



Министерство образования Иркутской области  
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю  
Зам. директора по УР  
Елена Коробкова Е.А.  
«31» августа 2015 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
на 2015 - 2016 учебный год

Специальности 24.02.01 Производство летательных аппаратов  
Наименование УД (ПМ, МДК, УП) Физическая культура  
Курс и группа 3 курс С-181  
Преподаватель (ФИО) Васьковский Роман Анатольевич  
Обязательная аудиторная нагрузка на УД (ПМ, МДК, УП) 32 час  
В том числе:  
теоретических занятий 0 час  
лабораторных работ 0 час  
практических занятий 32 час  
консультаций по курсовому проектированию 0 час

Преподаватель (*подпись*) Васьковский Р.А.

Проверил (*подпись, ФИО, дата*) Филиппова Т.Ф. 31.08.2015

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
<b>Раздел 1. Спортивные игры.</b>				
<b>Тема 1.1. Совершенствование техники игры в волейбол</b>				
1-2	практическое занятие	Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в волейбол. ОФП.	2	
3-4	практическое занятие	Совершенствование прямой подача снизу.	2	Имитация подачи снизу.
5-6	практическое занятие	Совершенствование прямой подача сверху.	2	
7-8	практическое занятие	Совершенствование верхней прямой подачи.	2	
9-10	практическое занятие	Совершенствование боковой подачи.	2	
11-12	практическое занятие	Совершенствование приема мяча снизу двумя руками.	2	
13-14	практическое занятие	Совершенствование приема мяча снизу двумя руками.	2	
15-16	практическое занятие	Свободная игра в волейбол.	2	Подготовка к зачету.
17-18	практическое занятие	Итоговое занятие. Выставление зачетов за семестр.	2	
<b>Тема 1.2. Совершенствование техники игры в баскетбол</b>				
19-20	практическое занятие	Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в баскетбол. ОФП.	2	Выполнять общ.упр. возд-е на разв. физ. качества (координации).
21-22	практическое занятие	Совершенствование передачи у стены тремя мячами поочередно левой и правой рукой. Упражнение выполняется сериями по 40 с, каждый игрок имеет три подхода.	2	Имитация передачи мяча.
23-24	практическое занятие	Совершенствование передачи в паре четырьмя мячами стоя на месте и в движении, на расстоянии 3-4 м.	2	Прыжки с полуприседа 15 р
25-26	практическое занятие	Совершенствование ведение мяча с поворотами одним и двумя мячами через все поле.	2	Имитация ведения мяча.
27-28	практическое занятие	Дриблиинг на щите двумя мячами на вытянутых вверх руках.	2	Отжимания 30р.
29-30	практическое занятие	Борьба за подбор мяча, отскочившего от щита, и отблокирование.	2	Подтягивания 10р
31-32	практическое занятие	Проходы под щит с сопротивлением..	2	
Всего:			32	

## ЛИТЕРАТУРА

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