

**ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СУНЖЕНСКИЙ КОЛЛЕДЖ УПРАВЛЕНИЯ И НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

УТВЕРЖДЕНА  
в составе образовательной программы  
Педагогическим советом  
05 июня 2024г.

**Рабочая программа общеобразовательной дисциплины:**

**ОД.13 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Специальность:  
**40.02.02 Правоохранительная деятельность**

Уровень образования:  
**среднее профессиональное образование**

Квалификация выпускника:  
**Юрист**

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями, Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования утвержденного Приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 и Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности **40.02.02 Правоохранительная деятельность**, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 12.05.2014 № 509, Примерной рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным бюджетным образовательным учреждением дополнительного профессионального образования «Институт развития профессионального образования, утвержденной на заседании Совета по оценке содержания и качества примерных рабочих программ общеобразовательного и социально-гуманитарного циклов среднего профессионального образования, протокол № 14 от 30 ноября 2022 г.

ОДОБРЕНА

Рассмотрена и одобрена на заседании ПЦК протокол № 9 от «24» мая 2024 года.

Организация –разработчик: Частное профессиональное образовательное учреждение «Сунженский колледж управления и новых технологий»

Разработчик:

ЧПОУ «СКУиНТ»

(место работы)

Преподаватель

(занимаемая должность)

(инициалы, фамилия)

## **Структура рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины**

- 1 Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины
- 2 Объем, структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины
- 3 Условия реализации рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины
- 4 Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

# **1 Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины**

## **1.1 Область применения рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины**

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

### **1.1 Цель освоения общеобразовательной учебной дисциплины**

Цель освоения общеобразовательной учебной дисциплины– **формировать:** понимание влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; умения владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности для сохранения высокой работоспособности; навыки двигательных действий базовых видов спорта и использовать их в самостоятельных занятиях.

### **1.2 Место общеобразовательной учебной дисциплины в структуре образовательной программы**

Общеобразовательная учебная дисциплина «Физическая культура» -общеобразовательная базовая дисциплина учебного цикла «Общеобразовательный цикл» структуры программы подготовки специалистов среднего звена.

Освоение общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» предполагает наличие у обучающихся знаний и умений, полученных по образовательной программе основного общего образования.

### **1.3 Планируемые результаты обучения по общеобразовательной учебной дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	В части трудового воспитания: - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности, Овладение универсальными учебными познавательными действиями: а) базовые логические действия: - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему,	- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
	<p>рассматривать ее всесторонне;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</li> <li>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</li> <li>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</li> <li>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</li> <li>- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</li> </ul> <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</li> <li>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</li> <li>- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</li> <li>- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</li> <li>- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности</li> </ul>

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике</li> </ul>	
ОК 04.Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</li> <li>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</li> <li>б) совместная деятельность: <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</li> <li>- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников</li> <li>обсуждать результаты совместной работы;</li> <li>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</li> <li>- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</li> </ul> </li> <li>Овладение универсальными регулятивными действиями:</li> <li>г) принятие себя и других людей: <ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</li> <li>- признавать свое право и право</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</li> <li>- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</li> <li>- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</li> <li>- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности</li> </ul>

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
	<p>других людей на ошибки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать способность понимать мир с позиции другого человека</li> </ul>	
<p>ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- наличие мотивации к обучению и личностному развитию;</li> </ul> <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</li> <li>- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> <li>- давать оценку новым ситуациям;</li> <li>- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;</li> <li>- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;</li> <li>- оценивать приобретенный опыт;</li> <li>- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</li> <li>- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</li> <li>- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</li> <li>- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</li> <li>- владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной</li> </ul>

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
	постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень	и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; - иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)



## **2 Объем, структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины**

**Объем общеобразовательной учебной дисциплины** составляет 72 академических часа.

### **Очная форма обучения**

**Объем обязательных аудиторных занятий** – 72 часа, в том числе по видам учебной деятельности:

практические занятия – 78 часов.

