



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

Утверждаю

Зам. директора по УР

 Коробкова Е.А.

«31» августа 2022 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
на 2022 - 2023 учебный год

Специальности 24.02.01 Производство летательных аппаратов

Наименование дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

Курс и группа 3 курс С-20-В

Семестр 5

Преподаватель (ФИО) Каменева Елена Николаевна

Обязательная аудиторная нагрузка на дисциплины ОГСЭ 4 час

В том числе:

теоретических занятий	<u>0</u>	час
лабораторных работ	<u>0</u>	час
практических занятий	<u>4</u>	час
консультаций по курсовому проектированию	<u>0</u>	час

Проверил Лохова М.В. 31.08.2022

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>				
<b>Тема 1.1. Совершенствование техники метания малого мяча</b>				
1	практическое занятие	Совершенствование техники метания малого мяча с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	1	Пресс 30 сек по 3 раза
2	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по метанию малого мяча.	1	Броски камня для развития плечевого сустава.
<b>Раздел 2. Спортивные игры</b>				
<b>Тема 2.1. Совершенствование техники игры в мини-футбол</b>				
3	практическое занятие	Совершенствование техники ударов по мячу в футболе: удар внутренней стороной стопы, удар внутренней частью подъема, удар серединой подъема, удар внешней стороной стопы, удары по катящемуся мячу.	1	Приседания 1-2 минуты
4	практическое занятие	Итоговое занятие, удары по мячу в створ ворот разученными способами.	1	Повторить правила игры в мини-футбол
Всего:			4	

## ЛИТЕРАТУРА

- [дополнительная] Сахарова Е.В. Физическая культура : учебное пособие / Сахарова Е.В., Дерина Р.А., Харитоновна О.И. — Волгоград, Саратов : Волгоградский институт бизнеса, 2013. — 95 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/11361.html> (дата обращения: 30.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
- [основная] Волков В.Ю. Физическая культура : учебник для вузов [Электронный ресурс] / В.Ю. Волкова, Л.М. Волкова. - СПб. : СПбГПУ, 2003. - с.