Министерство образования Иркутской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области
«Иркутский авиационный техникум»

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГБПОУИО «ИАТ»
_____ Якубовский А.Н.
«30» мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

специальности

15.02.16 Технология машиностроения

Иркутск, 2024

Рассмотрена
цикловой комиссией
СГ протокол №6 от 07.02.2023 г.

Рабочая программа разработана на основе ФГОС СПО специальности 15.02.16 Технология машиностроения; учебного плана специальности 15.02.16 Технология машиностроения; с учетом примерной рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура» в составе примерной основной образовательной программы специальности 15.02.16 Технология машиностроения, зарегистрированной в государственном реестре примерных основных образовательных программ.

№	Разработчик ФИО
1	Паутова Маргарита Владиславовна
2	Кулиш Евгения Алексеевна

СОДЕРЖАНИЕ

		стр.
1	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	25
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	27

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения рабочей программы (РП)

РП является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 15.02.16 Технология машиностроения.

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ:

СГ.00 Социально-гуманитарный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Результаты освоения дисциплины	№ результата	Формируемый результат
Знать	1.1	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека
	1.2	основы здорового образа жизни
	1.3	условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности
	1.4	средства профилактики перенапряжения
Уметь	2.1	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей
	2.2	применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности
	2.3	пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности

Личностные результаты реализации программы воспитания	3.1	Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознающий свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве
	3.2	Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками

3.3	Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их права
3.4	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде

	3.5	Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике

1.4. Формируемые компетенции:

ОК.1 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК.3 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
ОК.4 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК.5 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК.8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1.5. Количество часов на освоение программы дисциплины:
Общий объем дисциплины 80 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Объем часов
Общий объем дисциплины	**80**
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем:	**20**
теоретическое обучение	10
лабораторные занятия	0
практические занятия	10
Промежуточная аттестация в форме "Зачет" (семестр 1)	0
Промежуточная аттестация в форме "Зачет" (семестр 2)	0
Промежуточная аттестация в форме "Зачет" (семестр 3)	0
Промежуточная аттестация в форме "Зачет" (семестр 4)	0
Промежуточная аттестация в форме "Дифференцированный зачет" (семестр 5)	0
Самостоятельная работа студентов	**60**

2.2.Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов	Наименование темы теоретического обучения, практических и лабораторных занятий, самостоятельной работы, консультаций, курсового проекта (работы)	Объём часов	Формируемые результаты: знать, уметь, личностные результаты реализации программы воспитания	Формируемые компетенции	Текущий контроль
1	2	3	4	5	6
Раздел 1	**Основы физической культуры**	**1**			
Тема 1.1	**Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности**	**1**			
Занятие 1.1.1 теория	Инструктаж по технике безопасности. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студента.	1	1.1, 2.2, 3.1	ОК.8	
Раздел 2	**Легкая атлетика**	**16**			
Тема 2.1	**Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места**	**16**			
Занятие 2.1.1 теория	Техника беговых упражнений.	1	1.1, 2.2	ОК.4	
Занятие 2.1.2 Самостоятельная работа	Техника беговых упражнений.	1	1.1, 2.2	ОК.8	
Занятие 2.1.3 Самостоятельная работа	Разучивание техники высокого и низкого старта.	1	1.1, 2.2	ОК.8	
Занятие 2.1.4 практическое занятие	Сдача контрольного норматива по прыжкам с места.	1	1.1, 2.2	ОК.4	1.1, 2.2

Занятие 2.1.5 Самостоятельная работа	Сдача контрольного норматива по прыжкам с места.	1	1.1, 2.2	ОК.8	
Занятие 2.1.6 Самостоятельная работа	Техника бега на короткие дистанции, по прямой дистанции.	1	1.1, 2.2	ОК.8	
Занятие 2.1.7 Самостоятельная работа	Техника бега по повороту, техника низкого старта и стартового разгона.	1	1.1, 2.2	ОК.8	
Занятие 2.1.8 Самостоятельная работа	Техника финиширования, техника бега в целом с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	1	1.1, 2.2	ОК.4	
Занятие 2.1.9 Самостоятельная работа	Изучение техники бега на дистанцию 100 м.	1	1.1, 2.2	ОК.4	
Занятие 2.1.10 Самостоятельная работа	Изучение техники бега на дистанцию 100 м.	1	1.1, 2.2	ОК.4	
Занятие 2.1.11 Самостоятельная работа	Совершенствование техники бега на дистанцию 100 м.	1	1.1, 2.2	ОК.8	
Занятие 2.1.12 Самостоятельная работа	Сдача контрольного норматива по технике бега на короткие дистанции - 100 м.	1	1.1, 2.2	ОК.8	
Занятие 2.1.13 Самостоятельная работа	Изучение техники бега на длинные дистанции.	1	1.1, 2.2	ОК.4	