**Промежуточная аттестация** – дифференцированный зачет.

## Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура»

### Очная форма обучения

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)	Уровень освоения
Раздел 1 Основы теории физической культуры			1,2,3
Тема 1 Система физического воспитания в России	Практические занятия: 1 Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни. Требования к технике безопасности на занятиях физическими упражнениями разной направленности.	2	
Тема 2 Здоровьесберегающие основы в физическом воспитании	Практические занятия: 1 Основы здорового образа жизни. Двигательная активность, профилактика курения, алкоголизма, наркомании. Режим учебной деятельности, активный отдых, рациональное питание, закаливание.	2	
Тема 3 Бег на короткие дистанции	Практические занятия: 1 Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2	
Тема 4 Прыжок в длину с разбега и преодоление искусственных и естественных препятствий	Практические занятия: 1 Совершенствование техники прыжка в длину с разбега и преодоление искусственных и естественных препятствий.	2	
Раздел 2 Легкая атлетика			1,2,3
Раздел 3 Гимнастика и прикладная физическая подготовка			1,2,3

Тема 5 Строевые упражнения и приемы	Практические занятия:	4	
	1 Совершенствование строевых упражнений и приемов.		
Тема 6 Общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и аэробика	Практические занятия:	6	
	1 Совершенствование техники выполнения общеразвивающих упражнений ритмической гимнастики и аэробики.	6	
Тема 7 Упражнения атлетической гимнастики и приемы защиты и самообороны.	Практические занятия:	6	
	1 Совершенствование техники выполнения упражнений атлетической гимнастики и приемов защиты и самообороны.	6	
	Дифференцированный зачёт	2	
Итого за семестр		32	
Раздел 4 Основы теории физической культуры			1,2,3
Тема 8 Самоконтроль при проведении занятия по физической культуре	Практические занятия:	2	
	1 Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки: использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб, упражнений (тестов) для оценки физического развития, физической подготовленности.	2	
	Практические занятия:	2	
Тема 9 Адаптация к физическим нагрузкам после перенесенного заболевания	1 Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Контроль (тестирование) состояния здоровья двигательных качеств, которые необходимы в профессиональной деятельности.	2	
Раздел 5 Спортивные игры - волейбол			1,2,3
Тема 10	Практические занятия:	4	

Стойки и перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками	1 Совершенствование техники стоек и перемещений волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками.		
Тема 11 Прием и передача мяча снизу двумя руками	Практические занятия: 1 Совершенствование техники приема и передачи мяча снизу двумя руками.	4	
Тема 12 Подачи мяча	Практические занятия: 1 Совершенствование техники подачи мяча.	4	
Тема 13 Нападающий удар. Тактика игры в нападении	Практические занятия: 1 Совершенствование техники нападающего удара и тактика игры в нападении.	4	
Тема 14 Одиночное и групповое блокирование. Тактика игры в защите	Практические занятия: 1 Совершенствование техники одиночное и групповое блокирование. Тактика игры в защите.	4	
Раздел 6 Спортивные игры - баскетбол			1,2,3
Тема 15 Передвижения и остановки. Ловля и передача мяча	Практические занятия: 1 Совершенствование техники передвижений и остановок. Ловля и передача мяча.	4	
Тема 16 Ведение мяча	Практические занятия: 1 Совершенствование техники ведения мяча.	2	
Тема 17 Броски мяча в корзину	Практические занятия: 1 Совершенствование в технике бросков мяча в корзину с различных дистанций.	2	
Тема 18 Техника защиты	Практические занятия: 1 Совершенствование техники и тактики защиты.	2	
Тема 19 Техника нападения	Практические занятия: 1 Совершенствование техники нападения.	4	

Раздел 7 Гимнастика и прикладная физическая подготовка			1,2,3
Тема 20 Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний	Практические занятия: 1 Совершенствование упражнений для профилактики профессиональных заболеваний.	2	
		2	
Раздел 8 Легкая атлетика			
Тема 21 Бег на средние и длинные дистанции	Практические занятия: 1 Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции.	2	
Тема 22 Метание в цель и на дальность	Практические занятия: 1 Совершенствование техники метания в цель и на дальность.	2	
	Дифференцированный зачёт	2	
Итого		72	

**Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» (Адаптивная физическая культура)**

**Очная форма обучения**

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
осенний семестр					
Раздел 1 Основы теории физической культуры					1,2,3
Тема 1 Система физического воспитания в России	Практические занятия: 1 Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни. Требования к технике безопасности на занятиях физическими упражнениями разной направленности.	2			
		2			
Тема 2 Здоровьесберегающие основы в физическом воспитании	Практические занятия: 1 Основы здорового образа жизни. Двигательная активность, профилактика курения, алкоголизма, наркомании. Режим учебной деятельности, активный отдых, рациональное питание, закаливание.	2			
		2			
Раздел 2 Легкая атлетика					1,2,3
Тема 3 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике	Практические занятия: 1 Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности. Практические занятия: 2 Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья.	2			
		2	2		
		2			
		2			
Тема 4 Обучение и совершенствование	Практические занятия: 1 Работа рук, ног в ходьбе и беге. 2 Подбор индивидуальной дозировки в ходьбе, беге,	10			
		2	2		
		2			

