



Федеральное агентство по рыболовству
БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»
Калининградский морской рыбопромышленный колледж

Утверждаю
Заместитель начальника колледжа
по учебно-методической работе
А.И. Колесниченко

Рабочая программа учебной дисциплины

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

основной профессиональной образовательной программы среднего
профессионального образования по специальности

23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)

МО–23 02 01-СГ.04.РП

РАЗРАБОТЧИК	Головнева Е.А., Ли Р.А
ЗАВЕДУЮЩИЙ ОТДЕЛЕНИЕМ	Судьбина Н.А.
ГОД РАЗРАБОТКИ	2024
ГОД ОБНОВЛЕНИЯ	2025

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.2/12

СОДЕРЖАНИЕ

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	3
1.1 Цель и место дисциплины в структуре основной образовательной программы	3
1.2 Планируемые результаты освоения дисциплины	3
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	4
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины	5
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
3.2 Информационное обеспечение обучения	Ошибка! Закладка не определена.
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
5 СВЕДЕНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ	12

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.3/12

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная дисциплина СГ. 04 «Физическая культура» является частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла примерной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)

1.1 Цель и место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Цель: развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни на основе национально - культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста.

1.2 Планируемые результаты освоения дисциплины

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника (п. 4.3 ОПОП-П).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

Код ПК, ОК	Уметь	Знать
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	-выполнять приемы различных физических упражнений в целях поддержания здорового образа жизни
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- выполнять физические упражнения как самостоятельно, так и в команде
ОК 08	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.	– применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения и характерными для данной специальности

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.4/12

1.3 Обоснование часов вариативной части ОПОП-П

№№ п/п	Дополнительные знания, умения, навыки (если указаны ПК)	№, наименование темы	Объем часов	Обоснование включения в рабочую программу
		РАЗДЕЛ 2. Легкая атлетика	24	Включение дополнительного игрового вида спорта (футбол), проводится для популяризации вида спорта. Направлен на развитие физических и личностных качеств обучающихся. Включены разделы по физической, технической и тактической подготовке, а также применение эффективных методов внедрения футбола в учебно- тренировочный процесс, позволяет достичь хороших результатов и разнообразить занятия физкультурой.
		РАЗДЕЛ 4. Волейбол	24	
		РАЗДЕЛ 5. Атлетическая гимнастика	18	
		РАЗДЕЛ 3. Баскетбол	24	
1	-	Футбол для всех (юноши и девушки)	18	
	Итого		112	

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Учебная нагрузка на одного обучающегося, час
Объём образовательной программы учебной дисциплины	112
<i>В том числе:</i>	
Теоретическое обучение	-
Практическое занятие	112
Самостоятельная работа	-
Промежуточная аттестация	Диф.зачет

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.5/12

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Номер занятия (сквозная нумерация)	Наименование разделов и тем профессионального дисциплины	Общий объём образовательной программы, час								Средства обучения	Внеаудиторная работа (домашнее задание)	Уровень освоения	Используемые активные и интерактивные формы обучения	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
		Объём образовательной программы в ак.час	Объём работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем, час в т. ч. по видам занятий						Самостоятельная работа					
			Уроки, лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Курсовая работа	Консультации	Промежуточная аттестация						
	2 КУРС													
	3 СЕМЕСТР	34			34									
	РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	2			2					Оздоровительные упражнения	Разминка, ОФП Спец. беговые упражнения (СБУ)	2	ОИ, Т	
1	Тема 1.1 Основы здорового образа жизни, гигиена, режим дня. Теоретические сведения: правила поведения на физической культуре, техника безопасности, самоконтроль, требования программы.	2/2			2/2						Зарядка, прогулка 20мин.			ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
	РАЗДЕЛ 2. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	12			12					Физический комплекс упражнений	Ежедневные кроссы по 20 мин Разминка 15мин, ОФП	2	ОИ, Т	
	Тема 2.1 Бег на короткие дистанции, прыжок в длину с места	4			4						СБУ	2	ОИ, Т	
2	Теоретические сведения техники бега на короткие дистанции Бег на 60м. Техника высокого и низкого старта. Бег по дистанции, разгон, финиширование.	2/4			2/4						СБУ			ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
	Самостоятельная работа №1 Правила поведения, техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях физическими упражнениям, спортом													
3	К/Н на 60 м. Специальные упражнения бегуна. Техника прыжков в длину с места. ОФП	2/6			2/6						СБУ			
	Тема 2.2 Бег на длинные дистанции.	4			4						СБУ	2	ОИ, Т	
4	К/Н прыжок с места. Прыжковые упражнения и ОФП. Разбор бега на 1000м. Бег по дистанции. Упражнения для развития выносливости.	2/8			2/8						СБУ и Спец.упр. прыгуна			
5	К/Н в беге на 1000 м. Спортивная игра. ОФП.	2/10			2/10						СБУ			

