Министерство образования Иркутской области
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю
Зам. директора по УР
_____ Коробкова Е.А.
«31» августа 2018 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
на 2018 - 2019 учебный год

Специальности **15.02.08 Технология машиностроения**
Наименование дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура
Курс и группа 0 курс ТМ-18-В
Семестр 2
Преподаватель (ФИО) Швец Екатерина Владимировна
Обязательная аудиторная нагрузка на дисциплины ОГСЭ 4 час
В том числе:
теоретических занятий 0 час
лабораторных работ 0 час
практических занятий 4 час
консультаций по курсовому проектированию 0 час

Проверил _____ Чернигов П.Н. 31.08.2018

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Спортивные игры				
Тема 1.1. Совершенствование техники игры в баскетбол				
1	практическое занятие	Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в баскетбол. ОФП.	**1**	Выполнять общие упражнения воздействующие на развитие физических качества (координации).
2	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по баскетболу: выполнение штрафных бросков 10 повторений.	**1**	Поднимание опускание туловища из положения лежа 40 раз
Раздел 2. Легкая атлетика				
Тема 2.1. Совершенствование техники бега на длинные дистанции				
3	практическое занятие	Совершенствование техники экономичного бега по дистанции.	**1**	
4	практическое занятие	Сдача контрольного норматива в беге на 500 м -девушки, 1000 - юноши.	**1**	
		Всего:	4	

ЛИТЕРАТУРА

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