



Министерство образования Иркутской области
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю
Заместителя директора по УР

Коробкова Е.А.
«31» августа 2023 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
на 2023 - 2024 учебный год

Специальности	15.01.32 Оператор станков с программным управлением	
Наименование дисциплины	OП.04 Физическая культура	
Курс и группа	3 курс ОСПУ-21-1	
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. 31.08.2023

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
<i>Раздел 1. Спортивные игры</i>				
<i>Тема 1.1. Совершенствование техники игры в волейбол</i>				
1-2	практическое занятие	Совершенствование прямой подача сверху.	2	
3-4	практическое занятие	Совершенствование верхней прямой подачи.	2	планка 1 минута
5	практическое занятие	Сдача контрольного норматива :боковая подача.	1	
6	практическое занятие	Сдача контрольного норматива :боковая подача.	1	
<i>Тема 1.2. Совершенствование техники игры в баскетбол</i>				
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 пояссе
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	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по баскетболу.	1	
18	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по баскетболу.	1	
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