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.6/12

Номер занятия (сквозная нумерация)	Наименование разделов и тем профессионального дисциплины	Общий объём образовательной программы, час								Средства обучения	Внеаудиторная работа (домашнее задание)	Уровень освоения	Используемые активные и интерактивные формы обучения	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
		Объём образовательной программы в ак.час	Объём работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем, час						Самостоятельная работа					
			в т. ч. по видам занятий				Консультации	Промежуточная аттестация						
			Уроки, лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Курсовая работа								
	Тема 2.3 Бег на средние дистанции.	4			4					СБУ	2	ОИ, Т		
6	Бег на средние дистанции 500 м., стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. ОФП.	2/12			2/12					СБУ				
7	К/Н в беге на 500м. Специальные упражнения бегуна. Досдача . К/Н по Легкой атлетике.	2/14			2/14					СБУ				
	РАЗДЕЛ 4. ВОЛЕЙБОЛ	12			12				Физический комплекс упражнений	Ежедневные кроссы по 20 мин Разминка 15мин	2	ОИ, Т		
	Тема 4.1 Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач двумя руками.	6			6					ОФП и СФП	2	ОИ, Т		
8	Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяча. Передача мяча.	2/16			2/16									
9	К/Н прием мяча снизу Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками. Учебная игра.	2/18			2/18									
	Самостоятельная работа №4. Изучение правил по волейболу.													
10	К/Н Передача мяча над собой. Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков.	2/20			2/20									
	Тема 4.2. Техника нижней подачи и приёма мяча	6			6					ОФП и СФП	2	ОИ, Т		ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
11	Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара.	2/22			2/22									
12	К/Н верхняя подача. Страховка у сетки. Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении. Учебная игра	2/24			2/24									
13	К/Н нижняя подача. Индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков. Учебная игра	2/26			2/26									
	РАЗДЕЛ 5. АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА	8			8					Физический	Ежедневные	2	ОИ, Т	

Документ управляется программными средствами 1С Колледж
 Проверь актуальность версии по оригиналу, хранящемуся в 1С Колледж

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.7/12

Номер занятия (сквозная нумерация)	Наименование разделов и тем профессионального дисциплины	Общий объем образовательной программы, час								Средства обучения	Внеаудиторная работа (домашнее задание)	Уровень освоения	Используемые активные и интерактивные формы обучения	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
		Объём образовательной программы в ак.час	Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем, час						Самостоятельная работа					
			в т. ч. по видам занятий				Консультации	Промежуточная аттестация						
			Уроки, лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Курсовая работа								
										комплекс упражнений	кроссы по 20 мин Разминка 15мин			
	Тема 5.1 Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	8			8						ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
13	Техника коррекции фигуры. ОФП на тренажерах. Выполнения упражнений для развития мышц рук и ног.	2/28			2/28									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
14	К/Н Подтягивание с положения виса (юн.,)с нижней перекладины (дев.). ОФП на тренажерах. Выполнения упражнений для развития мышц пресса.	2/30			2/30									
15 16	К/Н пресс с доски за 30 сек. Выполнение упражнений для развития различных мышц рук и ног. Круговая тренировка на 5- 6 станций.	4/34			4/34									
	Всего за 3 семестр	34			34									
	4 СЕМЕСТР	34			34						Ежедневные кроссы по 20 мин Разминка 15мин			
	РАЗДЕЛ 3. БАСКЕТБОЛ	12			12					Физический комплекс упражнений	ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
	Тема 3.1 Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	6			6						ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
1	Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места. Остановки и повороты. Учебная игра	2/2			2/2									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
2	Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места. Бросок одной в прыжке, борьба за отскок, добивание. Учебная игра	2/4			2/4									
3	Обманные действия на бросок, проход под щит с броском. Зонная защита в игре. Учебная игра	2/6			2/6									
	Тема 3.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение–2 шага – бросок	6			6						ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
4	Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места. Учебная игра	2/8			2/8									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21,

