



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	15.02.15 Технология металлообрабатывающего производства		
Наименование дисциплины	ОГСЭ.04 Физическая культура		
Курс и группа	5 курс ТМП-18-1		
Семестр	9		
Преподаватель (ФИО)	Кудрявцев Николай Васильевич		
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	22		час
В том числе:			
теоретические занятия	2		час
лабораторные работы	0		час
практические занятия	18		час
курсовое проектирование	0		час
консультации	0		час
Самостоятельная работа	2		час
Проверил	Филиппова Т.Ф. 31.08.2022		

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Легкая атлетика				
Тема 1.1. Совершенствование прыжков в длину с разбега				
1-2	теория	Совершенствование техники прыжков в длину с места и с разбега.	2	
3-5	практическое занятие	Легкий бег, ОРУ, СУ, СПУ. Совершенствование техники прыжков в длину с места	3	
6-8	практическое занятие	Совершенствование техники прыжков в длину с маленького разбега.	3	
9-11	практическое занятие	Совершенствование техники приземления в яму.	3	
12-13	Самостоятельная работа	Составление комплекса упражнений для развития активной гибкости	2	
14-16	практическое занятие	прыжки в длину с места на технику.	3	
17-19	практическое занятие	Прыжки в длину с места на технику.	3	
20-22	практическое занятие	Сдача входного норматива по прыжкам с места.	3	
Всего:			22	

ИСТОЧНИКИ

1. [основная] Сахарова Е.В. Физическая культура : учебное пособие / Сахарова Е.В., Дерина Р.А., Харитонов О.И.. — Волгоград, Саратов : Волгоградский институт бизнеса, 2013. — 95 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/11361.html> (дата обращения: 30.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. [основная] Волков В.Ю. Физическая культура : учебник для вузов [Электронный ресурс] / В.Ю. Волкова, Л.М. Волкова. - СПб. : СПбГПУ, 2003. - с.