Занятие 2.1.14 Самостоятельная работа	Совершенствование техники бега на длинные дистанции.	1	1.1, 2.2	ОК.4	
Занятие 2.1.15 практическое занятие	Сдача контрольного норматива в беге на длинные дистанции.	1	1.1, 2.2	ОК.8	1.1, 2.2
Занятие 2.1.16 теория	Сдача контрольного норматива в беге на длинные дистанции.	1	1.1, 2.2	ОК.8	
Раздел 3	**Баскетбол**	**15**			
Тема 3.1	**Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места**	**15**			
Занятие 3.1.1 Самостоятельная работа	Правила игры в баскетбол, правила соревнования по баскетболу.	1	1.4, 2.3, 3.2	ОК.3	
Занятие 3.1.2 Самостоятельная работа	Техника передачи мяча двумя руками от груди, ведения мяча на месте.	1	1.4, 2.3	ОК.4, ОК.8	
Занятие 3.1.3 Самостоятельная работа	Техника передачи мяча в ходьбе, беге, ведения мяча в ходьбе.	1	1.4, 2.3	ОК.4, ОК.8	
Занятие 3.1.4 Самостоятельная работа	Изучение техники выполнения ведения и передачи мяча в движение, ведение-2 шага-бросок.	1	1.4, 2.3	ОК.4	
Занятие 3.1.5 практическое занятие	Сдача контрольного норматива: выполнение штрафных бросков.	1	1.2, 2.3	ОК.4	1.4, 2.3
Занятие 3.1.6 Самостоятельная работа	Сдача контрольного норматива: выполнение штрафных бросков.	1	1.4, 2.3	ОК.8	

Занятие 3.1.7 Самостоятельная работа	Изучение техники ведения и передачи мяча в движении. Бросок мяча в кольцо "ведение- 2 шага- бросок".	1	1.4, 2.3	ОК.8	
Занятие 3.1.8 Самостоятельная работа	Изучение ведения мяча двумя руками.	1	1.4, 2.3	ОК.4, ОК.8	
Занятие 3.1.9 Самостоятельная работа	Совершенствование ведения мяча двумя руками.	1	1.4, 2.3	ОК.4, ОК.8	
Занятие 3.1.10 практическое занятие	Сдача контрольного норматива по ведению мяча двумя руками.	1	1.2, 2.2	ОК.8	1.2, 2.2
Занятие 3.1.11 Самостоятельная работа	Изучение техники выполнения ловли и передачи мяча в колоне и кругу.	1	1.2, 2.2	ОК.4, ОК.8	
Занятие 3.1.12 Самостоятельная работа	Изучение техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетбалиста.	1	1.2, 2.2	ОК.4, ОК.8	
Занятие 3.1.13 Самостоятельная работа	Сдача контрольного норматива бросок мяча в кольцо с места.	1	1.2, 2.2	ОК.8	
Занятие 3.1.14 Самостоятельная работа	Изучение технических элементов в баскетболе в учебной игре.	1	1.2, 2.2	ОК.4	
Занятие 3.1.15 теория	Совершенствование технических элементов баскетбола в учебной игре.	1	1.2, 2.2	ОК.8	
Раздел 4	**Волейбол**	**11**			
Тема 4.1	**Техника перемещений, стоек, верхней и нижней передач мяча двумя руками.**	**11**			