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
техники оздоровительной ходьбы, оздоровительного бега	чередовании бега с ходьбой.				
	3 Обучение правильному дыханию. Упражнения для восстановления дыхания при физических нагрузках.	2			
	4 Специальные беговые упражнения.	2	2		
	5 Непрерывный бег, переменный бег, повторный бег.	2			
Тема 5 Обучение и совершенствование техники, метания снаряда на дальность и в цель.	Практические занятия:	4			
	1 Метание гранаты (мяча) – стоя, с колена, лежа.	2			
	2 Метание гранаты (мяча): разбег, финальное усилие (бросок), торможение.	1	2		
	3 Броски набивного мяча из различных исходных положений.	1			
Раздел 3 Спортивные Игры					
Тема 6 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм	Практические занятия:	8			
	1 Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты	2			
	2 Правила соревнований: сущность игры, регламент игры, размер площадки, название линий. Функции судейской бригады.	2	2		
	3 Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности.	2			
	4 Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья.	2	2		
	Дифференцированный зачёт	2			
Итого за семестр		32	12		
весенний семестр					
Раздел 4 Основы теории физической культуры					1,2,3

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
Тема 7 Самоконтроль при проведении занятия по физической культуре	Практические занятия:	2			
	1 Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки: использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб, упражнений (тестов) для оценки физического развития, физической подготовленности.				
	Практические занятия:	2			
Тема 8 Адаптация к физическим нагрузкам после перенесенного заболевания	1 Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Контроль (тестирование) состояния здоровья двигательных качеств, которые необходимы в профессиональной деятельности.				1,2,3
Раздел 5 Спортивные Игры					
Тема 9 Обучение и совершенствование техники подвижных игр и эстафет.	Практические занятия: 1 Подвижные игры и эстафеты с предметами и без предметов, с простейшими способами передвижения малой подвижности. 2 Игры на внимание. Коррекционно-развивающие игры.	2 1 1	2 2		
Тема 10 Обучение элементам техники спортивных игр и их совершенствование	Практические занятия:	2			
	1 Элементы спортивных игр (адаптивные формы): волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис и другие.				
	Практические занятия: 1 Спортивные игры малой подвижности и по упрощенным правилам.	2			
Раздел 6 Гимнастика					1,2,3
Тема 11	Практические занятия:	14			



Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
Обучение и совершенствование техники выполнения общеразвивающих упражнений	1 Общеразвивающие упражнения (ОРУ) корригирующей и оздоровительной направленности.	2			
	2 Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	2	2		
	3 Комплексы оздоровительной и коррекционной гимнастики с учетом индивидуальных медицинских показаний.	2			
	4 Комплексы упражнений для профилактики утомления в режиме учебного дня (физкультминутки, физкультпаузы, гимнастика для глаз и дыхательная гимнастика), комплексы утренней и производственной гимнастики.	1			
	5 Упражнения для коррекции осанки и плоскостопия.	1			
	6 Корригирующие, ассиметричные упражнения.	1			
	7 Упражнения на мелкую моторику.	1			
	8 Упражнения на релаксацию.	2	2		
	9 Упражнения в равновесии.	2			
Тема 12 Оздоровительные системы	Практические занятия:	12			
	1 Суставная гимнастика.	2	2		
	2 Стретчинг.	2			
	3 Йога.	2			
	4 Пилатес.	2	2		
	5 Обучение элементам самомассажа.	2			
6 Обучение отбору и составлению в определенной последовательности упражнений для индивидуальных занятий оздоровительной физической культурой, правилам дозировки физической нагрузки по показателям функционального состояния организма (по частоте сердечных сокращений и показателям текущего самочувствия).	2				
Раздел 7					1,2,3

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
Общая физическая подготовка					
Тема 13	Практические занятия:	6			
Комплексы упражнений на развитие физических качеств	1 Комплекс общеразвивающих упражнений на развитие физического качества – силы.	2			
	2 Комплекс общеразвивающих упражнений на развитие физического качества – выносливости.	2			
	3 Комплекс общеразвивающих упражнений на развитие физического качества ловкости и гибкости.	1			
	4 Комплекс общеразвивающих упражнений на развитие физического качества - быстроты.	1			
Раздел 8 Легкая атлетика					
Тема 14 Обучение и совершенствование техники оздоровительного бега и ходьбы	Практические занятия	2			
	1.Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности				
	Дифференцированный зачёт	2			
Итого за семестр		46	12		
Итого		78	24		

### **3 Условия реализации рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины**

3.1 Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации: рабочее место преподавателя; посадочные места по количеству обучающихся; персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением; учебная доска; мультимедийный проектор; экран.