Документ управляется программными средствами 1С Колледж
 Проверь актуальность версии по оригиналу, хранящемуся в 1С Колледж

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.8/12

Номер занятия (сквозная нумерация)	Наименование разделов и тем профессионального дисциплины	Объём образовательной программы в ак.час	Общий объём образовательной программы, час							Средства обучения	Внеаудиторная работа (домашнее задание)	Уровень освоения	Используемые активные и интерактивные формы обучения	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
			Объём работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем, час						Самостоятельная работа					
			в т. ч. по видам занятий				Консультации	Промежуточная аттестация						
			Уроки, лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Курсовая работа								
5	Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок». Игра.	2/10			2/10									ОК01- ОК04, ОК08
6	К/Н «ведения-2 шага-бросок». Броски в прыжке с сопротивлением защитника. Учебная игра.	2/12			2/12									
	РАЗДЕЛ 4. ВОЛЕЙБОЛ	12			12					Физический комплекс упражнений	Ежедневные кроссы по 20 мин Разминка 15мин	2	ОИ, Т	
	Тема 4.3 Техника прямого нападающего удара	6			6						ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
7	Подача мяча верхняя и нижняя. Прием у верхнего края сетки. Техника прямого нападающего удара. Учебная игра	2/14			2/14									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
8	Отработка техники прямого нападающего удара. Розыгрыш в учебной игре. Учебная игра	2/16			2/16									
	Самостоятельная работа №5: Изучение правил судейства соревнований по легкой атлетике.													
9	К/Нподача мяча на точность по ориентирам на площадке.Игра	2/18			2/18									
	Тема 4.4 Совершенствование техники владения волейбольным мячом	6			6						ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
10	Отработка техники владения техническими элементами в волейболе. Учебная игра	2/20			2/20									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
11	К/Н Удержание мяча над собой 20 раз. Отработка тактики игры. Учебная игра	2/22			2/22									
12	Учебная игра с применением изученных положений и тем, и применением изученных навыков.	2/24			2/24									
	РАЗДЕЛ 5. АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА	10			10					Физический комплекс упражнений	ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
	Тема 5.1 Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	10			10						ОФП и СФП			
13	Выполнения упражнений для развития мышц рук и ног. ОФП на тренажерах. К/Н Отжимание в упоре сериями 3*10,3*12,3*15.	2/26			2/26									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
14	К/Н подъемы силой, изучение подъема с переворотом. ОФП на	2/28			2/28									

Документ управляется программными средствами 1С Колледж
Проверь актуальность версии по оригиналу, хранящемуся в 1С Колледж

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.9/12

Номер занятия (сквозная нумерация)	Наименование разделов и тем профессионального дисциплины	Объём образовательной программы в ак.час	Общий объём образовательной программы, час							Средства обучения	Внеаудиторная работа (домашнее задание)	Уровень освоения	Используемые активные и интерактивные формы обучения	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
			Объём работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем, час				Самостоятельная работа							
			в т. ч. по видам занятий											
			Уроки, лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Курсовая работа	Консультации	Промежуточная аттестация						
15	тренажерах.	2/30			2/30									ОК08
16	К/Н Поднос ног к перекладине сериями, подводящие упр-я.	2/32			2/32									
17	ОФП	2/34			2/34									
	Итого за 4 семестр	34			34									
	5 семестр	16			16									
	РАЗДЕЛ 2. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	16			16					Физический комплекс упражнений	Ежедневные кроссы по 20 мин Разминка 15мин	2	ОИ, Т	
	Тема 2.2 Бег на длинные дистанции .	16			16						СБУ	2	ОИ, Т	
1	Техника бега по дистанции 2000м. Старт, бег по дистанции, финиширование. Специальные упражнения бегуна.	2/2			2/2						СБУ			ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
2	К/Н на 2000м. Беговой цикл. ОФП	2/4			2/4						СБУ			
3	Кроссовая подготовка. Специальные упражнения бегуна. ОФП	2/6			2/6						СБУ			
4	Теоретические сведения техники бега на короткие дистанции Бег на 100м. Техника высокого и низкого старта. Бег по дистанции, разгон, финиширование.	2/8			2/8						СБУ			ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
5	К/Н на 100 метров. Специальные упражнения прыгуна. Техника прыжков в длину с места. ОФП	2/10			2/10						СБУ			
6	К/Н прыжок в длину с места. Прыжковые упражнения и ОФП. Спортивная игра	2/12			2/12						СБУ			
8	К/Н бросок мяча с места под кольцо, закрепить технику владения баскетбольным мячом. Учебная игра	2/16			2/16						СБУ			
	Итого за 5 семестр	16			16						СБУ			
	6 СЕМЕСТР	28			28									
	РАЗДЕЛ 6. ЕДИНОБОРСТВА	8			8					Физический комплекс упражнений	ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
1	Захваты , броски, удержания. ОФП	2/2			2/2									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04,
	Самостоятельная работа № 1 «Плавание. Способы. Техника безопасности».													

