|  |
| --- |
| УТВЕРЖДАЮ  Заместитель директора поУМР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Шаймуханбетова К.А.  «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020 г. |

**Календарно-тематический план**

2020-2021 учебный год

5-6 Семестр

Физическая культура.

По модулю/дисциплине

Специальность1304000- Вычислительная техника и программное обеспечение  
 (код и наименование)

Квалификация 1304043-Техник -программист

(код и наименование)

Курс 1 Группа (ы) ПД3 18-09Р Количество часов 32

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Составил: | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (подпись) | Коротких Л.В  . Ф.И.О. |

Рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методического совета  
Протокол № \_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Методист колледжа | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (подпись) | Наутиева Ж.И.  Ф.И.О. |

Рассмотрена на заседании ПЦК ООиСЭД

Протокол № \_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Председатель ПЦК | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (подпись) | Смаилова А.С.  Ф.И.О. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ занятия** | **Календарные сроки изучения тем** | **Наименование разделов, тем** | **Количество часов** | **Тип занятий** | **Домашнее задание** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **Физическая культура** | | | | | |
| **Раздел II. Средства физического воспитания** | | | | | |
| 1 |  | **2.1. Лёгкая атлетика.** Техника безопасности. | 2 | практика | Повторить |
| 2 |  | Техника прыжка в длину с места. Бег на 100 м. | 2 | практика | Повторить |
| 3 |  | Контрольные нормативы по лёгкой атлетике (прыжки в длину с места, бег на 100 м.). | 2 | практика | Повторить |
| 4 |  | **2.3. Спортивные игры.** Футбол. Техника безопасности. | 2 | практика | Повторить |
| 5 |  | Удары по мячу и остановка изученными способами. | 2 | практика | Повторить |
| 6 |  | Остановка мяча головой. Приём мяча на грудь. | 2 | практика | Повторить |
| 7 |  | Обводка противника: отбор мяча, с сопротивлением противника. Финты. | 2 | практика | Повторить |
| 8 |  | Групповые тактические действия игроков при организации нападения и защиты | 2 | практика | Повторить |
| 9 |  | Двухсторонняя игра по правилам соревнований. Приём контрольных нормативов. | 2 | практика | Повторить |
| 10 |  | **2.4. Президентские тесты.** | 2 | практика | Повторить |
| **5 семестр** | | | **20** |  |  |
| **Вариативная часть** | | | | | |
| 7 |  | **2.5. Профессионально-прикладная психофизическая подготовка.** Техника безопасности. | 2 | практика | Повторить |
| 8 |  | Йога. Специфика дыхательных упражнений. | 2 | практика | Повторить |
| 9 |  | Тай-чи. Специфика упражнений в офисном помещении. | 2 | практика | Повторить |
| 10 |  | Тай-бо. Специфические упражнения оборонительного характера. | 2 | практика | Повторить |
| 11 |  | Контрольные нормативы по профессионально-прикладной подготовке | 2 | практика | Повторить |
| 12 |  | **Экзамен** | 2 | практика | Повторить |
| **6 семестр** | | | **12** |  |  |
| **Всего по дисциплине (по кредиту)** | | | **32** | **-** |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Распределение учебного времени | Общее  количество часов | в том числе | | |
| Теоретические занятия | Практические и лабораторные занятия | Курсовой проект/ работа |
| 1 | Всего часов | 32 | - | 32 |  |
| 2 | Запланировано на 5 семестр | 20 | - | 20 |  |
| 3 | Запланировано на 6 семестр | 12 | - | 12 |  |
| 4 | Проведено часов | 32 | - | 32 |  |
| 5 | Осталось на следующий учебный год | - | - | - |  |