Спортивный зал для проведения практических занятий, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения дисциплины; оборудованные открытые спортивные площадки, обеспечивающие достижение результатов освоения дисциплины.

2. Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы обучающихся: рабочее место преподавателя с персональным компьютером, подключенным к интернет; посадочные места по количеству обучающихся; компьютерная техника с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации.

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

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе.

### **3.3 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения общеобразовательной учебной дисциплины**

#### **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. — ISBN 978-5-09-103628-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/334643> Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Бобков, В. В. Организация физкультурно-спортивной работы: спортивно-массовые представления и праздники / В. В. Бобков. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — ISBN 978-5-507-48114-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book> Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Дополнительная литература:**

1. Болманенкова, Т. А. Основы физического воспитания : учебное пособие : [12+] / Т. А. Болманенкова. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 236 с. : табл.
2. Коровин, С.С. Физическая культура. Ценности. Личность: учебное пособие для обучающихся системы среднего профессионального образования и обучающихся — бакалавров высшего образования : [12+] / С.С. Коровин. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 199 с.
3. Шеенко, Е.И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности) : учебное пособие : [12+] / Е.И. Шеенко, Б.Г. Толистинов, И.А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 81 с.
4. Нахаева, Е. М. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Е. М. Нахаева, Н. В. Минина. — Минск : РИПО, 2022. — 204 с.
5. Паршиков, А. Т. Спортивная школа : история и современность : учебно-методическое пособие : [12+] / А. Т. Паршиков. — Москва : Спорт, 2023. — 144 с. : табл., схем. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Интернет и информационных технологий, необходимых для

освоения общеобразовательной учебной дисциплины

1. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. - Москва, 2000 - . - URL: <https://elibrary.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов : сайт. - Москва, 2005 - . - Обновляется в течение суток. – URL: <http://school-collection.edu.ru>. - Текст : электронный.
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: федеральный портал : сайт. - Москва, 2020 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://window.edu.ru>. – Текст : электронный.
4. КиберЛенинка: научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2020 - . Обновляется в течение суток. - URL: <https://cyberleninka.ru>. - Текст : электронный.
5. Федеральный портал «Российское образование» : сайт / Учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. - Москва, 2002 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.
6. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов : сайт. - Москва, 2020 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://fcior.edu.ru>. – Текст : электронный.
7. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» : сайт / Учредитель ИД «Первое сентября». - Москва, 2020 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://urok.1sept.ru>. – Текст : электронный.

### Электронно-библиотечные системы

1. ЭБС «Лань»

### 3.4 Информационные справочные системы:

1. Справочная правовая система «Официальный интернет-портал правовой информации» <http://pravo.gov.ru>

### 3.5 Программное обеспечение Лицензионное программное обеспечение

1. Операционная система Microsoft Windows
2. Пакет офисных приложений Microsoft Office.
3. Антивирус Dr Web

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** раскрываются через дисциплинарные результаты, усвоенные знания и приобретенные студентами умения, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций

<b>Общая/профессиональная компетенция</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Методы оценки</b>
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	«отлично» выставляется студенту, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания учебной программы дисциплины и умение уверенно применять их на практике при решении конкретных задач, свободное и правильное обоснование	Текущий контроль: - практические работы; - тестирования по темам дисциплины; - устный опрос. Итоговый контроль: - дифференцированный зачет
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде		

<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>принятых решений</p> <p><b>«хорошо»</b> выставляется студенту, если в целом выполнены требования к ответу, однако есть небольшие неточности в изложении некоторых вопросов, затрудняется в формулировании квалифицированных выводов и обобщений</p> <p><b>«удовлетворительно»</b> выставляется студенту, если есть фактические ошибки, нарушена логика изложения, недостаточно используется соответствующая терминология, слабо аргументирует теоретические положения, не способен самостоятельно сформулировать выводы и обобщения, не видит связь с профессиональной деятельностью</p> <p><b>«неудовлетворительно»</b> выставляется студенту, который не знает большей части основного содержания учебной программы дисциплины, допускает грубые ошибки в формулировках основных понятий дисциплины и не умеет использовать полученные знания при решении типовых практических задач</p>	
---	---	--