

**МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
«БАТАЙСКИЙ ТЕХНИКУМ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА  
И СТРОИТЕЛЬСТВА» ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА  
П. А. ПОЛОВИНКО»**

Рассмотрена на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
От « 23 » августа 2024 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Зам. директора по УПР

  
В.В. Полякова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**Специальность:**

43.02.15 Поварское и кондитерское дело

**Квалификация выпускника:**

Специалист по поварскому и кондитерскому делу

**Форма обучения:** очная

г. Батайск  
2024

Согласована на заседании  
методического объединения  
профессионального цикла  
«Повар, кондитер. Продавец,  
Контролер-кассир»

Протокол № 1

От « 28 » августа 2024 г.

Председатель МО

Е.Н. Назарова

Рабочая программа ОГСЭ.04 «Физическая культура» разработана на основе:

- Приказа Минпросвещения России от 24.08.2022 г. №782 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования»;
- ФГОС СПО по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело от 9 декабря 2016 г. № 1565;
- Учебного плана ГБПОУ РО «БТЖТиС» им. Героя Советского Союза П.А. Половинко по профессии СПО: 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

**Организация разработчик:** государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Ростовской области «Батайский техникум железнодорожного транспорта и строительства» имени Героя Советского Союза П.А. Половинко».

**Разработчик:** Н.И. Титаренко - руководитель физического воспитания высшей квалификационной категории ГБПОУ РО «БТЖТиС» им. Героя Советского Союза П.А. Половинко

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4-7
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8-14
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16-17

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 Физическая культура**

## **1.1. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура является частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело».

Программа учебной дисциплины может быть использована для получения общеучебных знаний при подготовке обучающихся на специальностях естественнонаучного профиля, в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке.

Учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС СПО по специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело».

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих, профессиональных компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.

ОК 11. Планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

Содержание программы дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура также направлено на формирование следующих личностных результатов:

<b>Личностные результаты реализации программы воспитания (Портрет выпускника)</b>	<b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b>
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	<b>ЛР 1</b>
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.	<b>ЛР 2</b>
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	<b>ЛР 3</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».	<b>ЛР 4</b>
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.	<b>ЛР 5</b>
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.	<b>ЛР 6</b>
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	<b>ЛР 7</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	<b>ЛР 8</b>
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	<b>ЛР 9</b>
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	<b>ЛР 10</b>
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.	<b>ЛР 11</b>
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со	<b>ЛР 12</b>

своими детьми и их финансового содержания.	
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности</b>	
Выполняющий профессиональные навыки в сфере <i>сервиса домашнего и коммунального хозяйства/гостиничного дела</i>	<b>ЛР 13</b>
Способный ставить перед собой цели под для решения возникающих профессиональных задач, подбирать способы решения и средства развития, в том числе с использованием информационных технологий;	<b>ЛР14</b>
Содействующий формированию положительного образа и поддержанию престижа своей профессии	<b>ЛР15</b>
Способный искать и находить необходимую информацию используя разнообразные технологии ее поиска, для решения возникающих в процессе производственной деятельности проблем при строительстве и эксплуатации объектов капитального строительства;	<b>ЛР 16</b>
Способный выдвигать альтернативные варианты действий с целью выработки новых оптимальных алгоритмов; позиционирующий себя в сети как результативный и привлекательный участник трудовых отношений.	<b>ЛР 17</b>
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектом Российской Федерации<sup>1</sup> (при наличии)</b>	
Выполняющий профессиональные навыки в сфере <i>сервиса домашнего и коммунального хозяйства/гостиничного дела</i> с учетом специфики субъекта Российской Федерации	<b>ЛР 18</b>
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями<sup>2</sup> (при наличии)</b>	
Выполняющий профессиональные навыки в сфере <i>сервиса домашнего и коммунального хозяйства/гостиничного дела</i>	<b>ЛР 19</b>
Выполняющий профессиональные навыки в сфере <i>сервиса домашнего и коммунального хозяйства/гостиничного дела</i> с учетом специфики субъекта Российской Федерации	<b>ЛР 20</b>
Гибко реагирующий на появление новых форм трудовой деятельности, готовый к их освоению	<b>ЛР 21</b>
Развивающий творческие способности, способный креативно мыслить	<b>ЛР 22</b>
Демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости	<b>ЛР 23</b>
Экономически активный, предприимчивый, готовый к самозанятости	<b>ЛР 24</b>
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда и профессий	<b>ЛР 25</b>

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ПК,	Умения	Знания
-------------	--------	--------

ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	о роли физической культуры в общекультурном профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.
---	---	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Объем учебной дисциплины</b>	<b>164</b>
в том числе в форме практической подготовки	-
<b>Самостоятельная учебная работа</b>	-
<b>Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b>	<b>164</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	
практические занятия	158
лабораторные занятия	-
<b>Промежуточная аттестация</b>	
-Зачет -Зачет -Зачет -Зачет -Дифференцированный зачет	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Объем часов по учебной дисциплине раздела, темы	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы (ПК, ОК)	Уровень освоения
1	2		3	5	6
Раздел.1 Легкая атлетика			19		2
	Содержание учебного материала				
	1	Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.	2	ОК.01 ОК.02 ОК.08	2
	2	Бег на короткие дистанции.	3	ОК.02 ОК.08	2
	3	Эстафетный бег 4x100.	3	ОК.02 ОК.08	2
	4	Эстафетный бег 4x400.	3	ОК.02 ОК.08	2
	5	Бег по прямой с разной скоростью.	2	ОК.02 ОК.08	2
	6	Бег на дистанции 2000м (девушки), 3000м (юноши).	3	ОК.02 ОК.08	2
	7	Прыжки в высоту способом «перешагивания»	3	ОК.02 ОК.08	2
	В том числе, практических занятий		-		-
	В том числе, лабораторных занятий		-	-	-
	В том числе, самостоятельная работа обучающихся		6		2
1	Упражнения на развитие скоростно - силовых качеств	2	ОК.02 ОК.08	2	
	2	Упражнения на развитие выносливости	2	ОК.02 ОК.08	2
	3	Упражнения на мышцы нижних конечностей	2	ОК.02 ОК.08	
Раздел 2. Гимнастика					
	Содержание учебного материала		13		2
	1	Упражнения для коррекции нарушения осанки. ОФП.	2	ОК.01 ОК.02	2



				ОК.08	
2	Висы и упоры	3	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2	
2	Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний.	3	ОК.02 ОК.08	2	
3	Упражнения у гимнастической стенки	1	ОК.02 ОК.08	2	
4	Комплекс упражнений (с предметами, без предметов). Упражнения у гимнастической стенки.	1	ОК.02 ОК.08	2	
5	Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики	3	ОК.01 ОК.02 ОК.08	2	
<b>В том числе, практических занятий</b>		-	-	-	
<b>В том числе, лабораторных занятий</b>		-	-	-	
<b>В том числе, самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>5</b>		2	
1	Составление комплекса общеразвивающих упражнений	2	ОК.01 ОК.02 ОК.08	2	
2	Упражнения на мышцы верхнего плечевого пояса	1	ОК.01 ОК.02 ОК.08	2	
3	Составления комплекса упражнений для профилактики профессионального заболевания.	1	ОК.01 ОК.02 ОК.08	2	
4	Комплекс производственной гимнастики.	1	ОК.01 ОК.02 ОК.08		
<b>Раздел 3. Спортивные игры</b>					
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>34</b>		2	
1	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	1	ОК.01 ОК.02 ОК.08 ОК.06	2	
2	Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	2		2	
3	Волейбол. Исходное положение (стойки), перемещения. Правила игры. Техника безопасности.	3	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2	
4	Волейбол. Передача мяча. Правила игры. Техника безопасности.	4	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2	
5	Волейбол. Подача мяча. Правила игры.	4	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2	
	Волейбол. Нападающий удар.	4	ОК.02 ОК.04	2	

				ОК.06 ОК.08	
	6	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро, спину.	4	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
	7	Волейбол. Блокирование мяча.	4	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
	8	Волейбол. Тактика игры в нападении.	4	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
	9	Волейбол. Тактика игры в защите.	4	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
	<b>В том числе, практических занятий</b>		-	-	-
	<b>В том числе, лабораторных занятий</b>		-	-	-
	<b>В том числе, самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>26</b>	-	-
	1	История игры. Упражнения на мышцы верхнего плечевого пояса.	4	ОК.02 ОК.08	2
	2	Техника безопасности. Правила игры	4	ОК.02 ОК.08	2
	3	Упражнения на развития качеств, необходимых для выполнения приемов игры в волейбол	12	ОК.02 ОК.08	2
	4	Упражнения на развитие прыгучести.	6	ОК.02 ОК.08	2
<b>Раздел 4. Легкая атлетика</b>					
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>20</b>		2
	1	Бег на короткие дистанции.	3	ОК.02 ОК.08	2
	2	Эстафетный бег 4x100.	3	ОК.02 ОК.08	2
	3	Эстафетный бег 4x400.	3	ОК.02 ОК.08	2
	4	Бег по прямой с разной скоростью.	3	ОК.02 ОК.08	2
	5	Бег на дистанции 2000м (девушки), 3000м (юноши).	4	ОК.02 ОК.08	2
	6	Прыжки в высоту способом «перешагивания».	4	ОК.02 ОК.08	2
	<b>В том числе, практических занятий</b>		-	-	-
	<b>В том числе, лабораторных занятий</b>		-	-	-
	<b>В том числе, самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>11</b>		2
	1	Упражнения на развитие скоростно - силовых качеств. Специальные	6	ОК.02 ОК.08	2

		упражнения бегуна			
	2	Упражнения на мышцы нижних конечностей	2	ОК.02 ОК.08	2
	3	Физические упражнения для воспитания выносливости	1	ОК.02 ОК.08	2
		Упражнения для развития прыгучести	2	ОК.02 ОК.08	2
<b>Раздел 5. Гимнастика</b>					
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>12</b>		2
	1	Упражнения для коррекции нарушения осанки. ОФП.	2	ОК.02 ОК.08	2
	2	Висы и упоры	2	ОК.02 ОК.08	2
	2	Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний.	3	ОК.02 ОК.08	2
	3	Упражнения у гимнастической стенки	2	ОК.02 ОК.08	2
	5	Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики	3	ОК.02 ОК.08	2
	<i>В том числе, практических занятий</i>		-	-	-
	<i>В том числе, лабораторных занятий</i>		-	-	-
	<i>В том числе, самостоятельная работа обучающихся</i>		<b>5</b>		2
	1	Первая помощь при травмах на занятиях физической культурой и спортом.	2	ОК.02 ОК.08	2
	2	Мышечная деятельность и функция органов пищеварения и обмена веществ	1	ОК.02 ОК.08	2
	3	Ходьба, бег, массаж и их значение для здоровья и долголетия человека	1	ОК.02 ОК.08	2
	4	Комплекс упражнений производственной гимнастики	1	ОК.02 ОК.08	
<b>Раздел 6. Спортивные игры</b>					
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>36</b>		2
	1	Волейбол. Исходное положение (стойки), перемещения. Правила игры. Техника безопасности.	2	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
	2	Волейбол. Передача мяча. Правила игры. Техника безопасности.	3	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
	3	Волейбол. Подача мяча. Правила игры.	3	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
	4	Волейбол. Нападающий удар.		ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
	5	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с	3	ОК.02 ОК.04	2

		последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро, спину.		ОК.06 ОК.08	
6		Волейбол. Блокирование мяча.	3	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
7		Волейбол. Тактика игры в нападении.	4	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
8		Волейбол. Тактика игры в защите.	4	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
9		Баскетбол. Ловля и передача мяча, ведение. Правила игры. Техника безопасности.	2	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
10		Баскетбол. Броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком)	3	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
11		Баскетбол. Вырывание и выбивание (приемы овладения мячом)	2	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
12		Баскетбол. Прием техники защиты – перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание. Игра по упрощенным правилам.	2	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
13		Баскетбол. Тактика игры в нападении. Игра по правилам.	2	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
14		Баскетбол. Тактика игры в защите. Игра по правилам.	3	ОК.02 ОК.04 ОК.06 ОК.08	2
		<b>В том числе, практических занятий</b>	-	-	-
		<b>В том числе, лабораторных занятий</b>	-	-	-
		<b>В том числе, самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>22</b>		2
1		Упражнения на мышцы верхнего плечевого пояса.	1	ОК.02 ОК.08	2
2		Техника безопасности. Правила игры в/б	3	ОК.02 ОК.08	2
3		Упражнения на развития качеств, необходимых для выполнения приемов игры в в/б	7	ОК.02 ОК.08	2
4		Упражнения на развитие прыгучести	4	ОК.02 ОК.08	2
5		Техника безопасности. Правила игры б/б	3	ОК.02 ОК.08	
6		Упражнения на развития качеств, необходимых для выполнения приемов игры в б/б	4	ОК.02 ОК.08	
<b>Раздел 7. Легкая атлетика</b>					

	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>20</b>		2
	1 Бег на короткие дистанции.	3	ОК.02 ОК.08	2
	2 Эстафетный бег 4х100.	3	ОК.02 ОК.08	2
	3 Эстафетный бег 4х400.	3	ОК.02 ОК.08	2
	4 Бег по прямой с разной скоростью.	3	ОК.02 ОК.08	2
	5 Бег на дистанции 2000м (девушки), 3000м (юноши).	4	ОК.02 ОК.08	2
	6 Прыжки в высоту способом «перешагивания»	4	ОК.02 ОК.08	2
	<i><b>В том числе, практических занятий</b></i>	-	-	-
	<i><b>В том числе, лабораторных занятий</b></i>	-	-	-
	<i><b>В том числе, самостоятельная работа обучающихся</b></i>	<b>4</b>		2
	1 Упражнения на развитие скоростно - силовых качеств. Специальные упражнения бегуна	1	ОК.01 ОК.02 ОК.08	2
	2 Упражнения для развития скоростных качеств. Упражнения на мышцы нижних конечностей	1	ОК.01 ОК.02 ОК.08	2
	3 Физические упражнения для воспитания выносливости	1	ОК.01 ОК.02 ОК.08	2
	4 Упражнения для развития прыгучести. Комплекс упражнений на мышцы нижних конечностей	1	ОК.02 ОК.08	2
<b>Раздел 8. Гимнастика</b>		<b>10</b>		2
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1 Упражнения для коррекции нарушения осанки. ОФП.	1	ОК.02 ОК.08	2
	2 Висы и упоры	2	ОК.02 ОК.08 ОК.04	2
	3 Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний.	2	ОК.02 ОК.08	2
	4 Упражнения у гимнастической стенки	1	ОК.02 ОК.08	2
	5 Комплекс упражнений (с предметами, без предметов). Упражнения у гимнастической стенки.	2	ОК.02 ОК.08	2
	6 Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики	2	ОК.02 ОК.08	2
	<i><b>В том числе, практических занятий</b></i>	-	-	-
	<i><b>В том числе, лабораторных занятий</b></i>	-	-	-

		<i><b>В том числе, самостоятельная работа обучающихся</b></i>	<b>5</b>		2
	1	Составление комплекса общеразвивающих упражнений	1	ОК.02 ОК.08	2
	2	Упражнения на мышцы верхнего плечевого пояса	1	ОК.02 ОК.08	2
	3	Составления комплекса упражнений для профилактики профессионального заболевания.	1	ОК.02 ОК.08	2
	4	Комплекс производственной гимнастики.	2	ОК.02 ОК.08	2
<b>Дифференцированный зачёт</b>					
		<b>Всего</b>	<b>164</b>		

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1.** Реализация программы предполагает наличие спортивного и тренажерного залов.

**Залы:**

- спортивный зал;
- открытая спортивные площадка;
- помещение для хранения спортивного инвентаря и др.

**Оборудование и инвентарь спортивного зала:**

- стенка гимнастическая; гимнастические скамейки маты гимнастические, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, скакалки, палки гимнастические, гири 16, 24, 32 кг,
- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита на волейбольные стойки, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи.
- открытая спортивные площадка:
- турник уличный, стойки баскетбольные, щиты баскетбольные.

**Технические средства обучения:**

- компьютер;
- мультимедийный проектор;

### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

#### **3.2.1. Печатные издания**

1. Бишаева А.А. Физическая культура/А.А. Бишаева. — М., Академия, 2022.

#### **3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)**

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: <http://minstm.gov.ru>
2. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru)

#### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Литош Н.Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии: Издательство Юрайт, 2022г. (Профессиональное образование)
2. Самостоятельная работа студента по физической культуре: учебное пособие для СПО/В.Л. Кондаков; под редакцией- Москва: издательство Юрайт, 2022г

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки <i>Характеристики демонстрируемых знаний, которые могут быть проверены</i>	Методы оценки <i>Какими процедурами производится оценка</i>
<b>студент должен знать:</b> о роли физической культуры в общекультурном профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни;	<p>Знание основ здорового образа жизни; умение правильно извлекать и применять нужную информацию.</p> <p>Знание, понимание и демонстрация техники выполнения физических упражнений и технических приемов, изучаемых видов спорта; применение теоретических знаний для выполнения методико- практической деятельности обучающегося; выполнение практических заданий, контрольных упражнений и тестов.</p> <p>Оценка «<i>отлично</i>» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач; оценка «<i>хорошо</i>» выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения; оценка «<i>удовлетворительно</i>» выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач; оценка «<i>неудовлетворительно</i>» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.</p>	<p>Тестирование, письменные и устные формы опроса</p> <p>Оценка выполнения практических работ.</p> <p>Оценка выполнения самостоятельной работы</p> <p>Оценка решений ситуационных задач</p> <p>Оценка выполнения реферативных работ</p> <p>Оценка выполнения проектных работ, учебных исследований</p>
<b>студент должен уметь:</b> использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья; достижения жизненных и профессиональных целей.	<p>Соблюдение правил техники безопасности при занятиях физкультурно- оздоровительной деятельностью;</p> <p>Знание, понимание и демонстрация техники выполнения физических упражнений и технических приемов, изучаемых видов спорта; применение теоретических знаний для выполнения методико- практической</p>	<p>Тестирование, письменные и устные формы опроса</p> <p>Оценка выполнения практических работ.</p> <p>Оценка выполнения самостоятельной работы</p> <p>Фронтальный и индивидуальный опрос. опрос;</p>



	<p>деятельности обучающегося; выполнение практических заданий, контрольных упражнений и тестов.»</p>	<p>педагогическое наблюдение; выполнение практических заданий; контрольных тестов и заданий. Оценка теоретической подготовленности, методико-практической деятельности, физической подготовленности по результатам выполнения контрольных упражнений. Промежуточная аттестация.</p>
--	--	---