

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Луганский государственный университет имени Владимира Даля»**

Колледж

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины**

СГ.04 Физическая культура

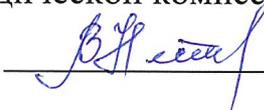
специальность 15.02.16 Технология машиностроения

Рассмотрено и согласовано методической комиссией
физической культуры

Протокол № 1 от «29» августа 2024 г.

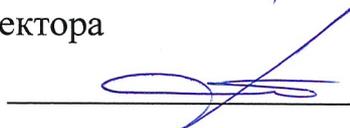
Разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 15.02.16 Технология машиностроения, утвержденного Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 14.06.2022г. № 444, зарегистрированного в Министерстве юстиции Российской Федерации 06.07.2022, регистрационный № 69122, примерной основной образовательной программы по специальности 15.02.16 Технология машиностроения

Председатель методической комиссии



Нестеров Валерий Павлович

Заместитель директора



Захаров Владимир Викторович

Составитель(и): Нестеров Валерий Павлович, преподаватель Колледжа
ФГБОУ ВО «ЛГУ им. В. Даля»

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20__ / 20__ учебный год

Протокол № __ заседания МК от «__» _____ 20__ г.

Председатель МК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20__ / 20__ учебный год

Протокол № __ заседания МК от «__» _____ 20__ г.

Председатель МК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20__ / 20__ учебный год

Протокол № __ заседания МК от «__» _____ 20__ г.

Председатель МК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20__ / 20__ учебный год

Протокол № __ заседания МК от «__» _____ 20__ г.

Председатель МК _____

СОДЕРЖАНИЕ

| | стр. |
|---|------|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 4 |
| 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИЦИПЛИНЫ | 5 |
| 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 6 |
| 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 14 |
| 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 16 |

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ-04 Физическая культура

1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины (далее – рабочая программа) является обязательной частью общепрофессионального цикла программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППСЗ) в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 15.02.16 Технология машиностроения.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в профессиональном обучении и дополнительном профессиональном образовании.

1.2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

уметь :

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- выполнять комплексы упражнений на развитие выносливости, равновесия, быстроты, скоростно-силовых качеств, координации движений

знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни

1.3. Использование часов вариативной части ППСЗ:

Использование часов вариативной части не предусмотрено.

| № п/п | Дополнительные профессиональные компетенции | Дополнительные знания, умения | №, наименование темы | Количество часов | Обоснование включения в программу |
|-------|---|-------------------------------|----------------------|------------------|-----------------------------------|
| 1. | | | | | |
| 2. | | | | | |

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:
 объем образовательной нагрузки обучающихся – 180 часа, включая:
 учебную нагрузку обучающихся во взаимодействии с преподавателем – 180
 часа

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Код | Наименование результата обучения |
|-------|---|
| ОК 01 | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам |
| ОК 03 | Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях. |
| ОК 04 | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде |
| ОК 05 | Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста |
| ОК 08 | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. |

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Тематический план учебной дисциплины СГ-04 Физическая культура

| Коды компетенций | Наименование разделов, тем | Всего часов | Объем времени, отведенный на освоение учебной дисциплины | | | | | |
|--|----------------------------|-------------|---|--|---------------------------------|--------------------------------|--------------|--------------------------|
| | | | Учебная нагрузка обучающихся во взаимодействии с преподавателем | | | Самостоятельная учебная работа | консультации | Промежуточная аттестация |
| | | | Теоретическое обучение, часов | Лабораторные и практические занятия, часов | Курсовая работа (проект), часов | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| ОК 01 | Легкая атлетика | 38 | 4 | 34 | | | | |
| ОК 03 | Волейбол | 62 | 4 | 58 | | | | |
| ОК 04 | Силовая подготовка | 26 | 4 | 22 | | | | |
| ОК 05 | Баскетбол | 40 | 4 | 36 | | | | |
| ОК 08 | Туризм | 12 | 4 | 8 | | | | |
| Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет | | 2 | - | 2 | - | | - | - |
| Всего часов: | | 180 | 20 | 160 | | | | - |

3.2. Содержание обучения по учебной дисциплине **СГ.04 Физическая культура**

| Наименование разделов и тем | № занятия | Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся II курс I семестр | Объем часов |
|-----------------------------|-----------|--|-------------|
| Раздел 1.Введение | 1 | Лекция: Физическая культура и система физического воспитания в высших учебных заведениях. | 2 |
| Раздел 2..Л/атлетика | 2 | Личная гигиена. Виды легкой атлетики. Техника бега на короткие и средние дистанции. Упражнения развития скорости. Игра. | 2 |
| | 3 | Правила спортивных соревнований по легкой атлетике. Техника бега на короткие дистанции. Упражнения на выносливость. Игра. | 2 |
| | 4 | Правила спортивных соревнований по легкой атлетике. Техника бега на короткие дистанции. Упражнения на выносливость. Игра. | 2 |
| | 5 | Зачет – бег 30-60 м. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Прыжки в длину с места. Упражнения на развития силы. Игра. | 2 |
| | 6 | Зачет – бег 100 м. Техника прыжка в длину с места. Упражнения на развития скоростно-силовых качеств. Игра. | 2 |
| | 7 | Зачет – прыжки в длину с места. Изучение техники бега на средние дистанции. Упражнения на развитие выносливости. Игра. | 2 |
| | 8 | Изучение техники бега на средние дистанции. Прыжки в длину с места. Упражнения на развитие выносливости. Игра. | 2 |
| Раздел 3.Волейбол | 9 | Правила соревнований. Изучение техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Нижняя прямая подача. Развитие силы. Игра. | 2 |
| | 10 | Изучение техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Изучение техники подачи. Развитие силы. Игра. | 2 |
| | 11 | Изучение техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Изучение техники подачи. Развитие силы. Игра. | 2 |
| | 12 | Зачёт – передача мяча сверху двумя руками. Изучение техники подачи мяча сверху и снизу. Развитие выносливости. Игра. | 2 |

| | | | | |
|----------------------------|----|--|--|---|
| | 13 | | Зачёт – передача мяча снизу двумя руками. Изучение техники подачи мяча сверху и снизу. Развитие выносливости. Игра. | 2 |
| | 14 | | Изучение техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Изучение техники верхней прямой подачи. Игра. | 2 |
| | 15 | | Зачёт – верхняя прямая подача. Изучение техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Развитие силы. Игра. | 2 |
| | 16 | | Изучение техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Изучение техники верхней прямой подачи. Игра. | 2 |
| II курс II семестр | | | | |
| Раздел 1. Лекция | 1 | | Лекция: Физическая культура и спорт в системе общечеловеческих ценностей, обеспечение здоровья и жизнедеятельности. | 2 |
| Раздел 2. Атлетизм | 2 | | Упражнения на тренажерах. Развитие силы и ловкости. Упражнения в равновесии. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| | 3 | | Упражнения на тренажерах. Силовые упражнения на перекладине. Упражнения с гантелями и штангой. Наклоны и повороты туловища с нагрузкой. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| | 4 | | Зачет – подтягивание на перекладине. Упражнения на тренажерах. Силовые упражнения. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| | 5 | | Зачет – пресс за 1 минуту. Упражнения на тренажерах. Упражнения в равновесии. Развития силы. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| | 6 | | Зачет – упражнения на гибкость. Упражнения на тренажерах. Упражнения с гантелями и штангой. Наклоны и повороты туловища с нагрузкой. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| Раздел 3. Баскетбол | 7 | | Место занятий, спорт. инвентарь. Правила соревнования. . Спортивная площадка. Ведение мяча, передача, двойной шаг. Упражнения ОФП. Игра. | 2 |
| | 8 | | Ведение мяча со сменой направления. Передача мяча, броски мяча после ведения. Штрафной бросок. Игра. | 2 |

| | | | | |
|---------------------------|----|--|---|---|
| | 9 | | Зачет – передача мяча на скорость. Ведение мяча. Ловля и передача мяча. Штрафной бросок. Бросок после ведения и двойного шага. Игра. | 2 |
| | 10 | | Зачёт - 4×9 ведение мяча на скорость правой и левой рукой. Штрафной бросок. Броски после ведения и двойного шага. Игра. | 2 |
| | 11 | | Ведение мяча со сменой направления. Передача мяча. Бросок после ведения. Двойной шаг. Игра. | 2 |
| | 12 | | Ведение мяча со сменой направления. Передача мяча. Бросок после ведения. Двойной шаг. Игра. | 2 |
| | 13 | | Зачет – бросок после ведения и двойного шага. Броски мяча с места и в движении. Игра. | 2 |
| | 14 | | Зачет – штрафной бросок. Броски с различных расстояний, с места и в движении. Игра. | 2 |
| | 15 | | Штрафной бросок. Броски с различных расстояний, с места и в движении. Игра. | 2 |
| Раздел 6. Туризм | 16 | | История развития туризма. Экология и туризм. Подготовка к походу. Распределение обязанностей в группе. | 2 |
| | 17 | | Техника безопасности при передвижении по местности. Первая медицинская помощь при несчастных случаях в походе. | 2 |
| | 18 | | Виды костров. Меры безопасности при разведении костра. Приготовление пищи. Навыки элементов техники туризма. | 2 |
| III курс I семестр | | | | |
| Тема 1. Введение | 1 | | Лекция: Основы рационального питания при различных видах и условиях труда. | 2 |
| | 2 | | Оздоровительное значение легкой атлетики. Правила соревнований. Предотвращение травматизма. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Игра. | 2 |

| | | | |
|---------------------------|----|---|---|
| Тема 2. Л/атлетика | 3 | Правила спортивных соревнований по легкой атлетике. Бег на короткие дистанции. Упражнения на выносливость. Игра. | 2 |
| | 4 | Зачет – бег 60 м. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Упражнения на развития силы. Игра. | 2 |
| | 5 | Зачет – бег 100 м. Прыжки в длину с места. Упражнения на развития скоростно силовых качеств. Игра. | 2 |
| | 6 | Зачет – прыжки в длину с места. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Упражнения на развитие выносливости. | 2 |
| | 7 | Зачет – прыжки в длину с места. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Упражнения на развитие выносливости. | 2 |
| | 8 | Совершенствование техники бега на средние дистанции. Упражнения на развитие выносливости. Игра. | 2 |
| Тема 3. Волейбол | 9 | Правила соревнований. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Нижняя прямая подача. Развитие выносливости. Игра. | 2 |
| | 10 | Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Совершенствование техники подачи. Развитие выносливости. Игра. | 2 |
| | 11 | Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Совершенствование техники подачи. Развитие выносливости. Игра. | 2 |
| | 12 | Зачёт – передача мяча сверху двумя руками. Совершенствование техники подачи мяча. Развитие скоростно – силовых качеств. Игра. | 2 |
| | 13 | Зачёт – передача мяча снизу двумя руками. Совершенствование техники подачи мяча. Развитие скоростно – силовых качеств. Игра. | 2 |
| | 14 | Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Совершенствование техники верхней прямой подачи. Игра. | 2 |
| | 15 | Зачёт – верхняя прямая подача. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Развитие силы. Игра. | 2 |

| | | | | |
|--|----|--|--|---|
| | 16 | | Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Совершенствование техники верхней прямой подачи. Игра. | 2 |
|--|----|--|--|---|

| III курс II семестр | | | | |
|----------------------------|----|--|--|---|
| Тема 1. Лекция | 1 | | Олимпийское движение. | 2 |
| Тема 2. Атлетизм | 2 | | Упражнения на тренажерах. Развитие силы и ловкости. Упражнения ОФП. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| | 3 | | Упражнения на тренажерах. Силовые упражнения на перекладине. Упражнения с гантелями и штангой. Наклоны и повороты туловища с нагрузкой. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| | 4 | | Зачет – подтягивание на перекладине. Упражнения на тренажерах. Силовые упражнения. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| | 5 | | Зачет – сгибание разгибание рук в упоре лежа. Упражнения на тренажерах. Упражнения в равновесии. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| | 6 | | Зачет – упражнения на гибкость. Упражнения на тренажерах. Упражнения с гантелями и штангой. Наклоны и повороты туловища с нагрузкой. Спортивные и подвижные игры. | 2 |
| Тема 3. Баскетбол | 7 | | Правила соревнования. Ведение мяча, передача, двойной шаг. Упражнения ОФП. Игра. | |
| | 8 | | Ведение мяча. Совершенствование техники ведения мяча. Ловля и передача мяча. Броски мяча после ведения. Игра. | 2 |
| | 9 | | Зачёт – ведение мяча правой и левой рукой. Ловля и передача мяча. Штрафной бросок. Игра. | 2 |
| | 10 | | Совершенствование техники ведения мяча, ловли и передачи мяча. Штрафной бросок. Совершенствование техники двойного шага. Игра. | 2 |
| | 11 | | Зачёт – передача мяча на скорость. Совершенствование техники штрафного броска. Техника двойного шага. Игра. | 2 |

| | | | | |
|--|----|--|---|---|
| | 12 | | Ловля и передача мяча. Штрафной бросок. Бросок после ведения и двойного шага. Игра. | 2 |
| | 13 | | Зачёт - 4×9 ведение мяча на скорость правой и левой рукой. Штрафной бросок. Броски после ведения и двойного шага. Игра. | 2 |
| | 14 | | Зачёт – штрафной бросок. Броски мяча с различных расстояний с места в движении. Игра. Зачёт – штрафной бросок. Броски мяча с различных расстояний с места в движении. Игра. Зачёт – штрафной бросок. Броски мяча с различных расстояний с места в движении. Игра. | 2 |
| | 15 | | Штрафной бросок. Броски мяча с различных расстояний с места в движении. Игра. | 2 |
| | | | | |

IV курс I семестр

| | | | | |
|-----------------------------|---|--|--|---|
| Тема 1. Введение | 1 | | Физическая культура. Физическое совершенствование и здоровый образ жизни в разный возрастной период. | 2 |
| Тема 2. Л/атлетика | 2 | | Оздоровительное значение легкой атлетики. Правила соревнований. Предотвращение травматизма. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Спортивные игры. | 2 |
| | 3 | | Бег на короткие дистанции. Упражнения на выносливость. Спортивные игры. | 2 |
| | 4 | | Зачет – бег 30 м. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Упражнения на развития силы. Спортивные игры. | 2 |
| | 5 | | Зачет – бег 60 м. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Упражнения на развития силы. Спортивные игры. | 2 |
| | 6 | | Зачет – бег 100 м. Упражнения на развития скоростно-силовых качеств. Спортивная игра. | 2 |

