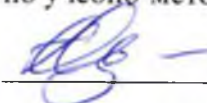


Федеральное государственное образовательное бюджетное  
учреждение высшего образования  
«**Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации**»  
(**Финансовый университет**)

Московский финансовый колледж

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора  
по учебно-методической работе

 — Г.Р. Солохова

« 28 » мая 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД. 05 Физическая культура**

по специальности среднего профессионального образования

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Москва – 2019

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) и примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура», рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением ФГАУ ФИРО от 21.07.2015г. (протокол №3)

Разработчики:

Безрукова И.Ю. – преподаватель МФК Финансового университета

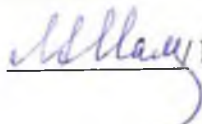
Симонова О.Ю. – преподаватель МФК Финансового университета

Рецензент:

Камарзина Т.В. – директор ГБОУ школы № 1383

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол от «16» июня 2019 г. № 10

Председатель ПЦК  Мамаева М.И./

## Рецензия

на рабочую программу по дисциплине «Физическая культура» для специальности СПО 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), составленную преподавателями Московского финансового колледжа Финансового университета Безруковой И.Ю.; Симоновой О.Ю.

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» предназначена для организации занятий по физической культуре в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования.

Рабочая программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Физическая культура», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования.

Учебная дисциплина «Физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций:

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности; ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие; ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами; ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей; ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях; ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Рабочая программа содержит общую характеристику рабочей программы, в котором сформулированы цели и задачи дисциплины, содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, тематику рефератов (докладов), индивидуальных проектов, виды самостоятельных работ.

Авторы дают обоснование целесообразности выполнения студентами внеаудиторной самостоятельной работы, определены виды промежуточного контроля.

В основной части Рабочей программы сформулированы цели и задачи, содержание каждой темы. Построение тематического плана занятий предусматривает привлечение студентов к активному освоению материала, что может быть достигнуто выполнением студентами дополнительных заданий по темам программы. Программа разбита на разделы (Легкая атлетика, Спортивные игры, Волейбол, Баскетбол, Лыжный спорт, ОФП, ППФП, Личная подготовка). Разработаны зачетные требования, нормативы по разделам программы. Системно-деятельный подход к обучению отражен в содержании как теоретических, так и практических занятий. Задания для самостоятельной работы предусматривают работу с дополнительной литературой и спортивным инвентарем.

Рабочая программа составлена грамотно и позволяет реализовать комплексный подход к процессу обучения.

Рецензент:  
Директор ГБОУ школы № 1383



Камарзина Т.В.

**СОДЕРЖАНИЕ**

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

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного учебного цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям). Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций:

ОК 06. – Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;

ОК 08. – Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 06. ОК 07. ОК 08.	Использовать физкультурно-оздоровительную для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности. Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)	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 перенапряжения

## 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	124
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	124
в том числе:	
теоретическое обучение	8
практические занятия	114
лабораторные работы	-
контрольные работы	-
курсовая работа (проект)	-
самостоятельная работа	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета во 2 семестре ( за счет учебного времени, отведенного на практические занятия).	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
<b>Раздел 1. Теория</b>		4	
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Цели и задачи дисциплины. 2. Основные требования к спортивной форме. 3. Структура дисциплины. Критерии оценки 4. Требования к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями. 5. О врачебном контроле	1	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
<b>Тема 1.1. Основы здорового образа жизни. Физкультура в обеспечении здоровья.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни. 2. Современное состояние здоровья молодежи. 3. Влияние экологических факторов на здоровье человека. 4. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании. 5. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни. 6. Рациональное питание и профессия. 7. Режим в трудовой и учебной деятельности. Активный отдых. Вводная и производственная гимнастика. 8. Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью: закаливание, личная гигиена, гидропроцедуры, бани, массаж.	1	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
<b>Тема 1.2 Основы методики самостоятельных занятий</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. 2. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.	2	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.



<b>физическими упражнениями</b>	<p>3. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.</p> <p>4. Двигательная активность.</p> <p>5. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности.</p> <p>6. Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек.</p> <p>7. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена.</p> <p>8. Коррекция фигуры.</p> <p>9. Основные признаки утомления.</p> <p>10. Факторы регуляции нагрузки.</p> <p>11. Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p>		
<b>Раздел 2. Легкая атлетика.</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 2.1. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Кроссовая подготовка. Прыжки.</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. Специальные беговые упражнения.</p> <p>2. Техника бега с низкого, среднего и высокого старта.</p> <p>3. Общая физическая подготовка, развитие двигательных качеств.</p>	16	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	16	
	1. <b>Практическое занятие 1.</b> Общая физическая подготовка (ОФП). Техника беговых упражнений	2	
	2. <b>Практическое занятие 2.</b> Обучение технике высокого и низкого старта.	2	
	3. <b>Практическое занятие 3.</b> Совершенствование техники бега на короткие дистанции: 30м и 60м (контрольный норматив).	2	
	4. <b>Практическое занятие 4.</b> Общая физическая подготовка (ОФП). Обучение технике прыжка в длину с места	2	
	5. <b>Практическое занятие 5.</b> Повторение техники прыжка в длину с места (контрольный норматив).	2	
	6. <b>Практическое занятие 6.</b> ОФП. Кроссовая подготовка. 7. <b>Практическое занятие 7.</b> Специальные упражнения бегуна. Прыжки через скакалку.	2	

	8. <b>Практическое занятие 8.</b> Выполнение контрольно-тестовых заданий.		
<b>Раздел 3. Волейбол.</b>		28	
<b>Тема 3.1. Индивидуальные действия игроков с мячом и без мяча.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Обучение основной стойке волейболиста и перемещениям под мяч. 2. Общая физическая подготовка. 3. Обучение передаче сверху и снизу двумя руками над собой и в парах. 4. Обучение верхней прямой и нижней прямой подачам. 5. Разучивание правил волейбола. 6. Судейство.	<b>28</b>	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>28</b>	
	1. <b>Практическое занятие 9.</b> Обучение основной стойке волейболиста и перемещениям под мяч. Правила игры в волейбол.	2	
	2. <b>Практическое занятие 10.</b> Обучение передаче сверху двумя руками над собой.	2	
	3. <b>Практическое занятие 11.</b> Обучение передаче снизу двумя руками над собой.	2	
	4. <b>Практическое занятие 12.</b> Обучение передаче сверху двумя руками над собой и партнеру.	2	
	5. <b>Практическое занятие 13.</b> Обучение передаче снизу двумя руками над собой и партнеру.	2	
	6. <b>Практическое занятие 14.</b> Обучение верхней и нижней прямой подаче.	2	
	7. <b>Практическое занятие 15.</b> Обучение передаче сверху двумя руками партнеру после перемещений.	2	
	8. <b>Практическое занятие 16.</b> Обучение передаче снизу двумя руками партнеру после перемещений.	2	
	9. <b>Практическое занятие 17.</b> Выполнение контрольно-тестовых заданий.	2	
	10. <b>Практическое занятие 18.</b> подача и прием подач снизу двумя руками.	2	
	11. <b>Практическое занятие 19.</b> Совершенствование технических элементов в игре.	2	
12. <b>Практическое занятие 20.</b> Выполнение контрольно-тестовых заданий.	2		
13. <b>Практическое занятие 21.</b> Совершенствование технических	2		

	элементов в игре. 14. <b>Практическое занятие 22.</b> Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в волейболе	2	
<b>Раздел 4. Теория</b>		<b>4</b>	
<b>Тема 4.1 Психофизические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в урегулировании работоспособности.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Личная и социальная - экономическая необходимость специальной оздоровительной и психофизической подготовки к труду. 2. Оздоровительные и профилированные методы физического воспитания. 3. Современное состояние физической культуры и спорта. 4. Физическая культура и личность профессионала. 5. Оздоровительные системы физического воспитания. их роль в формировании здорового образа жизни. сохранении творческой активности и долголетия. предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек.	<b>2</b>	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
<b>Тема 4.2 История Олимпийского движения.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. История возникновения олимпийских игр. 2. Древняя Греция, Олимпия. Легенды прошлого. Участники, правила, символика, первые олимпийники. 3. Традиции, виды спорта. 4. История закрытия игр древности. 5. Возрождение олимпийского движения. Роль Пьера Де Кубертена. Создание Международного Олимпийского Комитета (МОК). 6. Современные традиции и олимпийская символика. Летние и зимние Олимпийские игры. Паралимпийские игры. 7. Москва-1980г и Сочи-2014..	<b>2</b>	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
<b>Раздел 5. Лыжная подготовка.</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 5.1. Лыжная подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Разучивание техники передвижения на лыжах по прямой и пересеченной местности. 2. Подъемы, спуски.	16	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08..
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>16</b>	

