



Министерство образования Иркутской области
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю

Зам. директора по УР

 Коробкова Е.А.

«31» августа 2023 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
на 2023 - 2024 учебный год

Специальности	15.01.32 Оператор станков с программным управлением		
Наименование дисциплины	ОП.04 Физическая культура		
Курс и группа	3 курс ОСПУ-21-1		
Семестр	6		
Преподаватель (ФИО)	Кудрявцев Николай Васильевич		
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	18		час
В том числе:			
теоретические занятия	0		час
лабораторные работы	0		час
практические занятия	18		час
курсовое проектирование	0		час
консультации	0		час
Самостоятельная работа	0		час

Проверил _____ Филиппова Т.Ф. 31.08.2023

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Спортивные игры				
Тема 1.1. Совершенствование техники игры в волейбол				
1-2	практическое занятие	Совершенствование прямой подача сверху.	2	
3-4	практическое занятие	Совершенствование верхней прямой подачи.	2	планка 1 минута
5	практическое занятие	Сдача контрольного норматива :боковая подача.	1	
6	практическое занятие	Сдача контрольного норматива :боковая подача.	1	
Тема 1.2. Совершенствование техники игры в баскетбол				
7-8	практическое занятие	Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в баскетбол. ОФП.	2	40 прыжков колени к груди
9-10	практическое занятие	Совершенствование передачи у стены тремя мячами поочередно левой и правой рукой. Упражнение выполняется сериями по 40 с, каждый игрок имеет три подхода.	2	составить комплекс ОРУ на развитие гибкости в верхнем плечевом поясе
11-12	практическое занятие	Совершенствование техники игры в баскетбол.ОФП.	2	30 приседаний
13-14	практическое занятие	Свободная игра в баскетбол.	2	30 приседаний с выпрыгиванием
15-16	практическое занятие	Свободная игра в баскетбол.	2	35 приседаний с выпрыгиванием
17	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по баскетболу.	1	
18	практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по баскетболу.	1	
Всего:			18	

ЛИТЕРАТУРА

1. [основная] Быченков С.В. Физическая культура : учебник для СПО / Быченков С.В., Везеницын О.В.. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с. — ISBN 978-5-4486-0374-7, 978-5-4488-0195-2. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/77006.html> (дата обращения: 30.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей