

**Министерство образования Белгородской области
ОГАПОУ «Алексеевский агротехнический техникум»**

Рассмотрен
предметно-цикловой комиссией
социально-гуманитарных дисциплин
Протокол № ____ от « __ » _____
2022г.
Председатель В.В. Тарарин

Согласован
Заместитель директора
ОГАПОУ «ААТ»
_____ С.В. Козьменко
Приказ № ____ от « __ » _____ 2022
г.

**Календарно-тематический план
на 2022 -2023 учебный год**

Предмет	Физическая культура
Курс	1-2 курс.
Профессия/специальность	17543 «Рабочий по благоустройству населённых пунктов»
Количество аудиторных часов	134
Количество часов на дифференцированный зачёт	2
Преподаватель	Ткачёв. В. И.

г. Алексеевка

Календарно-тематический план
по дисциплине **Физическая культура** в группе **2** для специальности (профессии)
17543 «Рабочий по благоустройству населённых пунктов»

Учебник: В.И. Лях «Физическая культура».

№ занятия	Количество часов на занятие	Тема учебной программы, занятия	Домашнее задание	Дата проведения	
				По плану	Фактически
1 курс 78 часов.					
Раздел 2. Лёгкая атлетика (12 часов).					
1	2	Обучение студентов элементам лёгкой атлетики. Техника безопасности на занятиях по лёгкой атлетике.	ОФП		
2	2	Обучение студентов элементам лёгкой атлетики. Кроссовая подготовка.	ОФП		
3	2	Совершенствование элементов лёгкой атлетики и изучение техники низкого старта.	ОФП		
4	2	Совершенствование элементов лёгкой атлетики и техники низкого старта.	ОФП		
5	2	Развитие скоростной выносливости	ОФП		
6	2	Совершенствование беговой выносливости	ОФП		
Раздел 3. Гимнастика (10 часов).					
7	2	Совершенствование силовой подготовки.	ОФП		
8	2	Совершенствование силовой подготовки. Поднимание туловища руки за головой; подтягивание на перекладине.	ОФП		
9	2	Совершенствование силовой подготовки. упражнении Сгибание и разгибание рук в упоре.	ОФП		
10	2	Совершенствование силовой подготовки. Поднимание туловища руки за головой; подтягивание на перекладине.	ОФП		
11	2	Совершенствование силовой подготовки. упражнении Сгибание и разгибание рук в упоре.	ОФП		
Раздел 2. Баскетбол (12 часов).					

12	2	Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча.	ОФП. Изучение правил игры.	
13	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча.	ОФП. Изучение правил игры.	
14	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча. Правила игры. Двухсторонняя игра.	ОФП. Изучение правил игры.	
15	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча. Правила игры. Двухсторонняя игра.	ОФП. Изучение правил игры.	
16	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча. Правила игры. Двухсторонняя игра.	ОФП. Изучение правил игры.	
17	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча. Правила игры. Двухсторонняя игра. Контрольное занятие на технику броска. Зачёт.	ОФП. Изучение правил игры.	
Раздел 2. Волейбол (12 часов).				
18	2	Спортивные игры волейбол, элементы баскетбола. Техника безопасности. Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	
19	2	Совершенствование элементов волейбола (приём сверху). Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	
20	2	Совершенствование элементов волейбола (приём сверху). Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	
21	2	Совершенствование приёма и передачи двумя руками сверху, обучение приёму и передачи двумя руками снизу. Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	
22	2	Совершенствование приёма и передачи двумя руками сверху, обучение приёму и передачи двумя руками снизу. Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	