	<p>1. <b>Практическое занятие 23.</b>Подбор лыжного инвентаря. Попеременные лыжные ходы.</p> <p>2. <b>Практическое занятие 24.</b> Одновременный бесшажный, одношажный, двухшажный ход.</p> <p>3. <b>Практическое занятие 25.</b> Полуконьковый и коньковый ход.</p> <p>4. <b>Практическое занятие 26.</b> Повороты, торможения, спуски, подъемы.</p> <p>5. <b>Практическое занятие 27.</b> Прохождение дистанций 3 км (девушки), до 5 км (юноши) на лыжах.</p> <p>6. <b>Практическое занятие 28.</b> Техника передвижения по прямой</p> <p>7. <b>Практическое занятие 29.</b> Выполнение контрольных нормативов по лыжной подготовке.</p> <p>8. <b>Практическое занятие 30.</b> Прохождение дистанций 3 км (девушки), до 5 км (юноши) на лыжах.</p>	2 2 2 2 2 2 2 2	
<b>Раздел 6. Баскетбол.</b>		<b>26</b>	
<b>Тема 6.1. Индивидуальные и групповые действия игроков с мячом и без мяча.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	26	ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
	1. Техника безопасности на занятиях баскетболом.		
	2. Основные правила игры в баскетбол. Основная стойка баскетболиста.		
	3. Перемещения без мяча. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броски с места и с разбега.		
	4. Разучивание правил игры в баскетбол.		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>26</b>	
1. <b>Практическое занятие 31.</b> Обучение технике ведения мяча правой и левой руками.	2		
2. <b>Практическое занятие 32.</b> Обучение технике выполнения передач и бросков мяча в кольцо с места.	2		
3. <b>Практическое занятие 33.</b> Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в баскетболе.	2		
4. <b>Практическое занятие 34.</b> Обучение технике выполнения штрафного броска.	2		
5. <b>Практическое занятие 35.</b> Обучение технике выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста.	2		
6. <b>Практическое занятие 36.</b> Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в баскетболе.	2		

	<p>7. <b>Практическое занятие 37.</b> Обучение передачам в движении со сменой места, в колоннах и по кругу.</p> <p>8. <b>Практическое занятие 38.</b> Обучение технике ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо с 2-х шагов.</p> <p>9. <b>Практическое занятие 39.</b> Учебная игра в баскетбол.</p> <p>10. <b>Практическое занятие 40.</b> Индивидуальный и зонный прессинг.</p> <p>11 <b>Практическое занятие 41.</b> Совершенствование технических элементов в учебной игре в баскетбол.</p> <p>12. <b>Практическое занятие 42.</b> Совершенствование технических элементов в учебной игре в баскетбол.</p> <p>13. <b>Практическое занятие 43.</b> Выполнение контрольных нормативов по техническим элементам в баскетболе.</p>	2	
		2	
		2	
		2	
		2	
		2	
		2	
<b>Раздел 7. Гимнастика.</b>		<b>14</b>	
<b>Тема 7.1. Упражнения для тренировки силы всех групп мышц.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
	1. Техника безопасности на уроках гимнастики и в тренажерном зале.	14	
	2. Развитие силы мышц рук, ног, туловища, спины и пресса.		
	3. Круговая тренировка.		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>14</b>	
	1. <b>Практическое занятие 44.</b> Упражнения для мышц спины и туловища, развитие гибкости.	2	
	2. <b>Практическое занятие 45.</b> Прыжки через скакалку, развитие прыгучести.	2	
3. <b>Практическое занятие 46.</b> Выполнение контрольных нормативов по гимнастике	2		
4. <b>Практическое занятие 47.</b> Развитие силы мышц рук.	2		
5. <b>Практическое занятие 48.</b> Выполнение контрольных нормативов по гимнастике	2		
6. <b>Практическое занятие 49.</b> Развитие силы мышц рук, ног, туловища, спины и пресса, круговая тренировка.	2		
7. <b>Практическое занятие 50.</b> Выполнение контрольных нормативов по гимнастике	2		
<b>Раздел 8. Легкая атлетика.</b>		<b>14</b>	

