

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СЕРТИФИКАТ 6с09с07600000000098с

ВЛАДЕЛЕЦ ТРИКУЛИЧ ТАТЬЯНА АНАТОЛЬЕВНА

ДЕЙСТВИТЕЛЕН с 16.07.2025 г. по 9 сентября 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Государственного бюджетного
профессионального образовательного
учреждения города Москвы "Московский
музыкально-педагогический колледж"



Т.А.Трикулич

30 апреля 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебного предмета ОУП.12 Физическая культура

**Код и наименование специальности 51.02.02 Социально-культурная
деятельность (по видам)**

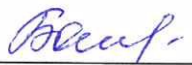
Москва, 2025

ОДОБРЕНО
ПЦК учителей гуманитарного цикла

Протокол № 4 от 24.04.2025 г.

Председатель ПЦК 
В.А.Саушкина

СОГЛАСОВАНО
Руководитель структурного
подразделения

 Е.Г.Баскова

30.04.2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
воспитательной работе ГБПОУ
г.Москвы ММПК

 Т.Н.Анурова

30.04.2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по учебной
работе ГБПОУ г.Москвы ММПК

 Л.А.Смирнова

30.04.2025 г.

Основание: Рабочая программа учебного предмета **ОУП.12 Физическая культура** разработана на основе требований среднего общего образования в соответствии с Методическими рекомендациями по реализации среднего общего образования в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования (утв. Министерством просвещения РФ 14 апреля 2021г.)

Составитель (автор):

Крыгина Ольга Ивановна, преподаватель ГБПОУ г. Москвы ММПК

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность

СОДЕРЖАНИЕ

1.Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины	4
1.1.Область применения программы	4
1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	4
1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	5
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	5
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины	6
3. Условия реализации программы учебной дисциплины	15
3.1. Материально-техническое обеспечение	15
3.2. Информационное обеспечение обучения	16
3.3.Организация образовательного процесса	16
3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса	16
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	16

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1 Область применения дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 51.02.02 Социально-культурная деятельность (по видам) Вид: Организация и постановка культурно-массовых мероприятий и театрализованных представлений.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Рабочая программа учебной дисциплины относится к профессиональной подготовке обучающихся и включена в социально-гуманитарный учебный цикл образовательной программы, взаимосвязана с программами учебных дисциплин «Биология», «Математика», профессионального модуля «Организация и постановка культурно-массовых мероприятий и театрализованных представлений».

1.3. Цель и планируемые результаты освоения

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 04, ОК 08.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ОК	Умения	Знания
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	- 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 для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; - 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
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности - использовать теоретические сведения о личности и межличностных отношениях; - разрешать конфликтные ситуации и способствовать их предотвращению	- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; - особенности профессиональной этики; - роль этики в повышении эффективности культурно-досуговой организации

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной	- 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
поддержания необходимого уровня физической подготовленности	специальности.	

Реализация воспитательных аспектов в процессе учебных занятий

На занятиях используются воспитательные возможности содержания учебной дисциплины через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе: уроки	74
Промежуточная аттестация в форме зачета	по 2 часа

Порядок, формы, периодичность текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак.ч / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч
1	2	3
Раздел 1. Физическая культура и формирование ЗОЖ		
1.1. Здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	12
	1. Здоровье населения России. Факторы риска и их влияние на здоровье. Современная концепция здоровья и здорового образа жизни. Мотивация ЗОЖ. Критерии эффективности здорового образа жизни. его основные методы, показатели и критерии оценки, использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб. Организм, среда, адаптация. Культура питания. Возрастная физиология. Организация жизнедеятельности, адекватная биоритмам. Культура здоровья и вредные пристрастия. Сексуальная культура – ключевой фактор психического и физического благополучия обучающегося. Культура психического здоровья. Оптимизация умственной работоспособности обучающегося в образовательном процессе. Средства физической культуры в регуляции работоспособности. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ. Особенности организации физического воспитания в образовательном учреждении (валеологическая и профессиональная направленность). Цели и задачи физической культуры	
Раздел 2. Легкая атлетика		12
Тема 2.1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной	Содержание учебного материала	2
	Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие №1. Биомеханические основы	

ходьбы	техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения	
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега	Содержание учебного материала	2
	Совершенствованиетехникидлительногобега: старт, бег по дистанции, прохождение поворотов (работа рук, стопы), финишный бросок.. Техника бега на средние и длинные дистанции; старт, бег по дистанции, прохождение поворотов (работа рук, стопы), финишный бросок. Длительный кросс до 15-20 минут	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 2. Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут	
Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	Содержание учебного материала:	2
	Техника разбега, отталкивание, полет, приземление; способыпрыжковвдлину:("согнувноги", "прогнувшись", "ножницы"). Специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, 167аховые упражнения для рук и ног), ОФП	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 3. Специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, 167аховые упражнения для рук и ног), ОФП	
Тема 2.4. Эстафетныйбег 4х100. Челночный бег.	Содержание учебного материала:	2
	Техника передачи эстафетной палочки, специальные упражнения бегуна, оздоровительный бег	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 4. Выполнение эстафетного бега 4х100, челночного бега	
Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках	Содержание учебного материала:	4
	Выполнение контрольных нормативов в беге 30 м, 60м, 100 м, 400 м, 500 м (д), 1000 м (ю), 2000 м (д), 3000 м(ю); прыжок в длину с места, с разбега способом "согнув ноги", бег на выносливость (по семестрам)	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 5. Выполнение контрольных нормативов в беге, прыжок в длину с места, с разбега	

	способом "согнув ноги", бег на выносливость (посеместрам)	
Раздел 3. Волейбол		10
Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	Содержание учебного материала	1
	Совершенствование техники перемещения и стойки игрока: передвижение, ходьба, прыжки (стойка игрока, работа рук и ног во время перемещений, остановок; основная стойка, перемещение вперед, назад, вправо, влево). Комплекс упражнений по ОФП. Перемещение по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 6. Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП	
Тема 3.2. Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП	Содержание учебного материала	1
	Совершенствование техники, приемов и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. Приемы и передачи мяча в парах. Обучение перекатам в сторону на бедро и спину, блокирование игрока с мячом. Комплекс упражнений по ОФП.	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 7. Выполнение комплекса упражнений по ОФП	
Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	Содержание учебного материала	1
	Совершенствование техники, приемов и передачи мяча снизу и сверху двумя руками, подача по зонам. ОФП	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 8. Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног	
Тема 3.4. Верхняя прямая подача. ОФП	Содержание учебного материала	1
	Совершенствование техники верхней прямой подачи (стойка, работа рук и ног). Комплексы упражнений по ОФП	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 9. Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног	
Тема 3.5.	Содержание учебного материала	2

Тактика игры в защите и нападении	Совершенствование тактики игры в защите и нападении (подача в зону, нападающий удар, блокирование игрока с мячом); знать тактику игры в защите и нападении; знать технику игры; знать правила судейства; выполнять приемы передач мяча; выполнять нижнюю прямую и боковую, верхнюю прямую подачи; участвовать в судействе соревнований	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 10. Отработка тактики игры, выполнение приёмов передачи мяча	
Тема 3.6. Основы методики судейства	Содержание учебного материала	3
	Основы методики судейства по избранному виду спорта. Техника и тактика игры. Практика судейства. Судейство в волейболе; правила соревнований; судьи, бригада судей; жесты судей; техника и тактика игры	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 11. Отработка навыков судейства в волейболе	
Тема 3.7. Контроль выполнения тестов по волейболу	Содержание учебного материала	1
	Передача мяча в парах сверху, снизу; передача в парах через сетку; подача на результат; подача по зонам.	
	Игра по упрощённым правилам волейбола. Игра по правилам (по семестрам)	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 12. Выполнение передачи мяча в парах	
	Практическое занятие № 13. Игра по упрощённым правилам волейбола	
	Практическое занятие № 14. Игра по правилам (по семестрам)	
	Зачет	2
Раздел 4. Баскетбол		12
Тема 4.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	Содержание учебного материала	2
	Совершенствование техники перемещения и стойки игрока: передвижение, ходьба, прыжки, остановки, повороты (стойка игрока, работа рук и ног во время перемещений, остановок). Комплексы упражнений по ОФП.	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 15. Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног	

