



УТВЕРЖДАЮ

Директор БПОУ ОО ОПЭК

С.В. Коровин

11 20 25 г.

**Календарный план
физкультурно – массовых, спортивных и оздоровительных мероприятий
Спортивного клуба «ОПЭК» на 2025-2026 г.**

№ п/п	Название мероприятия	Сроки проведения	Ответственный за проведение
1.	Ко Дню солидарности по борьбе с терроризмом беседа на тему: «Роль личности в современном обществе», с просмотром и обсуждением кинофильма «Сила воли».	Сентябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
2.	Программа по адаптации 1 курса «Дорогой ГТО» (эстафеты с элементами ГТО).	10-11.09.25	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
3.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ» - цикл передач о новейших достижениях науки и техники в спорте - «Технологии спорта» Легкая атлетика.	Сентябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
4.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Роль семьи и спорта в становлении личности» на примере биографий Российских Олимпийских чемпионов, с просмотром и обсуждением фильма «Чемпионы» -1 часть.	Сентябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
5.	«Дыхательные практики» в профилактики заболеваний органов дыхания (Стрельниковой).	Сентябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
6.	Посещение музейной экспозиции «История Омского спорта» в БУ г. Омска СШ «Красная Звезда».	В течение года	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
7.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «ВФСК ГТО в новом формате. О внедрении ГТО в г. Омске и колледже».	Сентябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
8.	Лично - командное первенство программы «ВФСК ГТО» по подтягиванию, среди групп колледжа к «Всемирному Дню подтягиваний».	Сентябрь- октябрь	Совет СК
9.	Спартакиады колледжа по шахматам.	Сентябрь	Совет СК, руководитель секции

10.	Лично - командное первенство по л/атлетическому кроссу среди первокурсников.	Сентябрь-октябрь	Совет СК
11.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Роль физической культуры и спорта в становлении личности» с просмотром и обсуждением фильма «Легенда №17».	Сентябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
12.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа «Легенды Мирового спорта», на примере биографии У. Болта, с просмотром и обсуждением фильма «Я - Болт».	Сентябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
13.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ» - цикл передач о новейших достижениях науки и техники в спорте - «Технологии спорта» - спортивные игры.	Октябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
14.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по л/а кроссу.	01.10.25	Совет СК
15.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», «Дыхательные практики» в профилактики КОВИД.	Октябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания, физорги
16.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по шахматам.	06-07.10.25	Совет СК, руководитель секции
17.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», «Легенды Мирового футбола», с просмотром и обсуждением кинофильма «Пеле - рождение легенды».	Октябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
18.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по мини-футболу	13-17.10.25	Совет СК, руководитель секции
19.	Участие во Всероссийском Фестивале «ВФСК ГТО» среди УЗ СПО (5-6 ступень).	23-24.10.25	Совет СК
20.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», спортивное занятие посвященное «Дню дзюдо».	Ноябрь	Совет СК, волонтеры «Молодой гвардии»
21.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», товарищеские встречи по волейболу	Ноябрь	Совет СК, руководитель секции
22.	Программа по пропаганде ЗОЖ, беседа на тему: «Роль мотивации в выборе жизненных ценностей» с просмотром и обсуждением кинофильма «Изгой» в рамках антинаркотической акции.	Октябрь-ноябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
23.	Ко Дню народного единства, беседа: «Роль спорта в развитии патриотизма и любви к Родине», на примере	Ноябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания

	биографии И. Поддубного, с просмотром и обсуждением фильма «Поддубный».		
24.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Роль мотивации в развитии морально - волевые качеств и спортивных достижений», на примере биографий Российских Олимпийских чемпионов с просмотром и обсуждением фильма «Чемпионы» - 2 часть.	Ноябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
25.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», «Роль физической культуры и спорта в развитии лидерских качеств», на примере биографии Омского баскетболиста И.В. Дворный, с просмотром и обсуждением фильма «Движение вверх».	Ноябрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
26.	Спартакиада колледжа по волейболу.	Ноябрь-декабрь	Совет СК
27.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по плаванию.	04.12.25	Совет СК
28.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по гиревому спорту.	05.12.25	Совет СК, руководитель секции
29.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», «Новогодний турнир» по волейболу (юноши).	Декабрь	Руководитель секции
30.	Акция «МЫ за ЗОЖ» - конкурс плакатов «Спорт наша жизнь».	Декабрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
31.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», фото - конкурс «Спорт-это жизнь. Мы выбираем спорт!», к «Всемирному Дню борьбы со СПИДом».	Декабрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
32.	В рамках акции «Я выбираю спорт» - личное первенство среди групп по программе «ВФСК ГТО» прыжок в длину с места, к «Всемирному Дню борьбы со СПИДом».	Декабрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
33.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ» - цикл передач о новейших достижениях науки и техники в спорте - «Технологии спорта» - зимние виды спорта (лыжи).	Декабрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
34.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Герои Отечества» (спортсмены).	Декабрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
35.	«Новогоднее первенство» по шахматам среди сотрудников и студентов колледжа.	Декабрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания, руководитель секции

