

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ФИНАНСОВЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»
КАНАШСКИЙ ФИЛИАЛ ФИНУНИВЕРСИТЕТА

Утверждаю

Заместитель директора по

учебно-производственной работе

Т.М. Суханова /Т.М. Суханова/

«30» июня 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

СПЕЦИАЛЬНОСТИ 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Разработчик: Павлова Лидия Павловна, преподаватель Канашского филиала Фиуниверситета

Рецензент: Косолапов Геннадий Иванович, директор Канашского педагогического колледжа
Минобразования Чувашии

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметно-цикловой комиссии общих гуманитарных, социально-экономических и естественнонаучных дисциплин

Протокол № 13 от «30» июня 2023 г.

Председатель: Э.П. Платонова /Э.П. Платонова /

РЕЦЕНЗИЯ
на рабочую программу учебной дисциплины
«Физическая культура»
по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Рецензент: Косолапов Геннадий Иванович, директор Канашского педагогического колледжа Минобразования Чувашии

Рабочая программа дисциплины, представленная на рецензию, разработана на основе ФГОС СПО. Включает в себя: общую характеристику рабочей программы учебной дисциплины (место дисциплины в структуре основной образовательной программы, цель и планируемые результаты освоения дисциплины); структуру и содержание учебной дисциплины (объем учебной дисциплины и виды учебной работы, тематический план и содержание учебной дисциплины); условия реализации программы учебной дисциплины (материально-техническое обеспечение, информационное обеспечение реализации программы); контроль и оценка результатов освоения дисциплины.

Коды формируемых компетенций: ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08.

Объем образовательной программы учебной дисциплины – 160 часов, в том числе:

- объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем – 116 часов,

- самостоятельная работа – 44 часа.

Вид промежуточной аттестации – дифференцированный зачет.

Содержание дисциплины соответствует требованиям к знаниям, умениям по дисциплине согласно образовательной программе по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Условия реализации программы учебной дисциплины соответствуют современным условиям профессиональной деятельности выпускника.

Рекомендуемое информационное обеспечение соответствует актуальности и современности.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» может быть рекомендована для применения в учебном процессе по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Дата 30.06.2023

Подпись _____



СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОГСЭ.05 Физическая культура является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям). Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08, ПК 4.3.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08, ПК 2.2	Использовать физкультурно-оздоровительную практику для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности. Владеть техникой и приемами игровых и массовых видов спорта Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности). Взаимодействовать в группе и команде.	Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; Основы здорового образа жизни; Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); Средства профилактики и снятия перенапряжения во время умственного труда; Средства профилактики профессиональных заболеваний.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	164
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	118
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	114
Самостоятельная работа	46
Промежуточная аттестация в форме зачета	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
РАЗДЕЛ 1. Теоретическая подготовка. Основы здорового образа жизни.		6	
Тема 1.1. Физическая культура и спорт в воспитании студентов. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Оздоровительная и лечебная физическая культура.	Содержание учебного материала	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Психофизические основы физической культуры и спорта.	2	
	2. Характеристика психофизиологических состояний занимающихся физической культурой и спортом и способы их сознательной регуляции.		
	3. Утомление при физической и умственной деятельности. Гипокинезия и гиподинамия.		
	4. Массовый спорт и спорт высших достижений. Единая Всероссийская спортивная классификация. Студенческий спорт.		
	5. Физкультурно-оздоровительная деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.		
	6. Инструктаж по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.		
Самостоятельная работа обучающихся	4		
1. Изучение материала учебников и дополнительной литературы.			
РАЗДЕЛ 2. Практическая подготовка: основы движений, развитие основных двигательных качеств, умений и навыков.		94	
Тема 2.1. Легкая атлетика. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Прыжок в длину с места.	Содержание учебного материала	16	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.		
	2. Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции с низкого и высокого старта.		
	3. Техника прыжка в длину с места.		
В том числе практических занятий	16		

