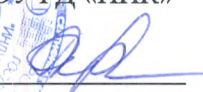


Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение РД
«Индустриально-промышленный колледж»

Рассмотрен на заседании цикловой
Комиссии _____
Протокол № 1 « 30 » 08.20 21 г.
Председатель ЦК АЗР -

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ РД «ИПК»
Р.Х. Гаджиалиева 
« 30 » 08 2021 г.

ПЛАН
работы цикловой комиссии
«ОБЖ и физической культуры»
на 2021-2022 учебный год

2021г.

**ПЛАН РАБОТЫ ПЦК ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ОБЖ и ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ
НА 2021-2022 учебный год**

Сентябрь

1. Годовое планирование работы спортивно-массовых мероприятий, начальной военной подготовки на 2021-2022 учебный год.
2. Планирование деятельности заседания Совета Физоргов на 2021-2022 учебный год.
4. Подготовка и проведение открытых уроков по ОБЖ на тему «Правила поведения в условиях ЧС»
4. Проведение мониторинга качества знаний студентов 1 курса по минимуму требований ФГОС СПО «входной контроль».
5. Изучение программы по дисциплинам: «Физическая культура»
6. Сбор и сдача документов учащихся 2015 года рождения на первоначальный воинский учет.
7. Подготовка учащихся к ВПР.
8. Коррекционная работа, рабочих программ по физической культуре, ОБЖ, БЖ
9. Проведение индивидуальных консультаций с преподавателями физической культуры, ОБЖ, БЖ с целью относительной нагрузки студентов состояние здоровья относящихся к специальной медицинской группе.
5. Изучение требований результатов обучения специальной медицинской группы.

Октябрь

1. Проведение заседания СФ.
2. Подготовка и проведение первенство колледжа по легкой атлетике, виды:
 - бег 100м (д; ю);
 - бег 300м (д);
 - бег 500м (ю);
 - бег 4x100 (д; ю);
 - прыжки в длину с разбега (д; ю).
 - метание гранаты
3. Организация футбольной команды колледжа.
4. Внедрение результатов первенства по легкой атлетике норм ГТО.
4. Подведение итогов физических достижений, проведения «Веселых стартов» среди студентов I курса.
5. Подведение итогов физических достижений, проведения первенства колледжа по легкой атлетике.

6. Выявление физических способностей, тактике спортивной игры «Футбол», среди студентов

1. Проведение инструктивно-методического совещания с преподавателями физической культуры, ОБЖ и БЖ на тему: «Критерии оценивания студентов по физической культуре», работа с адаптированными учащимися.
2. Самостоятельное изучение новинок методической литературы.
3. Подготовка к проведению открытого урока, посвященного дню ГО России.
- 4 октября – День Гражданской Оборона РФ
4. Самостоятельное изучение методических рекомендаций института общего образования
5. Доклад на тему: «Роль ГТО в патриотическом воспитании молодежи»

Ноябрь

1. Проведение очередного заседания СФ.
2. Подготовка и проведение первенство колледжа по шахматам.
3. Подготовка и проведение первенство техникума по мини футболу.
4. Подведение итогов физических достижений, проведения первенства колледжа по шахматам.
5. Подведение итогов физических достижений, проведения первенства техникума по мини футболу
6. Подготовка и проведение практических уроков «Внедрение инновационных технологий на уроках физической культуры» (круговая система тренировки (атлетизм)). Использование в работе опыта передовых педагогов физической культуры, которые применяют метод круговой тренировки (информация интернета)

1. Подготовка и проведение практических уроков «Внедрение инновационных технологий на уроках ОБЖ, БЖ». Использование в работе опыта передовых педагогов РФ
2. Принятие участия в проведении педагогического совета по проблемам колледжа
3. Изучение новинок методической литературы по спортивным играм, рекомендации проекта: «Основы теории и методики преподавания ОБЖ в образовательных организациях».
4. Самообразование: прослушивание онлайн вебинаров, проводимых в течении месяца. Работа над темой самообразования.
5. Доклад на тему: «Приемы самоконтроля при выполнении физических нагрузок». (Шевченко И.Н.)
7. Изучение нормативно-правовой документации.

Декабрь

1. Проведение очередного заседания СФ.

2. Подготовка и проведение первенство по стрельбе (УПК)
3. Подведение итогов достижений, обучающихся первенства по стрельбе (УПК)
4. Проведение инструктивно-методического совещания с преподавателями общеобразовательных и спец дисциплин по вопросам проведения 5 минуток на тему: «Использование новых комплексов физических упражнений, на расслабление мышц верхнего плечевого пояса, кисти рук, осанке»
5. Проведение инструктивно-методического совещания с преподавателями физической культуры, ОБЖ и БЖ на тему: «Учитель здоровья».
6. Самостоятельное изучение новинок методической литературы по гимнастике, баскетболу.
7. самообразование: прослушивание онлайн вебинаров, проводимых в течении месяца. Работа над темой самообразования.
8. Доклад на тему: «Физические нагрузки и отдых». (Гончар А.Ф.)
9. Изучение нормативно-правовой документации.

Январь

1. Проведение очередного заседания СФ.
2. Подготовка и проведение первенство колледжа по снаряжению магазина, не полной разборке и сборке автомата.
3. Подведение итогов достижений первенство по снаряжению магазина, не полной разборке и сборке автомата.
3. Проведение мониторинга физических достижений студентов за I семестр 2020-2021 учебного года.
1. Проведение инструктивно-методического совещания с преподавателями физической культуры, ОБЖ и БЖ, результативность физических достижений студентов, % качество знаний по физической культуре ОБЖ, БЖ, за I семестр 2021-2022 учебного года.
2. Изучение методики составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методики активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению.
3. Самостоятельное обогащение знаний уровня повышения моторной плотности, внедрение на уроках.
4. самообразование: прослушивание онлайн вебинаров, проводимых в течении месяца. Работа над темой самообразования.
5. Доклад на тему: «Безопасность несовершеннолетних – идеология Российского общества и государства» (Джербинов Х.М.)
6. Изучение нормативно-правовой документации.

Февраль

1. Проведение очередного заседания СФ.
2. Подготовка и проведение первенство колледжа по многоборью, среди юношей, виды:
 - сгибание и разгибание рук на перекладине;
 - поднимание и опускание туловища лежа на спине за 1 м;
 - сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
 - вис на согнутых руках;
 - сгибание и разгибание рук на брусьях.
3. Подготовка и проведение командных соревнований, среди студентов I курса «А, ну-ка парни», по видам:
 1. Прыжки с отягощением;
 2. Жим штанги;
 3. Прыжки в длину с места;
 4. Поднимание и опускание туловища в сед за 30 сек;
 5. Командные перекаты с одной ноги на другую, на время.
4. Подготовка и сдача норм ГТО
4. Встреча с ветеранами Афганистана, служащими в ВС РФ (посвященной 23 февраля)
5. Подготовка и проведение спортивных игр
6. Подготовка и сдача норм ГТО
7. Подведение итогов физических достижений, проведения первенства колледжа по многоборью, среди юношей, виды:
 - сгибание и разгибание рук на перекладине;
 - поднимание и опускание туловища лежа на спине за 1 м;
 - сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
 - вис на согнутых руках;
 - сгибание и разгибание рук на брусьях.
8. Подведение итогов проведения командных соревнований, среди студентов I курса «А, ну-ка парни», по видам:
 1. Прыжки с отягощением;
 2. Жим штанги;
 3. Прыжки в длину с места;
 4. Поднимание и опускание туловища в сед за 30 сек;
 5. Командные перекаты с одной ноги на другую, на время
9. Проведение инструктивно-методического совещания с преподавателями физической культуры, ОБЖ и БЖ на тему: «Взаимосвязь физических способностей с двигательными навыками».
10. Проведение инструктивно-методического совещания с преподавателями физической культуры, ОБЖ, БЖ на тему: «Определение условий оптимизации индивидуального подхода во время физических нагрузок с студентами, которые испытывают трудности в выполнении физических упражнений

Март

1. Проведение очередного заседания СФ.
2. Подготовка и проведение первенство колледжа по атлетической гимнастике среди юношей (жим штанги)
3. Подготовка и сдача норм ГТО
4. Подведение итогов физических достижений, проведения первенства колледжа по атлетической гимнастике среди юношей
5. Изучение нормативно-правовой документации.

Апрель

1. Проведение очередного заседания СФ.
2. Подготовка и проведение кубка соревнований, посвящённому всемирному Дню спорта и здоровья (6,7 апреля)
3. Подготовка и проведение первенства колледжа по кроссовой подготовке 500м (девушки); 800м (юноши).
4. Открытый урок по ГО (Чернобыль)
5. Подведение итогов физических достижений, проведения кубка по футболу, посвящённому всемирному Дню спорта и здоровья (6,7 апреля)
6. Подведение итогов физических достижений, проведения первенства техникума по кроссовой подготовке 500м (д); 800м (ю).
7. Подведение итогов предметной недели

1. Проведение инструктивно-методического совещания с преподавателями физической культуры, ОБЖ, БЖ на тему: «Подготовка студентов к сдаче ГТО».
2. Проведение мониторинга результативности физических достижений студентов, специальной медицинской группы.
3. Самостоятельное изучение новинок методической литературы по спортивным играм.
4. Доклад на тему: «Индивидуальный подход, при занятиях легкой атлетикой» (Дмитриев В.А.)
5. Изучение нормативно-правовой документации.

Май

1. Проведение очередного заседания СФ.
2. Подготовка и проведение командных соревнований по перетягиванию каната.
3. Подготовка спортивной колонны к параду 9 мая
4. Подведение итогов физических достижений, проведения командных соревнований по перетягиванию каната.

5. Проведение инструктивно-методического совещания с преподавателями физической культуры, ОБЖ на тему: «Подготовка необходимой документации по окончанию учебного года»
6. Изучение нормативно-правовой документации.

Июнь

1. Проведение очередного заседания СФ.
2. Отчет руководителя физического воспитания о проделанной работе за 2021-2022 учебный год.
3. Подготовка и проведение учебных сборов в июле (Воинская часть)
4. Подведение итогов физических достижений по всем видам физического направления за 2021-2022 учебный год.
5. Проведение учебных сборов в июле
6. Корректировка учебных рабочих программ.
7. Анализирование работы по всем видам деятельности физического направления.
8. Изучение новой нормативно-правовой документации.
10. Изучение нормативно-правовой документации.

Председатель ПЦК физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности:

Амирова З.А.