



Министерство образования Иркутской области  
*ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»*

Утверждаю

Зам. директора

Коробкова Е.А.

«31» августа 2025 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
на 2025 - 2026 учебный год

|                                                       |                                                           |  |     |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--|-----|
| Специальности                                         | <b>09.02.07 Информационные системы и программирование</b> |  |     |
| Наименование дисциплины                               | ОГСЭ.05 Физическая культура                               |  |     |
| Курс и группа                                         | 2 курс ИС-24-2                                            |  |     |
| Семестр                                               | 4                                                         |  |     |
| Преподаватель (ФИО)                                   | Уманец Антон Владимирович                                 |  |     |
| Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем | 40                                                        |  | час |
| В том числе:                                          |                                                           |  |     |
| теоретические занятия                                 | 0                                                         |  | час |
| лабораторные работы                                   | 0                                                         |  | час |
| практические занятия                                  | 38                                                        |  | час |
| курсовое проектирование                               | 0                                                         |  | час |
| консультации                                          | 0                                                         |  | час |
| Самостоятельная работа                                | 2                                                         |  | час |
| Проверил                                              | Филиппова Т.Ф. 31.08.2025                                 |  |     |

| №                                                                                         | Вид занятия            | Наименование разделов, тем, СРС                                                                      | Кол-во | Домашнее задание                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел 1. Баскетбол</b>                                                                |                        |                                                                                                      |        |                                                                                 |
| <b>Тема 1.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места</b> |                        |                                                                                                      |        |                                                                                 |
| 1-2                                                                                       | Самостоятельная работа | Правила игры в баскетбол, правила соревнования по баскетболу.                                        | 2      | Написать реферат по правилам игры в баскетбол.                                  |
| 3-4                                                                                       | практическое занятие   | Техника передачи мяча двумя руками от груди, ведения мяча на месте.                                  | 2      | Составить комплекс подводящих упражнений для передачи мяча.                     |
| 5-6                                                                                       | практическое занятие   | Изучение техники передачи мяча двумя руками от груди, ведения мяча на месте.                         | 2      | Перечислить все способы передачи мяча в баскетболе.                             |
| 7-8                                                                                       | практическое занятие   | Техника передачи мяча в ходьбе, беге, ведения мяча в ходьбе.                                         | 2      | Составление комплекса упражнений для ведения мяча в баскетболе.                 |
| 9-10                                                                                      | практическое занятие   | Изучение техники передачи мяча в ходьбе, беге; ведения мяча в ходьбе, беге.                          | 2      | Составить комплекс ОРУ с баскетбольным мячом.                                   |
| 11-12                                                                                     | практическое занятие   | Изучение техники выполнения ведения и передачи мяча в движение, ведение-2 шага-бросок.               | 2      | Составить комплекс упражнений при травматизме на занятиях физической культурой. |
| 13                                                                                        | практическое занятие   | Сдача контрольного норматива: выполнение штрафных бросков.                                           | 1      |                                                                                 |
| 14                                                                                        | практическое занятие   | Сдача контрольного норматива: выполнение штрафных бросков.                                           | 1      |                                                                                 |
| 15-16                                                                                     | практическое занятие   | Изучение техники ведения и передачи мяча в движении. Бросок мяча в кольцо "ведение- 2 шага- бросок". | 2      | Написать технику ведения мяча.                                                  |
| 17-18                                                                                     | практическое занятие   | Изучение ведения мяча двумя руками.                                                                  | 2      | Составить комплекс ОРУ с баскетбольным мячом.                                   |
| 19-20                                                                                     | практическое занятие   | Изучение ведения мяча двумя руками.                                                                  | 2      | Составление комплекса упражнений для ведения мяча в баскетболе.                 |
| 21-22                                                                                     | практическое занятие   | Совершенствование ведения мяча двумя руками.                                                         | 2      |                                                                                 |
| 23                                                                                        | практическое занятие   | Сдача контрольного норматива по ведению мяча двумя руками.                                           | 1      | Написать технику бросков в кольцо.                                              |
| 24                                                                                        | практическое занятие   | Сдача контрольного норматива по ведению мяча двумя руками.                                           | 1      |                                                                                 |
| 25-26                                                                                     | практическое занятие   | Изучение техники выполнения ловли и передачи мяча в колонне и кругу.                                 | 2      | Написать технику выполнения ловли мяча.                                         |
| 27-28                                                                                     | практическое занятие   | Изучение техники ловли мяча в колонне.                                                               | 2      | Написать технику ловли мяча в колонне.                                          |
| 29-30                                                                                     | практическое занятие   | Совершенствование техники ловли мяча в колонне.                                                      | 2      | Написать технику выполнения передачи мяча.                                      |
| 31-32                                                                                     | практическое занятие   | Изучение техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста .                            | 2      | Написать технику перемещения.                                                   |
| 33-34                                                                                     | практическое занятие   | Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста .                   | 2      |                                                                                 |
| 35-36                                                                                     | практическое занятие   | Сдача контрольного норматива бросок мяча в кольцо с места.                                           | 2      | Написать реферат на тему: Элементы баскетбола.                                  |
| 37-38                                                                                     | практическое занятие   | Изучение технических элементов в баскетболе в учебной игре.                                          | 2      |                                                                                 |
| 39-40                                                                                     | практическое занятие   | Совершенствование технических элементов баскетбола в учебной игре.                                   | 2      | учебная игра                                                                    |
| Всего:                                                                                    |                        |                                                                                                      | 40     |                                                                                 |

## ИСТОЧНИКИ

- [дополнительная] Быченков, С. В. Физическая культура : учебник для СПО / С. В. Быченков, О. В. Стр. 2 из 3

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