36.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Легенды Мирового футбола», на примере биографии Н. Стрельцова, с просмотром и обсуждением кинофильма - «Н. Стрельцов».	Декабрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
37.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Роль спорта в развитии патриотизма и любви к Родине», с просмотром и обсуждением кинофильма «Матч».	Декабрь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
38.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Бренды Советской эпохи» с просмотром фильмов и видео - роликов о «Истории возникновения ГТО».	Январь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
39.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ» - цикл передач о новейших достижениях науки и техники в спорте – «Технологии спорта» - зимние виды спорта (хоккей).	Январь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
40.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ» - лекции по ЗОЖ «Закаливание. Влияние занятий на улице в зимнее время на организм человека».	Январь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
41.	Оздоровительные мероприятия на свежем воздухе: Кросс. Скандинавская ходьба. Дыхательная гимнастика. Игры и эстафеты.	Январь	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
42.	В поддержку акции «Стоп - наркотик!» - дыхательная гимнастика, кросс, ОРУ с лыжным инвентарем, подвижные игры и эстафеты на свежем воздухе.	Февраль	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
43.	В рамках акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Спорт, как средство развития патриотизма и лидерских качеств, на примере биографии В. Фетисова, с просмотром и обсуждением фильма «Слава».	Февраль	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
44.	Волонтерский рейд «Мы, и то, что мы едим» - лекция о здоровом, рациональном и спортивном питании.	Февраль	Совет СК
45.	Товарищеская встреча по волейболу (ю), в Поддержку антинаркотической акции: «Мы за ЗОЖ «ОПЭК - «ОЛТКГА».	Февраль	Совет СК
46.	Патриотический конкурс «Аты-Баты» ко «Дню защитника Отечества» (шашки, стрельба, силовая гимнастика).	Февраль	Совет СК
47.	Товарищеская встреча по волейболу (юноши), в поддержку антитабачной акции: «Мы за ЗОЖ» - «ОПЭК» - «ГОР ДЮОЦ» (д)	Февраль	Руководитель секции
48.	В поддержку акции «Мы за ЗОЖ», товарищеская встреча по волейболу	Февраль	Руководитель секции

	(юноши) «ОПЭК» - СШ «Красная звезда»		
49.	Традиционное личное первенство по пауэрлифтингу (жим лежа), ко «Дню защитника Отечества».	Февраль	Руководитель секции
50.	В поддержку акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Легенды Мирового футбола» на примере биографии Л. Яшина!	Февраль-март	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
51.	Спартакиада колледжа по настольному теннису (д), посвященная международному празднику «Дню 8 марта»	Февраль	Совет СК, руководитель секции
52.	Участие во Всероссийской лыжной гонке «Лыжня России».	Февраль	Совет СК
53.	Спартакиады колледжа по волейболу (д).	Февраль	Совет СК
54.	В поддержку акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Спорт, как средство развития моральных качеств, дружбы и взаимопомощи», с просмотром и обсуждением кинофильма «Лед».	Март	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
55.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по волейболу (ю).	02.03.26	Совет СК
56.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по лыжным гонкам.	04.05.03.26	Совет СК
57.	В поддержку акции «Мы за ЗОЖ», первенство колледжа по баскетболу (ю).	март	Совет СК, руководитель секции
58.	В поддержку акции «Мы за ЗОЖ», спартакиада колледжа по настольному теннису «Турнир сильнейших».	Март	Совет СК, руководитель секции
59.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по волейболу (д).	25.03.26	Совет СК
60.	В поддержку акции «Стоп наркотик! Мы за ЗОЖ!», товарищеская встреча по волейболу среди юношей «ОПЭК» - «Пед. кол. №1», посвященная «Международному Дню 8 Марта».	Март	Совет СК, руководитель секции
61.	Традиционный Турнир по волейболу среди юношей, посвященный памяти А.В. Ляпидевского.	Март	Руководитель секции
62.	В поддержку противотуберкулезной акции «Дыши свободно» - видео-лекция «Причины и профилактика заболеваний органов дыхания. Дыхательные практики».	Март	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
63.	В поддержку акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Легенды Мирового футбола», на примере биографии Л. Яшина» к «Всемирному Дню здоровья».	Апрель	Руководитель, преподаватели физ. воспитания
64.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по настольному теннис.	22.04.26	Совет СК

65.	Спартакиады колледжа по программе «ВФСК ГТО» - силовая гимнастика, к «Всемирному Дню здоровья».	Апрель	Совет СК
66.	В поддержку акции ЗОЖ Здоровье молодым, товарищеская встреча по волейболу (юноши) ОПЭК-ДЮСША п. Береговой, к «Дню космонавтики».	Апрель	Руководитель секции
67.	«Турнир по мини-футболу памяти И.Д. Лицкевича среди УЗ СПО.	Апрель	Совет СК
68.	В поддержку акции «Герои труда», Первенство по мини - футболу в зале среди отделений колледжа (ю), посвященное А.М. Малунцеву.	Апрель	Совет СК
69.	В поддержку акции «Герои труда», Первенство по волейболу среди отделений (ю).	Апрель	Совет СК
70.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по пауэрлифтингу.	23-24.04.26	Совет СК
71.	Участие в Городской легкоатлетической эстафете на призы правительства Омской области.	Апрель	Совет СК
72.	Лично - командное Первенство по программе «ВФСК ГТО» - бег 100 м.	Май	Совет СК
73.	Первенство по программе «ВФСК ГТО» - метание гранаты, в зачет Спартакиады колледжа на звание «Лучшая спортивная группа».	Май	Совет СК
74.	В поддержку акции «Мы за ЗОЖ», беседа: «Роль спорта в развитии патриотизма, мужества и любви к Родине» с просмотром и обсуждением кинофильма «Матч», ко «Дню победы».	Май	Совет СК, руководитель секции
75.	Участие в Традиционном Турнире по мини-футболу памяти Ивлева.	Май	Руководитель секции
76.	Участие в Областной Спартакиаде среди УЗ СПО по легкой атлетике.	20.05.26	Совет СК
77.	Участие в городском благотворительном соц. проекте Сбербанка «Зеленый марафон», ко «Дню защиты окружающей среды».	Май	Совет СК

Руководителя ЦРВЛ

Руководитель физического воспитания



Е.Н. Демидович

Е.А. Федоренко