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.10/12

Номер занятия (сквозная нумерация)	Наименование разделов и тем профессионального дисциплины	Общий объём образовательной программы, час								Средства обучения	Внеаудиторная работа (домашнее задание)	Уровень освоения	Используемые активные и интерактивные формы обучения	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
		Объём образовательной программы в ак.час	Объём работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем, час						Самостоятельная работа					
			в т. ч. по видам занятий				Консультации	Промежуточная аттестация						
			Уроки, лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Курсовая работа								
2	«Бег в упоре», выпрыгивания из упора лежа. Гимнастика	2/4			2/4								ОК08	
3	К/Н Уход от захвата. Отжимания в упоре лежа от скамейки.	2/6			2/6									
4	Страховка при падении. Прыжки, кувырки, колесо	2/8			2/8									
	РАЗДЕЛ 4. ВОЛЕЙБОЛ	12			12					Физический комплекс упражнений	ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
	Тема 4.2 Техника нижней подачи и приёма после неё										ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
5	Техника и совершенствование нижней подачи , нижней боковой подачи. Удержание мяча над собой. ОФП	4/12			4/12									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
7	К/Н нижняя подача. Подачи в определённый сектор. ОФП	4/16			4/16									
8	Учебная игра.	4/16			4/16									
9	Повторение верхних и нижних подач. Учебная игра с выполнением изученных навыков.	4/20			4/20									
10														
	РАЗДЕЛ 5. АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА	8			8					Физический комплекс упражнений	ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
	Тема 5.1 Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах										ОФП и СФП	2	ОИ, Т	
11	Выполнение упражнений для развития мышц спины на тренажерах. Физическая подготовка с гантелями.	4/24			4/24									ЛР 9, ЛР 20, ЛР 21, ОК01- ОК04, ОК08
12	К/Н рывок гири 16 кг. Выполнение упражнений для развития мышц рук и ног на тренажёрах.	4/28			4/28									
13														
14														
	Всего за 6 семестр	28			28									
	Всего за 2-3 курсы	112			112									

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.11/12

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал №1

Спортивный зал №2

Спортивный зал № 3 (Борцовский зал)

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий

Стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы.

Оснащенные в соответствии с приложением ОПОП-П.

3.2 Учебно-методическое обеспечение

3.2.1 Основные печатные и/или электронные издания

Барчуков, И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта [Электронный ресурс] : учебник / И. С. Барчуков. - Москва : КноРус, 2021. - 366 on-line.

Филиппова, Ю. С. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. - Москва : ИНФРА-М, 2020. - 2021 on-line. - (Высшее образование. Бакалавриат).

Кузнецов, В. С. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М. : КНОРУС, 2019. on-line

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

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).

4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
умения: - Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	Демонстрировать умения применения рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности пользования средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	Оценка выполнения практических заданий, выполнение индивидуальных заданий, принятие нормативов.
Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности		

МО-23 02 01-СГ.04.РП	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	С.12/12

знания: • 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	Демонстрировать знания роли физической культуры, основ здорового образа жизни, зоны физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжений.	Фронтальная беседа, устный опрос, тестирование
---	---	--

5 СВЕДЕНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура» рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии «Физической культуры».

Протокол № 9 от «14» мая 2024 г.

Председатель методической комиссии _____/Е.А.Головнева/