Занятие 4.1.1 теория	Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке.	1	1.4, 2.3	ОК.4	
Занятие 4.1.2 Самостоятельная работа	Изучение подач мяча в волейболе.	1	1.4, 2.3	ОК.8	
Занятие 4.1.3 Самостоятельная работа	Совершенствование подач в волейболе.	1	1.4, 2.3	ОК.4, ОК.8	
Занятие 4.1.4 теория	Сдача контрольного норматива подачи мяча в волейболе.	1	1.4, 2.3, 3.3	ОК.4	1.4, 2.3
Занятие 4.1.5 Самостоятельная работа	Изучение приема мяча в волейболе.	1	1.4, 2.3	ОК.5, ОК.8	
Занятие 4.1.6 Самостоятельная работа	Совершенствование приемов мяча в волейболе.	1	1.4, 2.3	ОК.4	
Занятие 4.1.7 Самостоятельная работа	Зачетное занятие по приему мяча в волейболе.	1	1.4, 2.3	ОК.4	
Занятие 4.1.8 Самостоятельная работа	Техника прямого нападающего удара.	1	1.4, 2.3	ОК.4	
Занятие 4.1.9 Самостоятельная работа	Совершенствование прямого нападающего удара.	1	1.3, 2.2	ОК.8	
Занятие 4.1.10 Самостоятельная работа	Совершенствование прямого нападающего удара в волейболе.	1	1.3, 2.2	ОК.8	

Занятие 4.1.11 практическое занятие	Зачетное занятие. Техника прямого нападающего удара в волейболе.	1	1.3, 2.2	ОК.8	1.3, 2.2
Раздел 5	**Общая физическая подготовка**	**13**			
Тема 5.1	**Техника безопасности на занятиях по ОФП**	**13**			
Занятие 5.1.1 Самостоятельная работа	Повторить технику безопасности на занятиях по ОФП.	1	1.3, 2.2, 3.4	ОК.4	
Занятие 5.1.2 Самостоятельная работа	Просмотр видеороликов по подготовке к ОФП.	1	1.3, 2.2	ОК.8	
Занятие 5.1.3 Самостоятельная работа	Изучить технику выполнения подтягивания на перекладине.	1	1.3, 2.2	ОК.8	
Занятие 5.1.4 Самостоятельная работа	Закрепление техники подтягивания на перекладине.	1	1.3, 2.2	ОК.4	
Занятие 5.1.5 практическое занятие	Сдача контрольного норматива подтягивание- юноши, вис-девушки.	1	1.3, 2.2	ОК.8	1.3, 2.2
Занятие 5.1.6 теория	Сдача контрольного норматива подтягивание- юноши, вис-девушки.	1	1.3, 2.2	ОК.8	
Занятие 5.1.7 Самостоятельная работа	Изучение техники подьема туловища из положения лежа на спине.	1	1.3, 2.2, 3.4	ОК.4, ОК.8	
Занятие 5.1.8 Самостоятельная работа	Закрепление пройденой темы.	1	1.3, 2.2	ОК.8	

Занятие 5.1.9 Самостоятельная работа	Повторение технике при подготовке к Сгибанию- разгибание рук в упоре лежа.	1	1.3, 2.2	ОК.8	
Занятие 5.1.10 Самостоятельная работа	Темповые прыжки на месте через скакалку.	1	1.3, 2.2	ОК.8	
Занятие 5.1.11 Самостоятельная работа	Закрепление. Темповые прыжки через скакалку.	1	1.3, 2.2	ОК.4	
Занятие 5.1.12 Самостоятельная работа	Выпрыгивание из полуприседа вверх с гантелями.	1	1.3, 2.2	ОК.4	
Занятие 5.1.13 практическое занятие	Контрольный норматив: выпрыгивание вверх из полуприседа с гантелями.	1	1.3, 2.2	ОК.4, ОК.8	1.3, 2.2
Раздел 6	**Легкая атлетика**	**24**			
Тема 6.1	**Обучение техники прыжков в длину с разбега способом согнув ноги**	**6**			
Занятие 6.1.1 Самостоятельная работа	Техника прыжков в длину с разбега. Техника отталкивания.	1	1.3, 2.1	ОК.8	
Занятие 6.1.2 Самостоятельная работа	Техника разбега в сочетании с отталкиванием. Техника приземления.	1	1.3, 2.1	ОК.4	
Занятие 6.1.3 Самостоятельная работа	Техника движения в полете способом «согнув ноги». Техника прыжков в длину.	1	1.3, 2.1	ОК.1	

