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

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УВР
_____ Е.М. Ковалева

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРЕПОДАВАТЕЛЯ на 2022-2025 учебный год

Наименование дисциплины_____ОГСЭ.05. Физическая культура_
Курс_____2,3,4____**Группа** _8_
Профессия __44.02.01 Дошкольное образование.
Преподаватель _Долгих А.В.___ _____
(Ф.И.О.)

Общее количество часов на дисциплину по учебному плану: **172** час.

3 семестр:34 часа
Теоретических занятий 7 час.
Лабораторных, практических занятий 27 час.

4 семестр:44 часа
Теоретических занятий 9 час.
Лабораторных, практических занятий 35 час.

5 семестр:34 часа
Теоретических занятий 4 час.
Лабораторных, практических занятий30 час.

6 семестр:18 часов
Теоретических занятий 0 час.
Лабораторных, практических занятий18 час.

7 семестр:32 часа
Теоретических занятий _2_ час.
Лабораторных, практических занятий 30 час.

8 семестр:10 часов
Теоретических занятий _0_ час.
Лабораторных, практических занятий 10 час.

Календарно-тематический план преподавателя составлен на основании рабочей программы, утверждённой
___ГБПОУ СО «Борский государственный техникум»
(наименование организации)
«_____»_____2021 г.

Рассмотрен и обсуждён на заседании МК _____
(наименование методической комиссии)
«_____»_____2021 г.
Протокол №_____
Председатель МК_____
(Ф.И.О., подпись)

C=RU, O="ГБПОУ СО ""Борский государственный техникум""", CN=Беляев Александр Анатольевич, E=bgt-borskoe@yandex.ru
009f615b92418b2d4a
2021.10.27 16:36:54+04'00'

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ОГСЭ.05. Физическая культура

№	Наименование разделов и тем	Максим нагрузка студента	Количество аудиторных часов			Самостоят. работа студента
			Всего	Теория	Практика (семинары)	
1	Введение	4	2	2		2
2	**Легкая атлетика**	58	29	2	27	29
3	**Волейбол**	70	35	6	29	35
4	**Гимнастика**	144	72	10	62	72
5	**Баскетбол**	**68**	**34**	**2**	**32**	**34**
		344	**172**	**22**	**150**	**172**

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ОГСЭ.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					
3 семестр								
Введение 2ч.		**2**						
1	Теоретические сведения о физической культуре	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**	**27**					
3-4	Инструктаж по т/б в разделе Лёгка атлетика	2		Теоретический	Учебник	Составление комплекса упражнений		Фронтальный опрос
5	Техника бега на дистанции 60-80 м		1	Комбинированный урок	Учебник	Составление комплекса упражнений		Фронтальный опрос
6-7	Техника бега на дистанции 60-80 м.		2	Урок контроля	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений для развития быстроты.		Зачёт
8-9	Закрепление навыков в беге		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка,	Комплекс УГГ		Оценка выполнения

					спортивный инвентарь			физических упражнений
10-11	Техника бега на короткие дистанции.		2	Комбинированный урок изучения и закрепления новых умений и навыков	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
12-13	Техника бега с низкого старта.		2	Комбинированный урок изучения и закрепления новых умений и навыков	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
14-15	Прыжки в высоту		2	Комбинированный 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
16-17	Прыжки в высоту «перекачевания»		2	Урок контроля умений и навыком	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений		Зачёт
18-19	Прыжки в высоту способом перешагивания		2	Комбинированный урок изучения и закрепления новых умений и навыком	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений		Оценка выполнения физических упражнений/ Зачёт
20-21	Сдача учебных норм по прыжкам в высоту		2	Урок изучения и закрепления новых умений и навыком	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Составление комплекса упражнений		Оценка выполнения физических упражнений/ Зачёт
22-23	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
24-25	Бег на длинные дистанции.		2	Урок изучения и	Спортивная	Составление		Оценка

				закрепления новых умений и навыком и урок контроля умений и навыком	площадка, спортивный инвентарь	комплекса упражнений для развития быстроты		выполнения физических упражнений/ Зачёт
26-27	Бег на длинные дистанции.		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
28-29	Командный эстафетный бег.		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		зачёт
30-31	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**	**29**					
32-33	Теоретические сведения.	2		Теоретический	Учебник	Комплекс УГГ		Фронтальный опрос
34	Зачет		1	Теоретический	Учебник	Комплекс УГГ		
4 семестр								
35	Правила игры в волейбол	1		Теоретический				
36	Обучение верхней прямой передачи мяча		1	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
37-38	Обучение верхней прямой передачи мяча		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
39-40	Верхняя передача мяча над собой.		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений

41-42	Совершенствование передачи мяча.		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
43-44	Обучение верхней передачи мяча	2		теоретическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
45-46	Совершенствование нижней передачи мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
47-48	Обучение технике подачи мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
49-50	Обучение технике нижней подачи мяча		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
51-52	Верхняя передача мяча над собой.		2	Комбинированный урок	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
53-54	Обучение техники нижней подачи мяча.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
55-56	Приём и передача мяча в парах		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
57-58	Верхняя передача мяча в четверках		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 верхней подачи.		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	Верхняя и нижняя передача мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
	Тема 3. Гимнастика	**10**	**62**					
67-68	Инструктаж по т/б 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	Элементы спортивных игр		2	практическое	Спортивная	Составление		Оценка

						площадка, спортивный инвентарь	комплекса упражнений для развития быстроты		выполнения физических упражнений/
77-78		Зачет	2		теоретическое	Учебник	Составление комплекса упражнений		Фронтальный опрос
5 семестр									
79-80	1 2	Упражнения с мячом		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
81-82	3 4	Упражнения с обручем		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
83	5	Упражнения с обручем		1	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
84-85	6 7	Акробатика Прыжки в длину с места		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
86-87	8 9	Акробатика Прыжки в длину с места		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
88-89	10 11	Акробатика Стойка на руках		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
90-91	12 13	Акробатика Стойка на руках		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
92-	14	Брусья параллельные.		2	практическое	Спортивная	Комплекс УГГ		Оценка

93	15	Подъём махом вперёд				площадка, спортивный инвентарь			выполнения физических упражнений
94-95	16 17	Сдача учебных нормативов		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
96-97	18 19	Опорный прыжок через коня в длину.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
98-99	20 21	Обучение опорного прыжка способом «ноги врозь»,		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
100-101	22 23	Техника опорного прыжка способом «согнув ноги»		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
102-103	24 25	Методика активного отдыха .	2		теоретическое	Учебник			Фронтальный опрос
104-105	26 27	Совершенствование техники кувырков		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
106-107	28 29	Сдача нормативов по гимнастике.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
108-109	30 31	Сдача нормативов по гимнастике.	2		теоретическое	Учебник	Комплекс УГГ		Фронтальный опрос
11	32	Совершенствование		1	практическое	Спортивная	Комплекс УГГ		

0		техники кувырков				площадка, спортивный инвентарь			
111-112	33 34	Зачет		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
6 семестр									
113-114	1 2	Акробатика Стойка на руках		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
115-116	3 4	Брусья параллельные. Подъём махом вперёд		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
117-118	5 6	Сдача учебных нормативов		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
119-120	7 8	Опорный прыжок через коня в длину.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
121-122	9 10	Обучение опорного прыжка способом «ноги врозь»,		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
123-124	11 12	Техника опорного прыжка способом «согнув ноги»		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
125-126	13 14	Акробатика Прыжки в длину с места		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений

127-128	15 16	Акробатика Стойка на руках		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
129-130	17 18	Зачет		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
7 семестр									
131-132	1 2	Построения и перестроения		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
133-134	3 4	Совершенствование строевых упражнений.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
135-136	5 6	Особенности занятий физической культуры со студентами		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
137-138	7 8	Элементы спортивных игр		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
		Тема 5. Баскетбол	**2**	**32**					
139-140	9 10	Инструктаж по т/б в разделе Баскетбол.	2		теоретическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Фронтальный опрос
141-142	11 12	Обучение технике ведения мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
143-	13 14	Ведение мяча с различной скоростью		2	практическое	Спортивная площадка,	Комплекс УГГ		Оценка выполнения

144						спортивный инвентарь			физических упражнений
145-146	15 16	Техника ведения мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
147-148	17 18	Техника передачи мяча.		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
149-150	19 20	Броски двумя руками от головы		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
151-152	21 22	Ведение мяча с сопротивлением		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
153-154	23 24	Сочетание приёмов: рывок, ловля мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
155-156	25 26	Броски мяча в кольцо		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
157-158	27 28	Броски мяча одной рукой то головы		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
159-160	29 30	Сочетание приёмов: рывок, ловля мяча		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
161-	31 32	Зачет		2	практическое	Спортивная площадка,	Комплекс УГГ		Оценка выполнения

162						спортивный инвентарь			физических упражнений
8 семестр									
163-164	33 34	Выполнение штрафных бросков с 5 точек		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
165-166	35 36	Приём контрольных нормативов		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
167-168	37 38	Приём контрольных нормативов		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
169-170	39 40	Ловля мяча в движении		2	практическое	Спортивная площадка, спортивный инвентарь	Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
171-172	41 42	Дифференцированный зачет		2	практическое		Комплекс УГГ		Оценка выполнения физических упражнений
		Итого	22	150			172		

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