

Приложение № 2.16
к ООП по специальности
38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Министерство образования Московской области
ГБПОУ МО «Авиационный техникум имени В.А.Казакова»

Утверждена приказом руководителя
образовательной организации
№ 109 от 31 августа 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Жуковский 2021 г.

РАССМОТРЕНО
на заседании предметно-цикловой
комиссии

СОГЛАСОВАНО
решением Педагогического совета

протокол № 1
от «31» августа 2021 г.,

протокол № 1
от «31» августа 2021 г.

Программа учебной дисциплины **ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА** разработана в соответствии с требованиями:

- федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее - ОП СПО) **38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)**», утвержденного приказом Министерства образования и науки от 5 февраля 2018 г. N 69 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 26.02.2018г., регистрационный № 50137), с изменениями от 17 декабря 2020 г.;

- Приказ Минобрнауки России от 14 июня 2013 г. № 464 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования» (с изменениями);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.08.2020 № 441 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования» (зарегистрирован Министерством образования и науки Российской Федерации от 14 июня 2013 г. № 464, зарегистрирован 11.09.2020 № 59771)

- Приказ Минобрнауки России от 16 августа 2013 г. № 968 «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования»;

- Приказ Минобрнауки России № 885, Минпросвещения России № 390 от 5 августа 2020 г. «О практической подготовке обучающихся» (вместе с «Положением о практической подготовке обучающихся»;

- Профессиональный стандарт «Бухгалтер», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 декабря 2014 г. № 1061н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 23 января 2015 г., регистрационный № 35697);

- Профессиональный стандарт «Специалист по внутреннему контролю (внутренний контролер)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 апреля 2015 г. № 236 н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 мая 2015 г., регистрационный № 37271);

- Профессиональный стандарт «Аудитор», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 19 октября 2015 г. № 728н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 23 ноября 2015 г., регистрационный № 39802),

Организация-разработчик: ГБПОУ МО «Авиационный техникум имени В.А.Казакова»

Разработчик: преподаватель Чавкин В.А., преподаватель Арефьева Н.В.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ. 04 Физическая культура	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) ГБПОУ МО «Авиационный техникум имени В.А. Казакова» по специальности СПО 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК1, ОК2, ОК4, ОК8.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК1	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК2	определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники	номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности;

	<p>информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска</p>	<p>приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации</p>
ОК4	<p>организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности</p>	<p>психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности</p>
ОК8	<p>Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность Укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения данной специальности</p>	<p>роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжения</p>
ЛР 1 – ЛР 12 ЛР 29 ЛР 36		

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	160
в т.ч. в форме практической подготовки	118
в т. ч.:	
практические занятия	116
Самостоятельная работа¹	42
- Подготовка рефератов	10
- презентаций	6
- ведение дневника самоконтроля, выполнение комплексов упражнений	26
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций и личностных результатов ² , формированию которых способствует элемент программы	
1	2	3		
2 курс				
РАЗДЕЛ 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность.		6		
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	Содержание учебного материала (не предусмотрено)		ОК1, ОК2, ОК4, ОК8. ЛР 1-12 ЛР 29 ЛР 36	
	Практические занятия			
	1	Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Изучение комплекса общеразвивающих упражнений		
	2	Самоконтроль студентов физическими упражнениями и спортом. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств.		
	Лабораторные работы (не предусмотрены)			-
	Контрольные работы (не предусмотрены)			-
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить презентацию на тему "Здоровый образ жизни"			2
РАЗДЕЛ 2. Легкая атлетика		18		
Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	Содержание учебного материала (не предусмотрено)		ОК1, ОК2, ОК4, ОК8. ЛР 1-12 ЛР 29	
	Практические занятия			
	3	Техника безопасности при занятии легкой атлетикой. Техника бега на короткие дистанции		
	4	Техника выполнения прыжка в длину с разбега		
	Контрольные работы (не предусмотрены)			-

² В соответствии с Приложением 3 ПООП.