Тема 4.2. Передачимяча. ОФП	Содержание учебного материала	2
	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди; передача мяча двумя руками сверху; передача мяча двумя руками снизу; передача мяча одной рукой от плеча; передача одной рукой от головы или сверху; передача одной рукой "крюком"; передача одной рукой снизу; передача одной рукой сбоку. Скрытая передача мяча за спиной. Выполнение упражнений на месте и в движении. Комплексы упражнений по ОФП	
	В том числе практических занятий Практическое занятие № 16. Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнения для развития верхнего плечевого пояса.	
Тема 4.3. Ведение мяча; броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком). ОФП	Содержание учебного материала	2
	Ведение с высоким и низким отскоком; со зрительным и без зрительного контроля; обводка соперника с изменением высоты отскока; с изменением направления, с изменением скорости; с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину после ведения, броски с места, прыжком. ОФП	
	В том числе практических занятий Практическое занятие № 17. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса	
Тема 4.4. Техника штрафных бросков. ОФП	Содержание учебного материала	2
	Совершенствование техники штрафных бросков: подготовка к броску; бросок (техника работы рук и ног). ОФП	
	В том числе практических занятий Практическое занятие № 18. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног	
Тема 4.5. Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам	Содержание учебного материала Техника защиты: техника передвижений (ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты). Техника овладения мячом и противодействие (выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока). Тактика нападения: индивидуальные (действия игрока с мячом и без мяча), групповые (взаимодействие двух и трех игроков), командные действия (позиционное и	2

	стремительное нападение)	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 19. Игра по упрощенным правилам баскетбола	
	Практическое занятие № 20. Игра по правилам	
Тема 4.6. Практика судейства в баскетболе	Содержание учебного материала Основы методики судейства по избранному виду спорта. Правила соревнований. Техника и тактика игры. Судейство соревнований по баскетболу: техника и тактика игры; правила судейства; игра по упрощенным правилам, по правилам; изучение литературы по технике и правилам игры в баскетбол В том числе практических занятий Практическое занятие № 21. Практика в судействе соревнований по баскетболу Практическое занятие № 22. Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой составов в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная "дорожка"(простейшие элементы баскетбола)	2
Раздел 5. Гимнастика. ППФП		14
Тема 5.1. Строевые приемы	Содержание учебного материала Строевые приемы. Построение и перестроение. Размыкание и смыкание. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. "Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", "Вольно!", "Отставить!", "Правой (левой) – вольно!". "По порядку – Рассчитайся!" и др. Повороты на месте. Обход. Противоход. Змейка. Противобоходы. Диагональ. Передвижения по точкам зала. Перестроения из одной шеренги в две. Перестроения из одной шеренги и три. Перестроения из колонны по одному в колонны по два (три). Перестроения из шеренги уступом. Перестроения из одной колонны в три уступом. Перестроения из шеренги в колонну захождением отделений плечом. Перестроения из колонны по одному в колонну по два (три и т.д.) поворотом в движении. Перестроения из колонны по одному в колонну по два, четыре, восемь с делением сведением. Перестроения из колонны в круг. Перестроения из одного круга в два В том числе практических занятий	3

	Практическое занятие № 23. Отработка строевых приёмов	
Тема 5.2. Техника акробатическ их упражнений.	Содержание учебного материала	3
	Кувырок вперед, назад. Стойки: на лопатках, голове, руках, мост, полушпагат; техника безопасности при выполнении акробатических упражнений. Разучивание и выполнение акробатической связки (по курсам). Комплексы ритмической гимнастики. Знание терминологии; составление простейшей комбинации из акробатических упражнений	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 24. Отработка техники акробатических упражнений	
Тема 5.3. Упражнения на брусьях (юноши). Гиревой спорт	Содержание учебного материала	3
	Брусья: висы, упоры, махи, подводящие и специальные упражнения, соскоки. Знать правила техники безопасности; уметь страховать партнера, комплексы упражнений с гантелями, гириями. Разучивание и выполнение связок на снаряде (по курсам). ППФП	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 25. Разучивание и выполнение упражнений с гириями	
Тема 5.4. Упражнения на бревне (девушки). ППФП	Содержание учебного материала	2
	Бревно: наскок, ходьба, полушпагат, уголок, равновесие, повороты, соскок	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 26. Разучивание и выполнение связок на снаряде, комплексы упражнений, ритмическая гимнастика (по курсам)	
Тема 5.5. Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися	Содержание учебного материала	3
	Требования к составлению комплекса ОРУ, терминология; составление комплексов ОРУ безпредметов, с предметами (мячи, палки, скакалки и др.). Направленность общеразвивающих упражнений; знать основные положения рук, ног, терминологию; провести с группой по одному общеразвивающему упражнению, комплекс ОРУ	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 27. Выполнение комплекса ОРУ	

	Практическое занятие № 28. Контроль комбинации по акробатике (по курсам)	
	Практическое занятие № 30. Контроль выполнения упражнений по ритмической гимнастике, гиревому спорту. ППФП	
Раздел 6. Бадминтон. Атлетическая, дыхательная гимнастика		14
Тема 6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне	Содержание учебного материала	3
	Игровая стойка, хватка ракетки, основные удары (справа, слева), спец. дыхательные упражнения, комплексы атлетической гимнастики локального воздействия (на всех последующих занятиях).	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 31. Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса, комплексы упражнений атлетической и дыхательной гимнастики	
Тема 6.2. Поддачи	Содержание учебного материала	3
	Поддачи: короткая, плоская, высокая, основной способ поддачи.	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 32. Отработка подач	
Тема 6.3. Нападающий удар	Содержание учебного материала:	3
	Атакующие удары, нападающий удар "смеш"	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 33. Отработка атакующих ударов, нападающего удара "смеш"	
Тема 6.4. Судейство соревнований по бадминтону	Содержание учебного материала	5
	Основы методики судейства по избранному виду спорта. Правила соревнований. Техника и тактика игры. Практика судейства. Судейство соревнований по бадминтону, знание техники и тактики игры; правила судейства; правила игры, игра по упрощенным правилам, по правилам, одиночные, парные игры	
	В том числе практических занятий	
	Практическое занятие № 34. Игра по упрощенным	

	правилам. Судейство соревнований по бадминтону	
	Практическое занятие № 35. Контроль техники подачи, ударов справа, слева	
	Практическое занятие № 36. Контроль техники игры: одиночные, парные игры	
	Практическое занятие № 37. Игра по правилам (по семестрам)	
	Самостоятельная работа. Отработка навыков игры	
Зачет		2
Всего		78

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы дисциплины предусмотрено:

- наличие спортивного зала, стадиона, тренажерного зала;
- наличие спортивного инвентаря (мячи, гири, шахматы, часы шахматные, футбольные стойки, гимнастические маты, перекладины, брусья, гимнастические козлы, кони и др.).

Технические средства обучения:

- звуко- и видеовоспроизводящая техника;
- CD, DVD

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература

1. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11-е классы. Базовый уровень : учебник / В. И. Лях. – 11-е изд., стер. – Москва : Просвещение, 2023. – 271 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/408869>.
2. Письменский, И. А. Физическая культура. 10-11 классы : учебник / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. – Москва : Юрайт, 2024. – 396 с. – (Общеобразовательный цикл). – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт. – URL: <https://urait.ru/bcode/544801>.
3. Ткачук, М. Г. Физическая культура. Оценка физического развития : учебное пособие для спо / М. Г. Ткачук, А. А. Дюсенова. – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 66 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/440006>.
4. Яковлев, Б. П. Физическая культура: психофизиологические основы здоровья : учебное пособие для спо / Б. П. Яковлев, О. Г. Литовченко. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 256 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/367391>.

