Согласовано Утверждаю

Заведующий\*\*\*\* Руководитель \*\*\*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* ГБПОУ МО \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2017 г . \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2017 г.

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**По учебной дисциплине общеобразовательного цикла «\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*»**

**На 201\*-201\* учебный год**

**Для профессии**

**«\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*»**

**\* курс \* группа 96 часов**

Преподаватель: \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

«\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2017 г.

Рассмотрено и согласовано на заседании цикловой методической комиссии преподавателей ОБЖ, БЖ, физической культуры протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2017 г.

Председатель ЦМК: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

|  |
| --- |
| **Пояснительная записка**Программа общеобразовательной учебной дисциплины «\*\*\*\*\*\*\*» предназначена для организации занятий по физической культуре в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Физическая культура», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров . Содержание программы «Физическая культура» направлена на достижение следующих целей:- формирование физической культуры личности будущего профессионала востребованного на современном рынке труда;- развитие физических качеств и способностей, совершенствования функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.Программа учебной дисциплины «Физическая культура» служит основой для разработки рабочих программ, в которых профессиональные образовательные организации.**Календарно-тематическое планирование по учебной дисциплине «Физической культура»** **Общеобразовательного цикла****на 2017 -2018 учебный год**  |
| **№ урока** | **Дата проведения занятий в группах** | **Название темы урока** | **Вид занятий** | **Кол.****часов** | **Материальное обеспечение** |
| **АМ**  | **Учебник****\*\*\*\*\*\*\*\*** |
|  |  |  |  |  |
| 1 |  | ИОТ-014-2016 |  | 1 |  |
| 2 |  | Легкий бег ОРУ на месте |  | 1 |  |
| 3 |  | Разминочный бег 1 мин ОРУ на месте |  | 1 |  |
| 4 |  | ОРУ на гимнастической стенке  |  | 1 |  |
| 5 |  | ОРУ на гимнастической скамейке  |  | 1 |  |
| 6 |  | Бег короткие дистанции 100 м 60 м |  | 1 |  |
| 7 |  | Специальные беговые прыжковые упражнения |  | 1 |  |
| 8 |  | Техника низкого старта |  | 1 |  |
| 9 |  | Сдача норматива техника низкого старта  |  | 1 |  |
| 10 |  | Прыжки с места в длину  |  | 1 |  |
| 11 |  | Сдача норматива прыжки с места в длину  |  | 1 |  |
| 12 |  | Наклоны из положения стоя на гимнастической скамейке |  | 1 |  |
| 13 |  | Сдача наклоны из положения стоя на гимнастической скамейки |  | 1 |  |
| 14 |  |  Челночный бег на различные дистанции |  | 1 |  |
| 15 |  | Упражнение с мячом  |  | 1 |  |
| 16 |  | Сдача норматива упражнение с мячом составить свой комплекс |  | 1 |  |
| 17 |  | ОРУ со скакалкой  |  | 1 |  |
| 18 |  | Челночный бег 3х10 |  | 1 |  |
| 19 |  | Сдача контрольных нормативов |  | 1 |  |
| 20 |  | Эстафета бег 4 х 100 м 4 х 400 |  | 1 |  |
| 21 |  | Метание гранаты |  | 1 |  |
| 22 |  | Выполнение контрольных нормативов |  | 1 |  |
| 23 |  | Развитие выносливости в беге на длинные дистанции. |  | 1 |  |
| 24 |  | Равномерный бег до 11 мин. Положение туловища и длина шагов при стартовом разгоне. |  | 1 |  |
| 25 |  | Бег по виражу. Развитие скоростной выносливости |  | 1 |  |
| 26 |  | Спринтерский бег. прыжок в длину с разбега. Равномерный бег 13 мин. |  | 1 |  |
| 27 |  | Низкий старт. Стартовый разгон при беге на короткие дистанции |  | 1 |  |
| 28 |  | Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Ускорения 30,40,2х60м. |  | 1 |  |
| 29 |  | Развитие выносливости в беге на длинные дистанции 2,2 км. Бег 60 м. |  | 1 |  |
| 30 |  | Совершенствование техники бега на длинные дистанции до 2,8 км. Развитие выносливости. ОРУ |  | 1 |  |
| 31 |  | ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости |  | 1 |  |
| 32 |  | Прыжок в длину с разбега. Прогибание туловища во время полета и наклон вперед при приземлении  |  | 1 |  |
