



Министерство образования Иркутской области
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю

Зам. директора по УР

Коробкова Е.А.

«31» августа 2022 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
на 2022 - 2023 учебный год

Специальности	15.01.32 Оператор станков с программным управлением		
Наименование дисциплины	ОП.04 Физическая культура		
Курс и группа	3 курс ОСПУ-20-1		
Семестр	6		
Преподаватель (ФИО)	Кудрявцев Николай Васильевич		
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	18		час
В том числе:			
теоретические занятия	0		час
лабораторные работы	0		час
практические занятия	18		час
курсовое проектирование	0		час
консультации	0		час
Самостоятельная работа	0		час
Проверил	Филиппова Т.Ф. 31.08.2022		

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Спортивные игры.				
Тема 1.1. Совершенствование техники игры в волейбол				
1-2	практическое занятие	Совершенствование прямой подача сверху.	2	
3-4	практическое занятие	Совершенствование верхней прямой подачи.	2	планка 1 минута
5-6	практическое занятие	Сдача контрольного норматива :боковая подача.	2	
Тема 1.2. Совершенствование техники игры в баскетбол				
7-8	практическое занятие	Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в баскетбол. ОФП.	2	40 прыжков колени к груди
9-10	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	составить комплекс ОРУ на развитие гибкости в верхнем плечевом поясе
11-12	практическое занятие	Совершенствование техники игры в баскетбол.ОФП.	2	30 приседаний
13-14	практическое занятие	Свободная игра в баскетбол.	2	30 приседаний с выпрыгиванием
15-16	практическое занятие	Свободная игра в баскетбол.	2	35 приседаний с выпрыгиванием
17-18	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по баскетболу	2	
Всего:			18	

ИСТОЧНИКИ

1. [основная] Быченков, С. В. Физическая культура : учебник для СПО / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — 3-е изд. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 122 с. — ISBN 978-5-4488-1954-4, 978-5-4497-2851-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/138338.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей