

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Самарской области
«Борский государственный техникум»

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УВР
Е.М. Ковалева

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРЕПОДАВАТЕЛЯ на 2017-2020 учебный год

Наименование дисциплины ОУД.05 Физическая культура
Курс 1,2,3 Группа 12
Профессия 36.01.01 Младший ветеринарный фельдшер
Преподаватель Долгих А.В.
(Ф.И.О.)

Общее количество часов на дисциплину по учебному плану: 171 час.

1 семестр: 34 часа

Теоретических занятий 8 час.

Лабораторных, практических занятий 26 час.

4 семестр: 26 часов

Теоретических занятий 2 час.

Лабораторных, практических занятий 24 час.

2 семестр: 42 часа

Теоретических занятий 6 час.

Лабораторных, практических занятий 36 час.

5 семестр: 23 часа

Теоретических занятий 2 час.

Лабораторных, практических занятий 21 час.

3 семестр: 30 часов

Теоретических занятий 3 час.

Лабораторных, практических занятий 27 час.

6 семестр: 16 часов

Теоретических занятий час.

Лабораторных, практических занятий 16 час.

Календарно-тематический план преподавателя составлен на основании рабочей программы, утверждённой

ГБПОУ СО «Борский государственный техникум»

(наименование организации)

« 31 » августа 2017 г.

Рассмотрен и обсуждён на заседании МК

образовательных дисциплин

(наименование методической комиссии)

« 31 » августа 2017 г.

Протокол №

Председатель МК Ковалева Е.М.

(Ф.И.О., подпись)

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ОУД.05 Физическая культура

№	Наименование разделов и тем	Максим нагрузка студента	Количество аудиторных часов			Самостоят. работа студента
			Всего	Теория	Практика (семинары)	
1	Введение	3	2	2		1
2	Легкая атлетика	42	28	2	26	14
3	Волейбол	54	36	6	30	18
4	Гимнастика	57	38	7	31	19
5	Лыжная подготовка	39	26	2	24	13
6	Баскетбол	62	41	2	39	21
		257	171	21	150	86

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ОУД.05 Физическая культура

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		Вид учебного занятия	Оснащение занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Задания для обучающихся	Формы контроля
		Теория	Практика					
1 семестр								
Введение 2ч.		2						
1	Теоретические сведения о физической культуре и спорте	1		Изучение нового теоретического материала	Учебник	Написание реферата по теме: «Физические способности человека и их развитие»		Фронтальный опрос
2	Основы Российской системы физического воспитания	1		Изучение нового теоретического материала	Учебник	Написание реферата по теме: «Физические способности человека и их развитие»		Фронтальный опрос
	Тема 1. Легкая атлетика	2	26					
3-4	Инструктаж по т/б на занятиях ф/к в разделе Лёгка атлетика	2		Теоретический	Учебник	Составление комплекса упражнений		Фронтальный опрос
5-6	Техника бега на дистанции 60-80 м с низкого и высокого старта		2	Комбинированный урок	Учебник	Составление комплекса упражнений		Фронтальный опрос

7-8	Техника бега на дистанции 60-80 м. прыжки в длину с разбега		2	Урок контроля	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений для развития быстроты.		Зачёт
9-10	Закрепление навыков в беге с низкого старта. прыжки в длину		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
11-12	Техника бега на короткие дистанции. Сдача учебных нормативов		2	Комбинированный урок изучения и закрепления новых умений и навыков	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
13-14	Техника бега с низкого старта. Техника метания гранат		2	Комбинированный урок изучения и закрепления новых умений и навыков	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
15-16	Сдача учебных нормативов в метании гранат. Прыжки в высоту		2	Комбинированный урок изучения и закрепления новых умений и навыков и Урок контроля умений и навыков	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений для развития быстроты.		Оценка выполнения физических упражнений
17-18	Прыжки в высоту «перекачивания»		2	Урок контроля умений и навыков	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений		Зачёт
19-20	Прыжки в высоту способом перешагивания. Толкание ядра.		2	Комбинированный урок изучения и закрепления новых умений и навыков	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений		Оценка выполнения физических упражнений/ Зачёт
21-22	Сдача учебных норм по прыжкам в высоту		2	Урок изучения и закрепления новых умений и навыков	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений		Оценка выполнения физических упражнений/

								Зачёт
23-24	Сдача учебных норм в беге на 1000 м.		2	Урок изучения и закрепления новых умений и навыком и урок контроля умений и навыком	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений		Оценка выполнения физических упражнений/ Зачёт
25-26	Бег на длинные дистанции. Сдача учебных норм в толкании ядра		2	Урок изучения и закрепления новых умений и навыком и урок контроля умений и навыком	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений для развития быстроты		Оценка выполнения физических упражнений/ Зачёт
27-28	Командный эстафетный бег. Полоса препятствий.		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		зачёт
29-30	Командный эстафетный бег. Полоса препятствий.		2	Урок изучения и закрепления новых умений и навыком и урок контроля умений и навыком	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
	Тема 2. Волейбол	6	30					
31-32	Теоретические сведения.	2		Теоретический	Учебник	Комплекс УГГ		Фронтальный опрос
33-34	Правила игры в волейбол	2						
2 семестр								
35-36	Обучение верхней прямой передачи мяча в парах в движении.		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
37-38	Обучение верхней прямой передачи мяча в парах в движении.		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
39-40	Верхняя передача мяча над		2	Комбинированный	Спортивная	Комплекс УГГ		Оценка

	собой. Учебная игра			урок	площадка, спортивный инвентарь			выполнения физических упражнений
41-42	Совершенствование передачи мяча в ближнюю часть площадки.		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
43-44	Обучение сочетанию верхней и нижней передачи мяча	2		теоретическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
45-46	Совершенствование верхней и нижней передачи мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
47-48	Обучение технике нижней и прямой подачи мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
49-50	Обучение технике нижней боковой подачи мяча		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
51-52	Верхняя передача мяча над собой. Учебная игра		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
53-54	Обучение технике нижней боковой подачи мяча.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
55-56	Приём и передача мяча в парах через сетку в движении.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений

57-58	Верхняя передача мяча в четверках и пятёрках.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
59-60	Обучение верхней боковой подачи мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
61-62	Совершенствование техники верхней прямой и верхней боковой.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
63-64	Верхняя и нижняя передача мяча в тройках		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
65-66	Элементы спортивных игр		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
	Тема 3. Гимнастика	7	33					
67-68	Инструктаж по т/б на занятиях ф/к в разделе Гимнастика	2		теоретическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений для развития быстроты		Фронтальный опрос
69-70	Построения и перестроения		2	Урок изучения и закрепления новых умений и навыком и урок контроля умений и навыком	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений для развития быстроты		Оценка выполнения физических упражнений/
71-72	Совершенствование строевых упражнений.		2	Урок изучения и закрепления новых умений и навыком и урок контроля умений и навыком	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений для развития быстроты		Оценка выполнения физических упражнений/

73-74		Особенности занятий физической культуры со студентами	2		теоретическое	Учебник	Составление комплекса упражнений для развития быстроты		Фронтальный опрос
75-76		Зачет		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений для развития быстроты		Оценка выполнения физических упражнений/
3 семестр									
77-78	1 2	Общеукрепляющие упражнения	2		теоретическое	Учебник	Составление комплекса упражнений		Фронтальный опрос
79-80	3 4	Упражнения с мячом		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
81-82	5 6	Упражнения с обручем		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
83-84	7 8	Акробатика Прыжки в длину с места		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
85-86	9 10	Акробатика Прыжки в длину с места		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
87-88	11 12	Акробатика Стойка на руках		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
89-90	13 14	Акробатика Стойка на руках		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений

						инвентарь			упражнений
91-92	15-16	Брусья параллельные. Подъём махом вперёд		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
93-94	17-18	Сдача учебных нормативов		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
95-96	19-20	Опорный прыжок через коня в длину.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
97-98	21-22	Обучение технике опорного прыжка способами «ноги врозь», «согнув ноги»		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
99-100	23-24	Совершенствование техники опорного прыжка способами «ноги врозь», «согнув ноги»		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
101	25	Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности.	1		теоретическое	Учебник			Фронтальный опрос
102	26	Совершенствование техники кувырков различными способами.		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
103-104	27-28	Сдача нормативов по гимнастике.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
105-	29-30	Сдача нормативов по гимнастике.		2					

