



Министерство образования Иркутской области
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю

Зам. директора

Коробкова Е.А.

«31» августа 2026 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
на 2026 - 2027 учебный год

Специальности	24.02.01 Производство летательных аппаратов		
Наименование дисциплины	СГ.04 Физическая культура		
Курс и группа	3 курс С-24-3		
Семестр	6		
Преподаватель (ФИО)	Уманец Антон Владимирович		
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	34		час
В том числе:			
теоретические занятия	0		час
лабораторные работы	0		час
практические занятия	32		час
курсовое проектирование	0		час
консультации	0		час
Самостоятельная работа	2		час
Проверил	Филиппова Т.Ф. 31.08.2026		

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Общая физическая подготовка				
Тема 1.1. Техника безопасности на занятиях по ОФП				
1-2	Самостоятельная работа	Повторение техники безопасности на занятиях по ОФП.	2	
3-4	практическое занятие	Совершенствование техники подтягивания.	2	
5-6	практическое занятие	Совершенствование техники подтягивания.	2	Подготовиться к сдаче зачета техника подтягивания.
7-8	практическое занятие	Зачетное занятие. Техника подтягивания.	2	
9-10	практическое занятие	Совершенствование техники отжимания.	2	
11-12	практическое занятие	Совершенствование техники отжимания.	2	Подготовиться к сдаче зачета техника отжимания.
13-14	практическое занятие	Зачетное занятие. Техника отжимания.	2	
15-16	практическое занятие	Совершенствование техники подъема гири.	2	
17-18	практическое занятие	Совершенствование техники подъема гири.	2	Подготовиться к сдаче зачета подъема гири.
19-20	практическое занятие	Зачетное занятие. Техника подъема гири.	2	
21-22	практическое занятие	Совершенствование техники приседания.	2	
23-24	практическое занятие	Совершенствование техники приседания.	2	Подготовиться к сдаче зачета приседание.
25-26	практическое занятие	Зачетное занятие. Техника приседания.	2	
27-28	практическое занятие	Совершенствование техники стойка в планке.	2	
29-30	практическое занятие	Совершенствование техники стойка в планке.	2	
31-32	практическое занятие	Совершенствование техники стойка в планке.	2	Подготовиться к сдаче зачета стойка в планке.
33-34	практическое занятие	Зачетное занятие. техника стойки в планке.	2	
Всего:			34	

ИСТОЧНИКИ

1. [основная] Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/583722>.