	Самостоятельная работа обучающихся		-	ЛР 36
Тема 2.2. Метание гранат. Бег на длинные дистанции	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			ОК1, ОК2, ОК4, ОК8.
	Практические занятия			
	5	Техника разминки метателя. Техника выполнения метания гранаты с места и с разбега.	2	ЛР 1-12
	6	Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования Техника бега по дистанции (беговой цикл)	2	ЛР 29
	7	Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг)	2	ЛР 36
	8	Техника бега на дистанции 2000 м, контрольный норматив	2	
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		6	
	Подготовить презентацию на тему "Кроссовая подготовка спортсменов"		2	
Выполнение комплексов упражнений на выносливость Выполнение комплексов упражнений для восстановления после нагрузок		4		
РАЗДЕЛ 3 Спортивные игры. Футбол				
Тема 3.1. Футбол. Техника игры.	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			
	Практические занятия		6	
	9	Техника безопасности при игре в футбол. Правила игры.. Техника выполнения передачи короткого и длинного паса, дальнего удара по воротам.	2	
	10	Техника выполнения пенальти. Закрепление техник игры в футбол	2	
	11	Игра в футбол по правилам.	2	
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	
РАЗДЕЛ 4. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Гимнастика			6	ОК1, ОК2, ОК4, ОК8.
Содержание учебного материала (не предусмотрено)				
Тема 4.1. Комплексы обще развивающей, производственной	Практические занятия			ЛР 1-12
	12	Комплексы общеразвивающих упражнений производственной гимнастики. Комплекс упражнений для лечебной гимнастики.	2	ЛР 29

и лечебной гимнастики	13	Комплекс упражнений на осанку	2	ЛР 36
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
	Подготовить реферат на тему " Развитие гибкости"		2	
РАЗДЕЛ 5. Спортивные игры Баскетбол			12	ОК1, ОК2, ОК4, ОК8.
Тема 5.1. Баскетбол. Техника игры.	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			ЛР 1-12 ЛР 29 ЛР 36
	Практические занятия			
	14	Техника безопасности. Правила игры. Техника приема и передачи мяча, ведение мяча, броски со средней и дальней дистанции. Двухсторонняя игра в баскетбол.	2	
	15	Техника отбора мяча у соперника. Игра на одно кольцо.	2	
	16	Техника выполнения штрафного броска. Двухсторонняя игра в баскетбол. Контроль	2	
	Контрольные работы (не предусмотрены)			
	Самостоятельная работа обучающихся		6	
	Подготовить реферат на тему " Прыжковая подготовка баскетболиста"		2	
	Выполнение упражнений на руки Выполнение прыжковых упражнений		4	
РАЗДЕЛ 6. Лыжная подготовка			16	ОК1, ОК2, ОК4, ОК8.
Тема 6.1. Одновременный и попеременный классические ход	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			ЛР 1-12 ЛР 29 ЛР 36
	Практические занятия		-	
	16	Техника выполнения попеременных классических ходов на лыжах.	2	
	17	Техника выполнения одновременных классических ходов на лыжах.	2	
	18	Техника выполнения спусков и подъемов на лыжах.	2	
	19	Техника выполнения поворотов, разворотов, остановка лыжника.	2	
	20	Прохождение дистанции на лыжах 2 км девушки, 3 км юноши	2	
	Контрольные работы (не предусмотрено)		-	
Самостоятельная работа обучающихся		6		
	Подготовка презентации на тему "Виды лыжных ходов"		2	
	Выполнение упражнений для рук		2	

