Министерство образования Иркутской области
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю
Зам. директора по УР
_____ Коробкова Е.А.
«31» августа 2017 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
на 2017 - 2018 учебный год

Специальности **24.02.01 Производство летательных аппаратов**
Наименование дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура
Курс и группа 3 курс С-15-2
Семестр 6
Преподаватель (ФИО) Кудрявцев Николай Васильевич
Обязательная аудиторная нагрузка на дисциплины ОГСЭ 48 час
В том числе:
теоретических занятий 0 час
лабораторных работ 0 час
практических занятий 48 час
консультаций по курсовому проектированию 0 час

Проверил Филиппова Т.Ф. 31.08.2017

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Спортивные игры.				
Тема 1.1. Совершенствование техники игры в баскетбол				
1-3	практическое занятие	Трехочковые броски с 5 точек (из углов площадки, под 45 , в лоб), по 5 бросков с каждой точки.	**3**	Имитация движения кисти при броске 2 минуты
4-6	практическое занятие	Совершенствование техники игры в баскетбол.ОФП.	**3**	Написать подвижную игру с мячами.
7-8	практическое занятие	Свободная игра в баскетбол.	**2**	
9-10	практическое занятие	Свободная игра в баскетбол.	**2**	Написать подвижную игру на внимания.
11-12	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по баскетболу	**2**	
13-14	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по баскетболу	**2**	
Тема 1.2. Совершенствование техники игры в футбол				
15-16	практическое занятие	Совершенствование техники игры в футбол.	**2**	Выполнять общие упражнения воздействующие на развитие физических качества (выносливость)
17-18	практическое занятие	Совершенствование техники игры в футбол.	**2**	
19-20	практическое занятие	Удары по мячу головой, вбрасывание мяча, Отбор мяча.	**2**	Имитация движений.
21-22	практическое занятие	Обманные движения (финты),остановка мяча.	**2**	
23-24	практическое занятие	Обманные движения (финты),остановка мяча.	**2**	
25-26	практическое занятие	Свободная игра.	**2**	
27-28	практическое занятие	Свободная игра.	**2**	
Тема 1.3. Совершенствование игры в настольный теннис				
29-30	практическое занятие	Совершенствование основным техническим приемам: Исходные положения (стойки)правосторонняя, нейтральная (основная), левосторонняя.	**2**	
31-32	практическое занятие	Совершенствование основным способам передвижений: бесшажный, шаги, прыжки, рывки.	**2**	Прыжки на скакалке 40 сек.
33-34	практическое занятие	Совершенствование способам держания ракетки:вертикальная хватка-«пером»,горизонтальная хватка-«рукопожатие»	**2**	
35-36	практическое занятие	Совершенствование подачи мяча:по способу расположения игрока,по месту выполнения контакта ракетки с мячом. Составить комплекс упражнений разминки эффективной для тенниса.	**2**	Имитация подачи мяча ракеткой.
37-38	практическое занятие	Совершенствование техническим приемам нижним вращением: срезка, подрезка.	**2**	Имитация вращения ракеткой.
39-40	практическое занятие	Совершенствование техническим приемам без вращения мяча:Толчок, откидка, подставка.	**2**	
41	практическое занятие	Совершенствование техническим приемам с верхним вращением: Накат, топс- удар.	**1**	

42-44	практическое занятие	Игровые спарринги.	**3**	
45-46	практическое занятие	Игровые спарринги.	**2**	Подтягивания 10раз.
Раздел 2. Легкая атлетика.				
Тема 2.1. Совершенствование техники метания малого мяча				
47	практическое занятие	Кроссовая подготовка.	**1**	
48	практическое занятие	Совершенствование техники метания малого мяча: правой и левой рукой.	**1**	Составить комплекс упражнения для сердечно сосудистой системы занимающихся.
		Всего:	48	

ЛИТЕРАТУРА

1. [основная] Волков В.Ю. Физическая культура : учебник для вузов [Электронный ресурс] / В.Ю. Волкова, Л.М. Волкова. - СПб. : СПбГПУ, 2003. - с.