Занятие 6.1.4 Самостоятельная работа	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега способом "согнув ноги".	1	1.3, 2.1	ОК.4, ОК.8	
Занятие 6.1.5 практическое занятие	Сдача контрольных нормативов по техники выполнения прыжка в длину с разбега способом "согнув ноги".	1	1.3, 2.1	ОК.4	1.3, 2.1
Занятие 6.1.6 Самостоятельная работа	Сдача контрольных нормативов по техники выполнения прыжка в длину с разбега способом "согнув ноги".	1	1.3, 2.1	ОК.8	
Тема 6.2	**Совершенствование технике эстафетного бега, бега на средние и длинные дистанции**	**4**			
Занятие 6.2.1 Самостоятельная работа	Техника эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки.	1	1.3, 2.1	ОК.4	
Занятие 6.2.2 теория	Техника эстафетного бега в целом и ее совершенствование.	1	1.3, 2.1	ОК.8	
Занятие 6.2.3 теория	Сдача контрольного норматива по технике эстафетного бега 4х100 м.	1	1.3, 2.1	ОК.4	1.3, 2.1
Занятие 6.2.4 Самостоятельная работа	Сдача контрольного норматива по технике эстафетного бега 4х100 м.	1	1.3, 2.1	ОК.4	
Тема 6.3	**Техника бега на средние и длинные дистанции**	**14**			
Занятие 6.3.1 Самостоятельная работа	Техника бега на средние и длинные дистанции. Техника бега по прямой.	1	1.3, 2.1, 3.5	ОК.4	
Занятие 6.3.2 Самостоятельная работа	Техника бега по повороту. Техника высокого старта и стартового ускорения.	1	1.3, 2.1	ОК.8	

Занятие 6.3.3 Самостоятельная работа	Бег по дистанции.	1	1.3, 2.1	ОК.8	
Занятие 6.3.4 Самостоятельная работа	Бег по дистанции. Финиширование.	1	1.3, 2.1	ОК.4	
Занятие 6.3.5 Самостоятельная работа	Бег на средние и длинные дистанции.	1	1.3, 2.1	ОК.8	
Занятие 6.3.6 теория	Сдача контрольных нормативов по бегу на средние и длинные дистанции.	1	1.3, 2.1	ОК.4	1.3, 2.1
Занятие 6.3.7 Самостоятельная работа	Сдача контрольных нормативов по бегу на средние и длинные дистанции.	1	1.3, 2.1	ОК.8	
Занятие 6.3.8 Самостоятельная работа	Совершенстование методики метания гранаты.	1	1.3, 2.1	ОК.4, ОК.8	
Занятие 6.3.9 Самостоятельная работа	Техника финиширования. Совершенствование техники бега в целом с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	1	1.3, 2.1	ОК.8	
Занятие 6.3.10 Самостоятельная работа	Совершенствование техники бега на дистанцию 500-1000.	1	1.3, 2.1	ОК.8	
Занятие 6.3.11 Самостоятельная работа	Сдача контрольного норматива: бег на средние и длинные дистанции: девушки - 500 м, юноши - 1000 м.	1	1.3, 2.1	ОК.4	
Занятие 6.3.12 Самостоятельная работа	Совершенствование прыжков в длину с места.	1	1.3, 2.1	ОК.4, ОК.8	

Занятие 6.3.13 практическое занятие	Итоговое занятие. Сдача зачетов.	1	1.3, 2.1	ОК.8	1.3, 2.1
Занятие 6.3.14 практическое занятие	Итоговое занятие. Сдача зачетов.	1	1.3, 2.1	ОК.8	
	ВСЕГО:	80			

2.3. Формирование личностных результатов реализации программы воспитания

Наименование темы занятия	Наименование личностного результата реализации программы воспитания	Тип мероприятия	Наименование мероприятия

1.1.1 Инструктаж по технике безопасности. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студента.	3.1 Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознающий свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве	Мини-проект	Защита Родины, суверенитет и достоинство народа России

3.1.1 Правила игры в баскетбол, правила соревнования по баскетболу.	3.2 Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками	Беседа	Неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности

4.1.4 Сдача контрольного норматива подачи мяча в волейболе.	3.3 Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их права	Круглый стол	Историческое и культурное наследие народов России

5.1.1 Повторить технику безопасности на занятиях по ОФП.	3.4 Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде	Встреча с интересными людьми	Соблюдение и пропагандирование здорового образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность)

5.1.7 Изучение техники подьема туловища из положения лежа на спине.	3.4 Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде	Круглый стол	Никотин, алкоголь, наркотики.... а что плохого-то?