	Прохождение дистанции до 3 км на лыжах	2		
РАЗДЕЛ 7. Волейбол		18		
Тема 7.1. Волейбол. Техника игры.	Содержание учебного материала (не предусмотрено)		ОК1, ОК2, ОК4, ОК8. ЛР 1-12 ЛР 29 ЛР 36	
	Практические занятия			
	21, 22	Правила игры. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Обучение стойки игрока.		4
	23	Техника подачи мяча сверху и снизу.		2
	24	Двухсторонняя игра волейбол.		2
	25	Игра в парах. Двухсторонняя игра волейбол		2
	26	Игра в волейбол по правилам		2
	Контрольные работы (не предусмотрены)			-
	Самостоятельная работа обучающихся			6
	Подготовка реферата на тему "Подготовка волейболиста"			2
	Выполнение прыжковых упражнений			2
Выполнение комплекса упражнений на растяжку		2		
РАЗДЕЛ 8 Легкая атлетика		18		
Тема 8.3. Бег на средние дистанции Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	Содержание учебного материала (не предусмотрено)		ОК1, ОК2, ОК4, ОК8. ЛР 1-12 ЛР 29 ЛР 36	
	Практические занятия			
	27	Выполнение контрольного норматива: бег 100метров на время. Выполнение К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши		2
	28	Выполнение контрольного норматива: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов		2
	29	Техника прыжка «в шаге» с укороченного разбега		2
	30	Целостное выполнение техники прыжка в длину с разбега, контрольный норматив		2
	31	Техника метания гранаты. Техника метания гранаты, контрольный норматив		2
	Контрольные работы (не предусмотрены)			-
	Самостоятельная работа обучающихся			8
	Подготовить реферат на тему "Бег на короткие дистанции, особенности подготовки"			2
	Бег на дистанцию до 3 км			4
Выполнение комплекса упражнений для восстановления		2		
РАЗДЕЛ 9 Футбол		2	ОК1, ОК2, ОК4,	

Тема 9.1 Футбол. Пенальти.	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			ОК8. ЛР 1-12 ЛР 29 ЛР 36
	Практические занятия			
	32	Техника выполнения пенальти. Закрепление техник игры в футбол	2	
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	
Промежуточная аттестация в форме: дифференцированного зачета			2	
			Всего:	102

3 КУРС

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций и личностных результатов ³ , формированию которых способствует элемент программы	
1	2	3		
3 КУРС				
РАЗДЕЛ 1. Легкая атлетика		14	ОК 02 , ОК 06, ОК 08.	
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			
	Практические занятия			
	1	Техника безопасности при занятии легкой атлетикой. Техника бега на короткие дистанции	2	ЛР 1-12
	2	Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования	2	ЛР 29
	3	Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив	2	ЛР 36
	4	Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив	2	
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	
Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрены)		-		
Тема 1.2. Метание гранат. Стайерский бег	Содержание учебного материала(не предусмотрено)			
	Практические занятия			
	5	Техника выполнения метания гранаты с места и короткого разбега.	2	
	6	Бег на длинные дистанции (2000, 3000 метров.). Бег по пересеченной местности (3000, 5000 метров.)	2	ЛР 1-12
	Лабораторные работы (не предусмотрены)		-	ЛР 29
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	ЛР 36
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
Подготовить реферат на тему "Подготовка к бегу на длинные дистанции в легкой		2		

³ В соответствии с Приложением 3 ПООП.

	атлетике"			
РАЗДЕЛ 2 Спортивные игры. Футбол		6		
Тема 2.1. Футбол. Техника игры.	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		-	
	7	Техника безопасности при игре в футбол. Правила игры. Техника выполнения передачи короткого и длинного паса, дальнего удара по воротам.	2	
	8	Техника выполнения пенальти. Закрепление техник игры в футбол	2	
	9	Игра в футбол по правилам.	2	
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	
Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрены)		-		
РАЗДЕЛ 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Гимнастика		6	ОК 02 , ОК 06, ОК 08	
Тема 3.1. Комплексы обще развивающей, производственной и лечебной гимнастики	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			
	Практические занятия		ЛР 1-12	
	10	Комплексы общеразвивающих упражнений производственной гимнастики. Комплекс упражнений для лечебной гимнастики.	2	ЛР 29
	11	Комплекс упражнений на осанку	2	ЛР 36
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
Выполнение упражнений на осанку		2		
РАЗДЕЛ 4. Спортивные игры Баскетбол		10	ОК 02 , ОК 06, ОК 08	
Тема 4.1. Баскетбол. Техника игры.	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			
	Практические занятия			
	12	Техника безопасности. Правила игры. Техника приема и передачи мяча, ведение мяча, броски со средней и дальней дистанции. Двухсторонняя игра в баскетбол.	2	ЛР 1-12
	13	Техника отбора мяча у соперника. Игра на одно кольцо.	2	ЛР 29
	14	Броски со средней и дальней дистанции, штрафной бросок. Игра на одно кольцо.	2	ЛР 36
	15	Штрафной бросок. Контроль. Двухсторонняя игра.	2	
	16	Технико - тактические действия в нападении и защите. Двухсторонняя игра в баскетбол. Контроль	2	
Контрольные работы (не предусмотрены)				

	Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрены)			
РАЗДЕЛ 5. Лыжная подготовка			10	ОК 02 , ОК 06, ОК 08
Тема 5.1. Одновременный и попеременный классические ход	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			
	Практические занятия		-	
	17	Закрепление техники попеременно двушажного хода на лыжах.	2	ЛР 1-12
	18	Закрепление техники одновременно одношажного хода на лыжах.	2	ЛР 29
	19	Закрепление техники выполнения спусков и подъемов на лыжах.	2	
	20	Закрепление техники выполнения поворотов, разворотов, остановка лыжника.	2	ЛР 36
	21	Прохождение дистанции на лыжах 2 км девушки, 3 км юноши. Контроль	2	
	Контрольные работы (не предусмотрено)		-	
Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрены)		-		
РАЗДЕЛ . Волейбол			10	
Тема 6.1. Волейбол. Техника игры.	Содержание учебного материала (не предусмотрено)			ОК 02 , ОК 06, ОК 08
	Практические занятия			
	22	Правила игры. Техника приема и передачи мяча. Игра в двойках.	2	ЛР 1-12
	23	Техника всех видов подач, отработка приема мяча снизу и сверху.	2	
	24	Техника нападающего удара с различных зон. Тактические действия игры в волейбол.	2	ЛР 29
	25	Двухсторонняя игра в волейбол. Игра в волейбол по правилам. Контроль	2	ЛР 36
	Контрольные работы (не предусмотрены)		-	
Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрены)		-		
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>			2	
Всего:			56	

3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебной дисциплины ОУД 06 Физическая культура предусмотрено: спортивный зал, гимнастический зал, кроссовая трасса, открытая площадка широкого профиля, лыжная трасса трасса.

Оборудование спортивного зала для занятий физической культурой:

- гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья), маты гимнастические, канат для перетягивания, скакалки, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гиря 16кг, секундомеры и др.;

- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры, мячи для мини-футбола и др.

Открытая площадка широкого профиля: турник уличный, брусья уличные и другие тренажёры на различные группы мышц, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, конусы, стартовые флажки или флажки красные и белые, палочки эстафетные, нагрудные номера, манишки.

Технические средства обучения: доступ в Интернет, экранно-звуковое оборудование

3.2 Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд ГБПОУ МО «Авиационный техникум им. В.А. Казакова» имеет печатные ресурсы, рекомендуемые для использования в образовательном процессе:

3.2.1. Для обучающихся

Основные источники:

О.1. «Физическая культура». Учебник для НПО и СПО. А.А. Бишаева

Издательский центр «Академия», 2020.

Дополнительные источники:

Д.1. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с

Справочная:

С.1. Попов, С.Н. Лечебная физическая культура: Учебник / С.Н. Попов. - М.: Academia, 2019.

С.2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017.

3.2.2. Для преподавателей

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).

Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Приказ Министерства образования и наука РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и наука РФ от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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».

1. Барчуков, И.С. Физическая культура / И.С. Барчуков. - М.: Academia, 2017
2. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения (для бакалавров) / И.С. Барчуков. - М.: КноРус, 2018.
3. Бишаева, А.А. Физическая культура (для бакалавров) / А.А. Бишаева, В.В. Малков. - М.: КноРус, 2018.

Интернет-ресурсы

www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).

www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»).

www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

www.goup32441.narod.ru (сайт: Учебно-методические пособия
«Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в
Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>Знания: Использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для жизни, активного отдыха и досуга. Использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности; Готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности; Самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;</p>	<p>Демонстрирует системные знания в области основ здорового образа жизни и роли физической культуры в гармоничном развитии личности человека, Владеет информацией о регулярных физических нагрузках в выбранной специальности и способах профилактики профзаболеваний</p>	<p>практические занятия; индивидуальные задания; выполнение контрольных тестов и зачётных нормативов.</p>
<p>Умения: Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; Владение физическими упражнениями разной функциональной</p>	<p>Демонстрирует навыки владения, тактикой в спортивных играх; Владеет техниками выполнения двигательных действий; Выполняет тактико-технические действия в игре; Выполняет требуемые элементы;</p>	<p>Наблюдение в процессе практических занятий</p>

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p>		