Дополнительная литература

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. – 3-е изд., испр. – Москва : Юрайт, 2021. – 493 с. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт. – URL: <https://urait.ru/bcode/471143>.
2. Физическая культура : учебное пособие для студентов учреждений проф. образования / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицынн, Р. Л. Палтиевич, Г. И. Погадаев. – Москва : Академия, 2017. – 176 с.

Электронные ресурсы:

Библиотека электронного ресурса PROОбразование <https://profspo.ru/books/129198>

Официальный сайт студенческого спортивного союза России

<http://www.studsport.ru/>

Методические рекомендации по производственной гимнастике с учетом факторов трудового процесса Минспорта Чувашии <https://sport.cap.ru/sport/fizicheskaya-kuljtura-i-massovij-sport/proizvodstvennaya-gimnastika>

Приказ Минспорта России от 09.01.2023 N 1 «Об утверждении Методических рекомендаций «Восстановление здоровья и работоспособности граждан методами адаптивной физической культуры и спорта». Методические рекомендации <https://sudact.ru/law/prikaz-minsporta-rossii-ot-09012023-n-1/metodicheskie-rekomendatsii/7/proizvodstvennaia-fizicheskaja-kultura-v-rabochee/>

3.3. Организация образовательного процесса

Самостоятельная работа выполняется в свободное от аудиторных занятий время. Для выполнения заданий по самостоятельной работе студенты используют методические рекомендации по выполнению самостоятельных работ по дисциплине. Для выполнения заданий самостоятельной работы студентам предоставляется возможность использования информационных ресурсов колледжа, в том

числе ЭБС колледжа и доступ к глобальной сети Интернет.

Преподаватель проводит консультации со студентами в рамках фонда консультаций, определенных учебным планом

3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров:

Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» или в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты направленные на формирование общих и профессиональных компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

Общая компетенция	Раздел. Тема	Тип оценочных мероприятия
ОК 01. Выбрать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Р.1 Тема 1 Р.2: 2.1-2.4; 3.1-3.3; 4.1-4.4; 5.1-5.4; 6.1-6.4; 7.1-7.8; 8.1-8.5; 9.1-9.3; 10.1-10.4; 11.1; 12.1-2.4; 13.1-13.4; 14.1-14.4; 15.1-15.4; 16.1-16.2; 17.1-17.3; 18.1-18.3; 19.1-19.2; 20.1-20.3	- составление словаря терминов - защита презентации - выполнение самостоятельной работы составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Р.1 Тема 1 Р.2: 2.1-2.4; 3.1-3.3; 4.1-4.4; 5.1-5.4; 6.1-6.4; 7.1-7.8; 8.1-8.5; 9.1-9.3; 10.1-10.4; 11.1; 12.1-12.4; 13.1-13.4; 14.1-14.4; 15.1-15.4; 16.1-16.2; 17.1-17.3; 18.1-18.3; 19.1-19.2; 20.1-20.3	- составление дневника самоконтроля - защита реферата - фронтальный опрос - контрольное тестирование - составление комплекса упражнений
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Р.1 Тема 1 Р.2: 2.1-2.4; 3.1-3.3; 4.1-4.4; 5.1-5.4; 6.1-6.4; 7.1-7.8; 8.1-8.5; 9.1-9.3; 10.1-10.4; 11.1; 12.1-12.4; 13.1-13.4; 14.1-14.4; 15.1-15.4; 16.1-16.2; 17.1-17.3; 18.1-18.3; 19.1-19.2; 20.1-20.3	- оценивание практической работы - тестирование - сдача контрольных нормативов