	1. Практическое занятие «Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Общая физическая подготовка (ОФП). Техника бега и ходьбы по дистанции».	2	
	2. Практическое занятие «Общая физическая подготовка (ОФП). Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования».	2	
	3. Практическое занятие «Совершенствование техники бега на короткие дистанции: 30 метров и 60 метров (контрольный норматив)».	2	
	4. Практическое занятие «Общая физическая подготовка (ОФП). Техника беговых упражнений. Прыжок в длину с места».	2	
	5. Практическое занятие «Общая физическая подготовка (ОФП). Техника беговых упражнений. Прыжок в длину с места».	2	
	6. Практическое занятие «Совершенствование техники прыжка в длину с места (контрольный норматив)».	2	
	7. Практическое занятие «Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции 500м, 1000м»	2	
	8. Практическое занятие «Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции 500м, 1000м»	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.Кроссовая подготовка. 2. Подготовка к сдаче контрольно-тестовых заданий и нормативов.	6	
Тема 2.2. Волейбол. Совершенствование технических элементов в волейболе.	Содержание учебного материала	20	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Техника передач мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений в парах, тройках и группах.		
	2. Техника подачи и приема мяча с подачи.		
	3. Техника выполнения прямого и обманного нападающего удара и блокирование.		
	В том числе практических занятий	20	
	1. Практическое занятие «Совершенствование техники передачи мяча сверху и снизу двумя руками в 3х и 4х после перемещений и в учебной игре».	2	
2. Практическое занятие «Совершенствование техники передачи мяча сверху и снизу двумя руками в 3х и 4х после перемещений и в учебной игре (контрольный норматив)».	2		

	3. Практическое занятие «Совершенствование техники верхней, нижней и боковой подачи и приема мяча с подачи. Учебная игра».	2	
	4. Практическое занятие «Совершенствование техники верхней, нижней и боковой подачи и приема мяча с подачи. Учебная игра. (контрольный норматив)».	2	
	5. Практическое занятие «Нападающий удар с места и с разбега в прыжке. Учебная игра».	2	
	6. Практическое занятие «Нападающий удар с места и с разбега в прыжке. Блок. Учебная игра».	2	
	7. Практическое занятие «Тактика подач и приема подач. Силовая, укороченная подача. Поддачи на точность. Учебная игра».	2	
	8. Практическое занятие «Нападающие удары с передачи из 2й, 3й и 4й зоны, обманные удары. Учебная игра».	2	
	9. Практическое занятие «Учебная игра».	2	
	10. Практическое занятие «Совершенствование технических элементов в игре. (Итоговый контроль).	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. Написание сообщений по разделу «Волейбол» (для студентов, временно освобожденных от практических занятий) 2. Подготовка к сдаче контрольно-тестовых заданий и нормативов 3. Участие в соревнованиях по волейболу. 4. Судейство игр. 5. Посещение спортивных секций.	6	
Тема 2.3. Баскетбол. Совершенствование технических элементов в баскетболе. Тактические действия в защите и нападении.	Содержание учебного материала	18	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колоннах, в парах, тройках.		
	2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, «ведение - 2 шага – бросок»		
	3. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом.		
	4. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите и нападении.		
	В том числе практических занятий	18	
1. Практическое занятие «Совершенствование техники владения	2		

	баскетбольным мячом. Учебная игра.		
	2. Практическое занятие «Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонах, в парах, тройках. Учебная игра.	2	
	3. Практическое занятие «Выполнение контрольно-тестовых заданий. Учебная игра в баскетбол.	2	
	4. Практическое занятие «Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении. Выполнение упражнения «ведение - 2 шага - бросок». Учебная игра.	2	
	5. Практическое занятие «Совершенствование техники владения мячом в баскетболе. (Контрольный норматив)	2	
	6. Практическое занятие «Индивидуальные тактические действия в защите, зонный прессинг. Учебная игра.	2	
	7. Практическое занятие «Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Учебная игра.	2	
	8. Практическое занятие «Учебная игра».	2	
	9. Практическое занятие «Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите в баскетболе. (Итоговый контроль).	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. Написание сообщений по разделу «Баскетбол» (для студентов, временно освобожденных от практических занятий) 2. Подготовка к сдаче контрольно-тестовых заданий и нормативов. 3. Участие в соревнованиях по баскетболу. 4. Судейство игр. 5. Посещение спортивных секций.	6	
Тема 2.4 Легкая атлетика. Совершенствование в эстафетном беге и метаниях.	Содержание учебного материала	10	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Эстафетный бег.		
	2. Метания.		
	В том числе практических занятий.	10	
	1. Практическое занятие «Способы передачи эстафетной палочки».	2	
	2. Практическое занятие «Совершенствование способов передачи эстафетной палочки».	2	
3. Практическое занятие «Метание снарядов (мячей для большого тенниса и гранат)».	2		