23	2	Обучение подачи мяча. Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	
Раздел 3. Гимнастика (10 часа).				
24	2	Совершенствование силовой подготовки.	ОФП	
25	2	Совершенствование силовой подготовки. Поднимание туловища руки за головой; подтягивание на перекладине.	ОФП	
26	2	Совершенствование силовой подготовки. упражнении Сгибание и разгибание рук в упоре.	ОФП	
27	2	Совершенствование силовой подготовки. Поднимание туловища руки за головой; подтягивание на перекладине.	ОФП	
28	2	Совершенствование силовой подготовки. упражнении Сгибание и разгибание рук в упоре.	ОФП	
Раздел 1. ППФП (10).				
29	2	Физические упражнения в профессиональной подготовке.	ОФП	
30	2	Физические упражнения в профессиональной подготовке.	ОФП	
31	2	Физические упражнения в профессиональной подготовке.	ОФП	
32	2	Физические упражнения в профессиональной подготовке.	ОФП	
33	2	Физические упражнения в профессиональной подготовке.	ОФП	
Раздел 2. Лёгкая атлетика (12 часов).				
34	2	Совершенствование беговой выносливости. Техника метания гранаты.	ОФП.	
35	2	Совершенствование беговой выносливости. Техника метания гранаты.	ОФП.	
36	2	Совершенствование беговой выносливости. Техника низкого старта.	ОФП.	
37	2	Совершенствование беговой выносливости. Техника низкого старта.	ОФП.	
38	2	Совершенствование беговой выносливости. Техника низкого старта.	ОФП.	
39	2	Совершенствование беговой выносливости. Техника низкого	ОФП.	

		старта. Зачет.		
2 курс 56 часов.				
Раздел 2. Лёгкая атлетика (12 часов).				
1	2	Обучение студентов элементам лёгкой атлетики. Техника безопасности на занятиях по лёгкой атлетике.	ОФП	
2	2	Обучение студентов элементам лёгкой атлетики. Кроссовая подготовка.	ОФП	
3	2	Совершенствование элементов лёгкой атлетики и изучение техники низкого старта.	ОФП	
4	2	Совершенствование элементов лёгкой атлетики и техники низкого старта.	ОФП	
5	2	Развитие скоростной выносливости	ОФП	
6	2	Совершенствование беговой выносливости	ОФП	
Раздел 3. Гимнастика (10 часов).				
7	2	Совершенствование силовой подготовки.	ОФП	
8	2	Совершенствование силовой подготовки. Поднимание туловища руки за головой; подтягивание на перекладине.	ОФП	
9	2	Совершенствование силовой подготовки. упражнении Сгибание и разгибание рук в упоре.	ОФП	
10	2	Совершенствование силовой подготовки. Поднимание туловища руки за головой; подтягивание на перекладине.	ОФП	
11	2	Совершенствование силовой подготовки. упражнении Сгибание и разгибание рук в упоре.	ОФП	
Раздел 2. Баскетбол (12 часов).				
12	2	Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча.	ОФП. Изучение правил игры.	
13	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча.	ОФП. Изучение правил игры.	
14	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча. Правила игры. Двухсторонняя игра.	ОФП. Изучение правил игры.	
15	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола.	ОФП. Изучение правил	

		Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча. Правила игры. Двухсторонняя игра.	игры.	
16	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча. Правила игры. Двухсторонняя игра. Зачёт.	ОФП. Изучение правил игры.	
17	2	Спортивные игры. Баскетбол, элементы баскетбола. Совершенствование техники броска. Передвижения, прыжки. Совершенствование техники ведения мяча. Правила игры. Двухсторонняя игра. Контрольное занятие на технику броска. Зачет.	ОФП. Изучение правил игры.	
Раздел 2. Волейбол (6 часов).				
18	2	Совершенствование элементов волейбола (приём сверху). Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	
19	2	Совершенствование элементов волейбола (приём сверху). Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	
20	2	Совершенствование элементов волейбола (приём сверху). Правила игры.	ОФП. Изучение правил игры.	
Раздел 3. Гимнастика (4 часа).				
21	2	Совершенствование силовой подготовки. Поднимание туловища руки за головой; подтягивание на перекладине.	ОФП	
22	2	Совершенствование силовой подготовки. упражнения Сгибание и разгибание рук в упоре.	ОФП	
Раздел 1. ППФП (4 часа).				
23	2	Физические упражнения в профессиональной подготовке.	ОФП	
24	2	Физические упражнения в профессиональной подготовке.	ОФП	
Раздел 2. Лёгкая атлетика (8 часов).				
25	2	Обучение студентов элементам лёгкой атлетики. Техника безопасности на занятиях по лёгкой атлетике.	ОФП	
26	2	Обучение студентов элементам лёгкой атлетики. Кроссовая подготовка.	ОФП	
27	2	Совершенствование элементов лёгкой атлетики и изучение	ОФП	

		техники низкого старта.		
28	2	Совершенствование элементов лёгкой атлетики и техники низкого старта. Зачет.	ОФП	