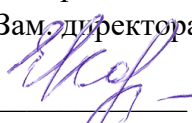




Министерство образования Иркутской области
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю

Зам. директора по УР

 Коробкова Е.А.

«31» августа 2024 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
на 2024 - 2025 учебный год

Специальности	15.02.16 Технология машиностроения		
Наименование дисциплины	СГ.04 Физическая культура		
Курс и группа	3 курс ТМ-22-3А		
Семестр	5		
Преподаватель (ФИО)	Кудрявцев Николай Васильевич		
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	30		час
В том числе:			
теоретические занятия	2		час
лабораторные работы	0		час
практические занятия	26		час
курсовое проектирование	0		час
консультации	0		час
Самостоятельная работа	2		час
Проверил	Филиппова Т.Ф. 31.08.2024		

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Волейбол				
Тема 1.1. Техника перемещений, стоек, верхней и нижней передач мяча двумя руками.				
1	практическое занятие	Сдача контрольного норматива подачи мяча в волейболе.	1	
2	практическое занятие	Сдача контрольного норматива подачи мяча в волейболе.	1	
3-4	теория	Изучение приема мяча в волейболе.	2	выписать все виды приемов
5-6	практическое занятие	Изучение приемов мяча в волейболе.	2	повторить виды приемов в волейболе
7-8	практическое занятие	Совершенствование приемов мяча в волейболе.	2	подготовка к зачету
9-10	практическое занятие	Зачетное занятие по приему мяча в волейболе.	2	
11-12	практическое занятие	Техника прямого нападающего удара.	2	изучить провила нападающего удара
13-14	практическое занятие	Совершенствование прямого нападающего удара.	2	подготовиться к зачету
15-16	практическое занятие	Совершенствование прямого нападающего удара в волейболе.	2	
17	практическое занятие	Зачетное занятие. Техника прямого нападающего удара в волейболе.	1	подготовить презентацию по блокированию мяча в волейболе
18	практическое занятие	Зачетное занятие. Техника прямого нападающего удара в волейболе.	1	
Раздел 2. Общая физическая подготовка				
Тема 2.1. Техника безопасности на занятиях по ОФП				
19-20	практическое занятие	Повторить технику безопасности на занятиях по ОФП.	2	
21-22	Самостоятельная работа	Просмотр видеороликов по подготовке к ОФП.	2	просмотреть и выписать все нормативы по ОФП
23-24	практическое занятие	Изучить технику выполнения подтягивания на перекладине.	2	
25-26	практическое занятие	Совершенствование техники подтягивания на перекладине.	2	выписать все правила подтягивания на перекладине
27-28	практическое занятие	Закрепление техники подтягивания на перекладине.	2	Подготовка к сдаче норматива по подтягиванию на перекладине
29	практическое занятие	Сдача контрольного норматива подтягивание- юноши, вис- девушки.	1	Выписать правила по подъему туловища из положения лежа на спине
30	практическое занятие	Сдача контрольного норматива подтягивание- юноши, вис- девушки.	1	
Всего:			30	

ИСТОЧНИКИ

- [дополнительная] Крамской С.И. Физическая культура для студентов среднего профессионального образования : учебное пособие / Крамской С.И., Егоров Д.Е., Амельченко И.А.. — Белгород : Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2020. — 148 с. — ISBN 978-5-361-00782-0. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/106205.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей
- [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