнь, организация работы по укреплению их здоровья и повышению работоспособности.

3.2. Организация занятий в спортивных секциях и группах оздоровительной направленности.

3.3. Проведение массовых спортивно-оздоровительных и спортивных мероприятий для участников образовательного процесса колледжа.

3.4. Создание условий для развития всех видов и форм спортивно-оздоровительной деятельности студентов.

3.5. Создание условий для профилактики правонарушений, наркомании и алкоголизма.

3.6. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

3.7. Подготовка к сдаче норм ВФСК «ГТО».

№	Мероприятие	Дата и место проведения	Ответственные
Сентябрь			
1	Спортивный праздник «Осенний День здоровья» для студентов колледжа	14.09.2025, Центральный стадион «Профсоюзов»	Хапова Г.В., Аминов Р.Ш., Евстафьева И.В.
2	Первенство спортклуба «Арктика» по легкоатлетическому кроссу «Золотая осень» среди 1-ых курсов	26.09.2025, Центральный стадион «Профсоюзов»	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
Октябрь			
3	Легкоатлетический пробег, посвященный Дню города Мурманска	05.10.2025, Центральный стадион «Профсоюзов»	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
4	Первенство спортклуба «Арктика» по спортивному многоборью (ОФП) среди 1-х курсов	5-09.10.2025 Спортзал МПК	
5	Личное первенство спортклуба «Арктика» по настольному теннису среди 1 курсов (1 этап Спартакиады)	14-15.10.2025 Спортзал МПК	Евстафьева И.В.
6	Фестиваль спорта для студентов и преподавателей колледжа на базе спортивного комплекса Мурманского государственного автотранспортного предприятия	21.10.2025 г. Мурманск, МГАПТ	Евстафьева И.В., Хапова Г.В., Аминов Р.Ш.
7	Областные соревнования по настольному теннису в зачет 62-й Спартакиады учреждений ПОО МО	По положению МО 25.10. 2025	Хапова Г.В.
8	Первенство спортклуба «Арктика» по баскетболу (1 этап Спартакиады)	30-31.10.2025 Спортзал МПК	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
Ноябрь - Декабрь			
9	Фестиваль ВФСК ГТО «Арктический студенческие игры»	08.11.2025 ГАУМО «ЦСП»	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
10	Областные соревнования по баскетболу в зачет 62-ой Спартакиады ПОО МО	18.11-19.11.2025, г. Кола По положению	Хапова Г.В. Евстафьева И.В.
11	Первенство спортклуба «Арктика» по волейболу среди 1-4 курсов (1 Этап Спартакиады)	18.11-12.12.2025 Спортзал МПК	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
12	Первенство спортклуба «Арктика» по баскетболу среди 1 курсов	10.11.2025-14.11.2025	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
13	Новогодние «Веселые старты» среди 1 курсов	18.12.2025 Спортзал МПК	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
Январь - Февраль			
14	Первенство спортклуба «Арктика» по бадминтону	20.01-24.01.2026 Спортзал МПК	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.

15	Первенство спортклуба «Арктика» по ОФП	27.02.2026 Спортзал МПК	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
16	Личное первенство спортклуба «Арктика» по лыжным гонкам	09.02-19.02.2026 Семеновское озеро	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
17	Спортивный студенческий праздник, посвященный празднованию Дня защитника Отечества среди студентов парней и преподавателей мужчин	20.02.2026 Спортзал МПК	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
Март			
18	Первенство спортклуба «Арктика» по волейболу среди дошкольного и школьного отделений	06.03.2026 Спортзал МПК	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
19	Областные соревнования по лыжным гонкам в зачет 62-ой Спартакиады учреждений ПОО МО	26.03.2026 Кольский район	Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш., Хапова Г.В.
Апрель			
20	Областные соревнования по Легкоатлетическому двоеборью в зачет 62 Спартакиады студентов ПОО МО	По положению, легкоатлетический манеж	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
21	Круглый стол: «Здоровье и здоровый образ жизни»	04.04.2026 МПК	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
22	Областные соревнования по волейболу в зачет 62-ой Спартакиады учреждений ПОО МО	11-12.04.2026 г. Мурманск, МГАПТ	Хапова Г.В.
23	Всероссийский (Всемирный) День здоровья	07.04.2026 Центральный стадион «Профсоюзов», Дворец спорта	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
Май			
24	Традиционная легкоатлетическая эстафета по улицам города памяти А. Бредова	09.05.2026 Улицы города	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
25	Личное первенство спортклуба «Арктика» по Дартсу	11.05-15.05.2026	Хапова Г.В., Евстафьева И.В., Аминов Р.Ш.
26	Совещание по итогам 62-ой Спартакиады учреждений ПОО МО	По плану МО и науки МО	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.,
Июнь			
27	Первенство спортклуба «Арктика» по плаванию среди 1-ых курсов	10.06.2026 Центральный плавательный бассейн	Евстафьева И.В., Хапова Г.В. Аминов Р.Ш.
Работа спортивных секций и занятий в рамках деятельности ССК «Арктика»:			
1	Волейбол	Спортзал МПК Дворец спорта Вторник, 14.20	Хапова Г.В.

2	ОФП (общая физическая подготовка)	Спортзал МПК Среда, 14.20	Евстафьева И.В.
3	Фитнес	Спортзал МПК (Дворец спорта) четверг, 14.20	Хапова Г.В.
4	Баскетбол	Спортзал МПК Пятница, 14.20	Хапова Г.В.
5	Плавание	2 семестр Плавательный бассейн	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
6	Легкая атлетика	Стадион «Профсоюзов»	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
7	Лыжные гонки	Семеновское озеро	Хапова Г.В., Евстафьева И.В.
8	Настольный теннис	Спортзал МПК Среда, 15.30	Хапова Г.В.