| | | | |
|-------------------------|----|---|---|
| Тема 3. Волейбол | 7 | Развитие и современное состояние волейбола. Правила соревнований. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Развитие выносливости. Учебная игра. | 2 |
| | 8 | Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Совершенствование техники подачи. Развитие выносливости. Учебная игра. | 2 |
| | 9 | Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Совершенствование техники подачи. Развитие выносливости. Учебная игра. | 2 |
| | 10 | Зачёт – передача мяча сверху двумя руками. Совершенствование техники подачи мяча. Развитие скоростно – силовых качеств. Игра. | 2 |
| | 11 | Совершенствование техники верхней прямой подачи. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Игра. | 2 |
| | 12 | Зачёт – передача мяча снизу. Совершенствование техники подачи мяча. Развитие скоростно – силовых качеств. Игра. | 2 |
| | 13 | Совершенствование техники верхней прямой подачи. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Игра. | 2 |
| | 14 | Совершенствование техники верхней прямой и нижней подачи. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Игра. | 2 |
| | 15 | Зачет – нижняя подача. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Игра. | 2 |
| | 16 | Совершенствование техники верхней прямой и нижней подачи. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Игра. | 2 |
| | 17 | Зачёт – подача мяча сверху. Техника подачи мяча снизу и сверху. Развитие силы. Игра | 2 |
| | 18 | Дифференцированный зачет | 2 |

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины предполагает наличие спортивного зала, тренажерного зала, спортивных площадок.

Оборудование: гимнастические стенки, гимнастические скамейки, баскетбольные щиты, волейбольная сетка, тренажеры, теннисные столы, маты, палатки, шахматы, шашки, мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные и др.) и другое спортивное оборудование.

Наглядные пособия (карточки, стенд учебных нормативов, лекционный материал, рефераты и др.)

4.2. Общие требования к организации образовательной деятельности

Освоение обучающимися учебной дисциплины может проходить в условиях созданной образовательной среды как в образовательной организации (учреждении), так и в организациях, соответствующих профилю учебной дисциплины.

Преподавание учебной дисциплины должно носить практическую направленность. В процессе практических и теоретических занятий обучающиеся закрепляют и углубляют знания, приобретают необходимые профессиональные умения и навыки.

Практические занятия должны проводиться в спортивном зале, на спортивных площадках, тренажерном зале.

Текущий контроль обучения и промежуточная аттестация должны складываться из следующих компонентов:

текущий контроль: сдача учебных нормативов, опрос.

промежуточная аттестация: дифференцированный зачет.

4.3 Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих реализацию ППССЗ: ППССЗ по специальности должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой учебной дисциплины. Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для

преподавателей, отвечающих за освоение обучающимся профессионального учебного цикла. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года.

| | |
|--------------------------------------|---|
| Фамилия, имя, отчество преподавателя | Нестеров Валерий Павлович |
| Образование | высшее, специалист, Львовский Государственный Институт физической культуры, 04.07.1979 Г-П №242057, преподаватель физического воспитания. |
| Курсы повышения квалификации | Для преподавателей физической культуры, 10/1716, 11.05.2024, ФГБОУ ВО Луганский Государственный Педагогический Университет «Инновационные методы и технологии обучения физической культуры в соответствии с ФГОС» |
| Категория, педагогическое звание | высшая, преподаватель |

4.4 Информационное обеспечение обучения (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы).

Основные печатные издания

1. Бишаева А.А. Физическая культура. – Москва: Академия, 2020. – 320 с.

Основные электронные издания

1. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования /Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475342> (дата обращения: 31.10.2021).

2. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст: электронный//Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471143> (дата обращения: 31.10.2021).

3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный//Образовательная платформа Юрайт [сайт]. —

URL: <https://urait.ru/bcode/469681> (дата обращения: 31.10.2021).

Дополнительные источники

1. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : учебное пособие для среднего профессионального

образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10352-6. — Текст : электронный// Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475601> (дата обращения: 31.10.2021).

2. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12100-1. — Текст: электронный//Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475739> (дата обращения: 31.10.2021).

3. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 793 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10350-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475600> (дата обращения: 31.10.2021).

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем при проведении практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

| Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) | Коды формируемых профессиональных и общих компетенций | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|--|--|---|
| Уметь: | | |
| использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; | ОК 4,8 | Оценка выполнения практических заданий Оценка выполнения индивидуальных заданий, Оценка выполнения нормативов |

| | | |
|---|--------|-------------------------------------|
| Знать: | | |
| о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; | ОК 4,8 | Беседа, устный опрос, тестирование. |