6.3.1 Техника бега на средние и длинные дистанции. Техника бега по прямой.	3.5 Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике	Экскурсия	Мировое художественное наследие, роль народных традиций и народного творчества

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета: .

ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ ВСЕХ ВИДОВ ЛАБОРАТОРНЫХ РАБОТ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ (далее – ЛПР)

Наименование занятия ЛПР	Перечень оборудования
2.1.4 Сдача контрольного норматива по прыжкам с места.	Рулетка
2.1.15 Сдача контрольного норматива в беге на длинные дистанции.	Свисток, Секундомер
3.1.5 Сдача контрольного норматива: выполнение штрафных бросков.	Баскетбольные мячи
3.1.10 Сдача контрольного норматива по ведению мяча двумя руками.	Баскетбольные мячи
4.1.11 Зачетное занятие. Техника прямого нападающего удара в волейболе.	Волейбольные мячи, Волейбольная сетка
5.1.5 Сдача контрольного норматива подтягивание- юноши, вис- девушки.	
5.1.13 Контрольный норматив: выпрыгивание вверх из полуприседа с гантелями.	
6.1.5 Сдача контрольных нормативов по техники выполнения прыжка в длину с разбега способом "согнув ноги".	
6.3.13 Итоговое занятие. Сдача зачетов.	Свисток
6.3.14 Итоговое занятие. Сдача зачетов.	

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Перечень рекомендуемых учебных, учебно-методических печатных и/или электронных изданий, нормативных и нормативно-технических документов

№	Библиографическое описание	Тип (основной источник, дополнительный источник, электронный ресурс)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины проводится на основе заданий и критериев их оценивания, представленных в фондах оценочных средств по дисциплине СГ.04 Физическая культура. Фонды оценочных средств содержат контрольно-оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации.

4.1. Текущий контроль успеваемости

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических занятий, практических занятий, лабораторных работ, курсового проектирования.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Индекс темы занятия
Текущий контроль № 1 (25 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.1 роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	1.1.1, 2.1.1, 2.1.2, 2.1.3
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	1.1.1, 2.1.1, 2.1.2, 2.1.3
Текущий контроль № 2 (30 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.1 роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	2.1.4, 2.1.5, 2.1.6, 2.1.7, 2.1.8, 2.1.9, 2.1.10, 2.1.11, 2.1.12, 2.1.13, 2.1.14
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	2.1.4, 2.1.5, 2.1.6, 2.1.7, 2.1.8, 2.1.9, 2.1.10, 2.1.11, 2.1.12, 2.1.13, 2.1.14
Текущий контроль № 3 (25 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.4 средства профилактики перенапряжения	3.1.1, 3.1.2, 3.1.3, 3.1.4

2.3 пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	3.1.1, 3.1.2, 3.1.3, 3.1.4
Текущий контроль № 4 (25 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.2 основы здорового образа жизни	3.1.5
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	2.1.15, 2.1.16
Текущий контроль № 5 (30 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.4 средства профилактики перенапряжения	3.1.6, 3.1.7, 3.1.8, 3.1.9, 4.1.1, 4.1.2, 4.1.3
2.3 пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	3.1.5, 3.1.6, 3.1.7, 3.1.8, 3.1.9, 4.1.1, 4.1.2, 4.1.3
Текущий контроль № 6 (30 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.3 условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности	4.1.9, 4.1.10
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	3.1.10, 3.1.11, 3.1.12, 3.1.13, 3.1.14, 3.1.15, 4.1.9, 4.1.10
Текущий контроль № 7 (30 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.3 условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности	4.1.11, 5.1.1, 5.1.2, 5.1.3, 5.1.4
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	4.1.11, 5.1.1, 5.1.2, 5.1.3, 5.1.4