	4. Практическое занятие «Метание снарядов (мячей для большого тенниса и гранат)».	2	
	5. Практическое занятие «Выполнение контрольно-тестовых заданий и нормативов».	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка к сдаче контрольно-тестовых заданий и нормативов.	6	
РАЗДЕЛ 3. Практическая подготовка: Совершенствование приобретенных ранее навыков, знаний и умений для организации здорового образа жизни, профилактики и снятия перенапряжений.		66	
Тема 3.1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка. Спортивная ходьба.	Содержание учебного материала	10	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Техника бега и ходьбы по дистанции.		
	2. Спортивная ходьба.		
	3. Выносливость.		
	4. Кроссовая подготовка.		
	В том числе практических занятий	10	
	1. Практическое занятие «Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования».	2	
	2. Практическое занятие «Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг)».	2	
	3. Практическое занятие «Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг)».	2	
	4. Практическое занятие «Техника бега и ходьбы на дистанции 1000 метров, 2000 метров».	2	
5. Практическое занятие «Техника бега и ходьбы на дистанции 1000 метров, 2000 метров (контрольный норматив)».	2		
Самостоятельная работа обучающихся:		4	
1. Кроссовая подготовка.			
2. Подготовка к сдаче контрольно-тестовых заданий и нормативов.			
Тема 3.2. Волейбол. Тактические взаимодействия. Совершенствование	Содержание учебного материала	14	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Совершенствование техники передачи мяча сверху и снизу двумя руками в 3х и 4х после перемещений.		
	2. Техника выполнения обманного нападающего удара и блокирование.		
	3. Индивидуальные тактические действия в волейболе.		

техники владения волейбольным мячом. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в волейболе.	4. Групповые и командные тактические действия в волейболе.		
	В том числе практических занятий	14	
	1. Практическое занятие «Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении. Учебная игра».	2	
	2. Практическое занятие «Нападающие удары с передачи из 2й,3й и 4й зоны, обманные удары, блок Учебная игра».	2	
	3. Практическое занятие «Групповые взаимодействия в защите и нападении».	2	
	4. Практическое занятие «Групповые взаимодействия в защите и нападении».	2	
	5. Практическое занятие «Учебно-тренировочная игра в волейбол».		
	6. Практическое занятие «Учебно-тренировочная игра в волейбол».		
	7. Практическое занятие «Учебно-тренировочная игра в волейбол. Прием контрольных нормативов»	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. Посещение спортивных секций. 2. Участие в соревнованиях по волейболу. 3. Подготовка к сдаче контрольно-тестовых заданий и нормативов.	4	
Тема 3.3. Атлетическая гимнастика. Упражнения с собственным весом и отягощениями.	Содержание учебного материала	10	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Силовая гимнастика, упражнения для развития различных групп мышц.		
	2. Упражнения на координацию движений.		
	3. Круговая тренировка.		
	В том числе практических занятий	10	
	1. Практическое занятие «Развитие силы мышц брюшного пресса и спины. Круговая тренировка».	2	
	2. Практическое занятие «Развитие силы мышц брюшного пресса и спины. Круговая тренировка».	2	
	3. Практическое занятие «Развитие силы мышц рук и ног. Круговая тренировка».	2	
	4. Практическое занятие «Развитие силы мышц рук и ног. Круговая тренировка».	2	
5. Практическое занятие «Прием контрольных нормативов».	2		

	Самостоятельная работа обучающихся: 1. Посещение тренажерных залов. 2. Подготовка к сдаче контрольно-тестовых заданий и нормативов.	4	
Тема 3.4. Профессионально- прикладная физическая подготовка (ППФП).	Содержание учебного материала	14	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08 ПК 2.2
	1. Производственная гимнастика.		
	2. Пилатес.		
	3. Дыхательная гимнастика.		
	4. Самомассаж.		
	В том числе практических занятий	14	
	1. Практическое занятие «Составление и проведение комплекса упражнений типа производственной гимнастики».	2	
	2. Практическое занятие «Составление и проведение комплекса упражнений типа производственной гимнастики».	2	
	3. Практическое занятие «Составление и проведение комплекса упражнений для снятия напряжения».	2	
	4. Практическое занятие «Составление и проведение комплекса упражнений для снятия напряжения».	2	
	5. Практическое занятие «Дыхательная гимнастика».	2	
	6. Практическое занятие «Дыхательная гимнастика».	2	
	7. Практическое занятие «Общая физическая подготовка (ОФП) Самомассаж».	2	
Самостоятельная работа обучающихся: Составление и выполнение комплекса упражнений типа производственной гимнастики.	6		
Промежуточная аттестация в форме зачета (практическое занятие)	2		
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета (практическое занятие)	2		
Всего:	164		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ

ДИСЦИПЛИНЫ 3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрено следующее специальное помещение:

спортивный зал, оснащенный оборудованием: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, корзины, сетки, стойки; оборудование для силовых упражнений; гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, дорожка разметочная для прыжков и метания;

техническими средствами обучения: музыкальный центр с микрофоном, компьютер.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

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

Основная литература:

1. Физическая культура : учебник для образовательных учреждений среднего профессионального образования / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын, Р. Л. Палтиевич, Г. И. Погадаев. – 14-е изд., испр. – Москва : Академия, 2014. – 176 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-4468-0604-1.

3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. – 3-е изд., испр. – Москва : Юрайт, 2023. – 493 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-02309-1. – URL: <https://urait.ru/bcode/513286>

2. Виленский, М. Я. Физическая культура : учебник / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – 3-е изд., стер. – Москва : КноРус, 2022. – 214 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-406-09867-7. – URL: <https://book.ru/book/943895>

3. Кузнецов, В. С. Физическая культура : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – 3-е изд., испр. – Москва : КноРус, 2021. – 256 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-406-08271-3. – URL: <https://book.ru/book/940094>

4. Физическая культура и физическая подготовка : учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / В. Я. Кикоть, И. С. Барчуков, Ю. Н. Назаров, [и др.] ; под ред. В. Я. Кикотя. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2020. – 455 с. – ISBN 978-5-238-03366-2. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1376420>

3.2.3. Дополнительные источники

1. Бишаева, А. А. Физическая культура : учебник / А. А. Бишаева, В. В. Малков. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : КноРус, 2023. – 379 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-406-11725-5. – URL: <https://book.ru/book/949532>

2. Гилязиева, С. Р. Терминология общеразвивающих упражнений : учебное пособие / С. Р. Гилязиева, Т. В. Нурматова, М. Р. Валетов – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2015. – 120 с. – ISBN 978-5-7410-1284-0. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438997>

3. Николаев, В. С. Двигательная активность и здоровье человека (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки) : учебное пособие / В. С.

- Николаев, А. А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва : Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 82 с. – ISBN 978-5-4499-0148-4. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577707>
4. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под общ. ред. С. П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. – ISBN 978-5-906839-18-3. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>
5. Министерство спорта Российской Федерации : официальный сайт. - URL: <https://www.minsport.gov.ru/>.
6. Олимпийский комитет России : официальный сайт. - URL: <https://olympic.ru/>.
7. Паралимпийский комитет России : официальный сайт. - URL: <https://paralymp.ru/?ysclid=llxpbhtdaj887016479>.
8. Российская спортивная энциклопедия : [сайт]. – URL: <http://libsport.ru/>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Знания:		
- Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - Основы здорового образа жизни;	- Содержание реферата, доклада; - Оформление реферата, доклада; - Использование терминологии и понятий при изложении материала	- Проверка рефератов, докладов по темам теоретического раздела программы; - Защита реферата, доклада. Ответы на вопросы по докладу;
- Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности «Финансы»;	- Правильность ответов при опросе и тестировании	- Устный опрос по пройденным темам и разделам программы; - Тестирование
- Средства профилактики и снятия перенапряжения во время умственного труда; - Средства профилактики профессиональных заболеваний.	- Правильность и последовательность упражнений при составлении комплексов упражнений	- Проверка составленных комплексов упражнений типа производственной гимнастики
Умения:		
- Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	- Четкость, громкость, правильность объяснения и показ упражнений при проведении комплексов упражнений с группой; - Соблюдение последовательности упражнений; - Грамотное использование терминологии	Экспертное наблюдение и оценка деятельности обучающихся при проведении комплексов упражнений с группой
- Владеть техникой и приемами игровых и массовых видов спорта	- Правильность выполнения технических элементов; - результат	Оценка результатов контрольно-тестовых нормативов ¹
- Взаимодействовать в группе и команде	- Слаженность взаимодействия и достижение результата	Экспертное наблюдение и оценка деятельности обучающихся при взаимодействии в парах, тройках и командах.
- Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для специальности «Финансы»	- Результаты тестирований в соответствии с ФОС; - Сравнительный анализ результатов тестирований по годам обучения	Тестирование для определения уровня физического развития, основных двигательных качеств обучающихся и освоенных умений и навыков.