| 33 |  | Совершенствование техники приземления. ОРУ. Специальные прыжковые упражнения  |  | 1 |  |
| 34 |  | Требования безопасности для спортивных игр.  |  | 1 |  |
| 35 |  | Техника безопасности игры в волейболе  |  | 1 |  |
| 36 |  | Совершенствование техники передачи мяча  |  | 1 |  |
| 37 |  | Совершенствование техники подачи мяча. |  | 1 |  |
| 38 |  | Совершенствование техники верхней прямой подачи мяча . |  | 1 |  |
| 39 |  | Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники. |  | 1 |  |
| 40 |  | Бег 30 м многоскоки .Стойка игрока . |  | 1 |  |
| 41 |  | Перемещение в стойке .Передача двумя руками сверху и на месте . |  | 1 |  |
| 42 |  | Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола. |  | 1 |  |
| 43 |  | Стойка игрока .Перемещение в стойке  |  | 1 |  |
| 44 |  | Передача двумя руками сверху и на месте  |  | 1 |  |
| 45 |  | Подвижные игры с элементами волейбола |  | 1 |  |
| 46 |  | Стойка игрока . Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач . |  | 1 |  |
| 47 |  | Развитие координационных способностей .  |  | 1 |  |
| 48 |  | Нападение через 3- ю зону.  |  | 1 |  |
| 49 |  | Учебная игра . Игра без подач. |  | 1 |  |
| 50 |  | Игра “Мяч через сетку “ по основным правилам . Игра без подач. |  | 1 |  |
| 51 |  | Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству . Игра без подач . |  | 1 |  |
| 52 |  | Разминка .Стойка игрока Перемещение в стойке  |  | 1 |  |
| 53 |  | Разминка .Стойка игрока  |  | 1 |  |
| 54 |  | Передача двумя руками сверху на месте  |  | 1 |  |
| 55 |  | Верхняя передача мяча в парах с шагом. |  | 1 |  |
| 56 |  | Разминка. Стойка игрока Перемещение в стойке.  |  | 1 |  |
| 57 |  | Передача двумя руками сверху на месте  |  | 1 |  |
| 58 |  | Прием мяча двумя руками |  | 1 |  |
| 59 |  | Комбинации из передвижений остановок игрока.  |  | 1 |  |
| 60 |  | Верхняя подача мяча . Передача двумя руками сверху на месте . |  | 1 |  |
| 61 |  | Двухсторонняя игра с элементами волейбола .  |  | 1 |  |
| 62 |  | Передача двумя рукам сверху на месте . |  | 1 |  |
| 63 |  | Верхняя подача нижний прием.  |  | 1 |  |
| 64 |  | Нападающий удар нижний прием |  | 1 |  |
| 65 |  | Прямой нападающий удар. Учебная игра. |  | 1 |  |
| 66 |  | Двухсторонняя игра применением основных элементов. |  | 1 |  |
| 67 |  | Соревнование в группах |  | 1 |  |
| 68 |  | Итоговое занятие |  | 1 |  |
| 69 |  | Требования безопасности для спортивных игр. |  | 1 |  |
| 70 |  | Техника безопасности игры в баскетболе. |  | 1 |  |
| 71 |  | Правила игры в баскетбол .Ведение мяча ловля и передача мяча  |  | 1 |  |
| 72 |  | Выполнение упражнений с баскетбольным мячом. |  | 1 |  |
| 73 |  | Совершенствование техники ведения мяча. |  | 1 |  |
| 74 |  | Совершенствование приемов выбивания мяча. |  | 1 |  |
| 75 |  | Совершенствование техники ведения мяча |  | 1 |  |
| 76 |  | Зачетное занятие по видам спорта. |  | 1 |  |
| 77 |  | Техника безопасности на занятиях гимнастикой. |  | 1 |  |
| 78 |  | Строевые упражнения |  | 1 |  |
| 79 |  | Общеразвивающие упражнения. |  | 1 |  |
| 80 |  | Акробатические упражнения . |  | 1 |  |
| 81 |  | Упражнение на брусьях. |  | 1 |  |
| 82 |  | Упражнения со скакалкой  |  | 1 |  |
| 83 |  | Упражнения на перекладине; висы соскоки . |  | 1 |  |
| 84 |  | Контрольные нормативы  |  | 1 |  |
| 85 |  | Висы. Строевые упражнения. Правила страховки во время выполнения упражнений |  | 1 |  |
| 86 |  | Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге. Подтягивания в висе |  | 1 |  |
| 87 |  | Подъем переворотом силой. Подъем переворотом махом. ОРУ на месте |  | 1 |  |
| 88 |  | Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге. |  | 1 |  |
| 89 |  | Подтягивания в висе. подъем переворотом, махом |  | 1 |  |
| 90 |  | Опорный прыжок. Опорный прыжок согнув ноги, ноги врозь |  | 1 |  |
| 91 |  | Выполнение лопорного прыжка. ОРУ с предметами. |  | 1 |  |
| 92 |  | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |  | 1 |  |
| 93 |  | ИОТ-014-2016 |  | 1 |  |
| 94 |  | Легкий бег ОРУ на месте |  | 1 |  |
| 95 |  | Разминочный бег 1 мин ОРУ на месте |  | 1 |  |
| 96 |  | ОРУ на гимнастической стенке  |  | 1 |  |
|  | **Итого:** |  | **96** |  |