Текущий контроль № 8 (30 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.3 условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности	5.1.5, 5.1.6, 5.1.7, 5.1.8, 5.1.9, 5.1.10, 5.1.11, 5.1.12
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	5.1.5, 5.1.6, 5.1.7, 5.1.8, 5.1.9, 5.1.10, 5.1.11, 5.1.12
Текущий контроль № 9 (30 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.3 условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности	5.1.13, 6.1.1, 6.1.2, 6.1.3, 6.1.4
2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	6.1.1, 6.1.2, 6.1.3, 6.1.4
Текущий контроль № 10 (30 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря.	
1.3 условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности	6.1.5, 6.1.6, 6.2.1, 6.2.2
2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	6.1.5, 6.1.6, 6.2.1, 6.2.2
Текущий контроль № 11 (30 минут). **Методы и формы:** Лабораторная работа (Опрос) **Вид контроля:**	
1.3 условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности	6.2.3, 6.2.4, 6.3.1, 6.3.2, 6.3.3, 6.3.4, 6.3.5
2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	6.2.3, 6.2.4, 6.3.1, 6.3.2, 6.3.3, 6.3.4, 6.3.5

Текущий контроль № 12 (30 минут). **Методы и формы:** Практическая работа (Сравнение с аналогом) **Вид контроля:** Практические задания с использованием спортивного инвентаря	
1.3 условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности	6.3.6, 6.3.7, 6.3.8, 6.3.9, 6.3.10, 6.3.11, 6.3.12
2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	6.3.6, 6.3.7, 6.3.8, 6.3.9, 6.3.10, 6.3.11, 6.3.12

4.2. Промежуточная аттестация

№ семестра	**Вид промежуточной аттестации**
1	Зачет

Зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей
Текущий контроль №1
Текущий контроль №2

Методы и формы: Практическая работа (Опрос)
Описательная часть: По выбору выполнить 1 теоретическое задание и 1 практическое задание

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Индекс темы занятия**
1.1 роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	1.1.1, 2.1.1, 2.1.2, 2.1.3, 2.1.4, 2.1.5, 2.1.6, 2.1.7, 2.1.8, 2.1.9, 2.1.10, 2.1.11, 2.1.12, 2.1.13, 2.1.14, 2.1.15
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	1.1.1, 2.1.1, 2.1.2, 2.1.3, 2.1.4, 2.1.5, 2.1.6, 2.1.7, 2.1.8, 2.1.9, 2.1.10, 2.1.11, 2.1.12, 2.1.13, 2.1.14, 2.1.15

№ семестра	**Вид промежуточной аттестации**
2	Зачет

Зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей

Текущий контроль №3
Текущий контроль №4

Методы и формы: Практическая работа (Опрос)
Описательная часть: По выбору выполнить 1 теоретическое задание и 1 практическое задание

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Индекс темы занятия**
1.1 роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	2.1.16
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	2.1.16, 3.1.10, 3.1.11, 3.1.12, 3.1.13, 3.1.14, 3.1.15

№ семестра	**Вид промежуточной аттестации**
3	Зачет

Зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей
Текущий контроль №5
Текущий контроль №6
Текущий контроль №7

Методы и формы: Практическая работа (Опрос)
Описательная часть: По выбору выполнить 1 теоретическое задание и 1 практическое задание

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Индекс темы занятия**
1.1 роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	4.1.9, 4.1.10, 4.1.11, 5.1.1, 5.1.2, 5.1.3, 5.1.4, 5.1.5

№ семестра	**Вид промежуточной аттестации**
4	Зачет

Зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей
Текущий контроль №8
Текущий контроль №9

Методы и формы: Практическая работа (Опрос)
Описательная часть: По выбору выполнить 1 теоретическое задание и 1 практическое задание

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Индекс темы занятия
1.1 роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	5.1.6, 5.1.7, 5.1.8, 5.1.9, 5.1.10, 5.1.11, 5.1.12, 5.1.13

№ семестра	Вид промежуточной аттестации
5	Дифференцированный зачет

Дифференцированный зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей
Текущий контроль №10
Текущий контроль №11
Текущий контроль №12

Методы и формы: Практическая работа (Опрос)
Описательная часть: По выбору выполнить 1 теоретическое задание и 1 практическое задание

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Индекс темы занятия
1.1 роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	
2.2 применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	

4.3. Критерии и нормы оценки результатов освоения дисциплины

Для каждой дидактической единицы представлены показатели оценивания на «3», «4», «5» в фонде оценочных средств по дисциплине.

Оценка «2» ставится в случае, если обучающийся полностью не выполнил задание, или выполненное задание не соответствует показателям на оценку «3».