10 6									
4 семестр									
		Тема 4. Лыжная подготовка	2	24					
10 7- 10 8	31 32	Инструктаж по т/б на занятиях ф/к в разделе лыжная подготовка.	2		теоретическое	Учебник	Комплекс УГГ		Фронтальный опрос
10 9- 11 0	33 34	Обучение технике одновременных лыжных ходов.		2					
11 1- 11 2	35 36	Обучение технике одновременных лыжных ходов.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
11 3- 11 4	37 38	Обучение технике одновременных лыжных ходов.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
11 5- 11 6	39 40	Обучение технике попеременных лыжных ходов		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
11 7- 11 8	41 42	Обучение технике попеременных лыжных ходов		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
11 9- 12 0	43 44	Совершенствование техники лыжных ходов.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
12 1-	45 46	Переход с одновременного на попеременный ход		2	практическое	Спортивная площадка,	Комплекс УГГ		Оценка выполнения

12 2						спортивный инвентарь			физических упражнений
12 3- 12 4	47 48	Обучение технике преодоления подъемов и препятствий.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
12 5- 12 6	49 50	Обучение технике преодоления подъемов и препятствий.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
12 7- 12 8	51 52	Тактика лыжных гонок. Прохождение дистанции в 1 км		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
12 9	53	Тактика лыжных гонок. Прохождение дистанции в 1 км		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
13 0	54	Эстафеты с элементами лыжных гонок.		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
13 1	55	Эстафеты с элементами лыжных гонок.		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
13 2	56	Зачет		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
5 семестр									
		Тема 5. Баскетбол	2	37					
13 3-	1 2	Инструктаж по т/б на занятиях ф/к в разделе	2		теоретическое	Спортивная площадка,	Комплекс УГГ		Фронтальны й опрос

13 4		Баскетбол.				спортивный инвентарь			
13 5- 13 6	3 4	Обучение технике ведения мяча и передач.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
13 7- 13 8	5 6	Ведение мяча с различной скоростью и обводкой		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
13 9	7	Совершенствование техники ведения мяча и передач.		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
14 0	8	Совершенствование техники ведения мяча и передач.		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
14 1- 14 2	9 10	Броски двумя руками от головы после ведения		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
14 3- 14 4	11 12	Ведение мяча с сопротивлением. Учебная игра		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
14 5- 14 6	13 14	Сочетание приёмов: рывок, ловля мяча, остановка		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
14 7- 14 8	15 16	Броски мяча в кольцо со штрафных линий		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений

14 9- 15 0	17 18	Броски мяча одной рукой то головы с места в прыжке		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
15 1- 15 2	19 20	Сочетание приёмов: рывок, ловля мяча, остановка		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
15 3- 15 4	21 22	Приём контрольных нормативов: ведение мяча.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
15 5	23	Выполнение штрафных бросков с 5 точек		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
6 семестр									
15 6	24	Выполнение штрафных бросков с 3 точек		1		Спортивная площадка, спортивный инвентарь			
15 7	25	Приём контрольных нормативов: броски мяча после ведения		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
15 8- 15 9	26 27	Ловля мяча в движении, ведение мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
16 0- 16 1	28 29	Учебная игра в баскетбол. Применение различных систем		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
16	30	Обучение технике бросков		2	практическое	Спортивная	Комплекс УГГ		Оценка

2-163	31	по кольцу.				площадка, спортивный инвентарь			выполнения физических упражнений
164-165	3233	Два шага – бросок в кольцо. Штрафной бросок. Баскетбольная дорожка (простейшие элементы баскетбола).		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
166-167	3435	Совершенствование техники бросков по кольцу		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
168-169	3637	Обучение тактическим действиям в игре.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
170	38	Сдача учебных нормативов		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
171	39	Дифференцированный зачет		1	практическое		Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
		Итого	21	150			86		

Учебник: Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для учреждений СПО М., «Академия» 2018