



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	15.02.16 Технология машиностроения		
Наименование дисциплины	СГ.04 Физическая культура		
Курс и группа	1 курс ТМ-26-В		
Семестр	1		
Преподаватель (ФИО)	Карелов Роман Владиславович		
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	16		час
В том числе:			
теоретические занятия	2		час
лабораторные работы	0		час
практические занятия	2		час
курсовое проектирование	0		час
консультации	0		час
Самостоятельная работа	12		час
Проверил	Паутова М.В.	31.08.2026	

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Основы физической культуры				
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности				
1	теория	Инструктаж по технике безопасности. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студента.	1	Перечислить порядок обучения техники бега на среднии и длинные дистанций.
Раздел 2. Легкая атлетика				
Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места				
2-3	Самостоятельная работа	Техника беговых упражнений.	2	расписать технику беговых упражнений
4-5	Самостоятельная работа	Техника беговых упражнений.	2	Расписать все виды беговых упражнений
6-7	Самостоятельная работа	Разучивание техники высокого и низкого старта.	2	Расписать технику низкого старта
8	практическое занятие	Сдача контрольного норматива по прыжкам с места.	1	Написать технику выполнения высокого старта
9	практическое занятие	Сдача контрольного норматива по прыжкам с места.	1	
10	Самостоятельная работа	Техника бега на короткие дистанции, по прямой дистанции.	1	Перечислить последовательность обучения техники бега на короткие дистанции
11-12	Самостоятельная работа	Техника бега по повороту, техника низкого старта и стартового разгона.	2	Перечислить виды растановки стартовых колодок
13-14	Самостоятельная работа	Техника финиширования, техника бега в целом с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	2	Перечислить способы финиширования и дать краткую характеристику.
15	Самостоятельная работа	Изучение техники бега на дистанцию 100 м.	1	Написать все короткие дистанции, которые в ходят в программу Олимпийских игр.
16	теория	Изучение техники бега на дистанцию 100 м.	1	Написать все короткие дистанции, которые в ходят в программу Олимпийских игр.
Всего:			16	

ИСТОЧНИКИ