<b>Тема 8.1. Совершенствование в беге и прыжках. Кроссовая подготовка.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 06., ОК 07., ОК 08.
	1. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.		
	2. Специальные беговые упражнения.	14	
	3. Техника бега с низкого, и высокого старта.		
	4. Способы передачи эстафетной палочки.		
	5. Техника прыжков в длину.		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>14</b>	
	1. <b>Практическое занятие 51.</b> Специальные беговые упражнения.	2	
2. <b>Практическое занятие 52.</b> Совершенствование техники высокого и низкого старта.	2		
3. <b>Практическое занятие 53.</b> . Совершенствование техники стартового рывка, финиширования	2		
4. <b>Практическое занятие 54.</b> Выполнение контрольных нормативов.	2		
5. <b>Практическое занятие 55.</b> Обучение способам передачи эстафетной палочки.	2		
6. <b>Практическое занятие 56.</b> Совершенствование техники маха руками, отталкивания и приземления при выполнении прыжков в длину с места.	2		
7. <b>Практическое занятие 57.</b> Выполнение контрольных нормативов.	2		
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета (за счет времени, отведенного на практические занятия).</b>	<b>2</b>		
<b>Всего:</b>	<b>124</b>		

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Материально – техническое обеспечение**

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения (в соответствии с ФГОС и ПООП):

Помещение «Спортивный зал»,

Спортивный зал,

оснащенный оборудованием: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, корзины, сетки; секундомеры, рулетка, мячи для тенниса, скакалки.

оснащенный техническими средствами обучения: табло, компьютер, принтер. Для занятий лыжным спортом: лыжная база с лыжохранилищем, учебно-тренировочные лыжни и трассы, отвечающие требованиям безопасности, лыжи и лыжные палки. Для занятий легкой атлетикой: беговая дорожка, спортивная площадка.

### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

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

#### 3.2.1. Печатные издания

Основная литература:

1. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура (СПО): Учебник [Электронный ресурс] - Москва: КноРус, 2018 – 214 - Режим доступа: <http://www.book.ru/book/929821>

#### 3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Электронно-библиотечная система BOOK.RU <http://www.book.ru>
2. [www.minstm.gov.ru](http://www.minstm.gov.ru) - Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации
3. [www.edu.ru](http://www.edu.ru) - Федеральный портал «Российское образование»
4. [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru) - Официальный сайт Олимпийского комитета России

#### 3.2.3. Дополнительные источники

1. Жигарева О.Г. Повышение эффективности физической подготовки студентов. Учебное пособие – М.: Прометей, 2018
2. Никитушкин В., Суслов Ф. Спорт высших достижений: Теория и методика. Учебное пособие. – М.: Спорт, 2018
3. Майлеченко Е., Доценко Н., и др. Физическая культура. Курс лекций. Учебное пособие –М: Юнити-Дана, 2017
4. Матвеев А.П. Физическая культура. М.: Издательство «Просвещение», 2020
5. Журнал «Физкультура и спорт».
6. Журнал «Физкультура в школе».



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>- Основы здорового образа жизни;</li> <li>- Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности</li> <li>- Средства профилактики перенапряжения</li> </ul>	<p>Демонстрация понимания роли физической культуры, основ здорового образа жизни, зон физического здоровья для специальности, средства профилактики перенапряжений</p>	<p>Фронтальная беседа, устный опрос, тестирование. Написание рефератов-сообщений.</p>
<p>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>- Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности</li> <li>- Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности</li> </ul>	<p>Демонстрация умения применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности, пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности</p>	<p>Экспертное наблюдение и оценка результатов деятельности обучающихся при проведении практических занятий. Оценка выполнения индивидуальных заданий, выполнение контрольно-тестовых нормативов.</p>