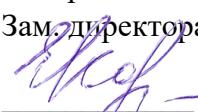


Министерство образования Иркутской области  
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю  
Заместителя директора по УР  
  
Коробкова Е.А.  
«31» августа 2022 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
на 2022 - 2023 учебный год

Специальности	<b>15.02.08 Технология машиностроения</b>	
Наименование дисциплины	ОГСЭ.04 Физическая культура	
Курс и группа	3 курс ТМ-20-В	
Семестр	5	
Преподаватель (ФИО)	Каменева Елена Николаевна	
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	Паутова М.В.	31.08.2022

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
<b><i>Раздел 1. Спортивные игры</i></b>				
<b><i>Тема 1.1. Совершенствование техники игры в настольный теннис</i></b>				
1	практическое занятие	Совершенствование подачи мяча : слева с низким подбросом, слева быстрых длинных мячей с верхним вращением, слева быстрых мячей с низким вращением.	1	
2	практическое занятие	Зачетное занятие по теннису. Испытание на ловкость и чувство мяча. Набивание мяча (жонглирование) ракеткой стоя на месте и в движении не менее 30 сек.(с одной попытки) и не менее 1 минуты (с одной попытки).	1	Приседания на одной ноге, держась за стену по 15 раз на каждую ногу.
<b><i>Раздел 2. Легкая атлетика</i></b>				
<b><i>Тема 2.1. Совершенствование техники эстафетного бега</i></b>				
3	практическое занятие	Совершенствование техники финиширования при беге с эстафетной палочкой.	1	
4	практическое занятие	Зачетное занятие по технике эстафетного бега: прием, передача на максимальной скорости, финиширование на максимальной скорости разными способами.	1	Повторить правила соревнований эстафетного бега
Всего:			4	

## ИСТОЧНИКИ

1. [дополнительная] Сахарова Е.В. Физическая культура : учебное пособие / Сахарова Е.В., Дерина Р.А., Харитонова 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.