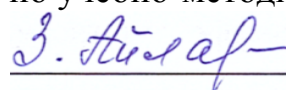


ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ФИНАНСОВЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»  
(ФИНУНИВЕРСИТЕТ)

**ВЛАДИКАВКАЗСКИЙ ФИЛИАЛ ФИНУНИВЕРСИТЕТА**

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора  
по учебно-методической работе



З.К.Айларова

«28» июня 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД. 05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

специальность

09.02.07 Информационные системы и программирование

Владикавказ  
2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «ОУД.05 Физическая культура» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее ФГОС) и Рекомендаций по организации среднего общего образования в пределах освоения программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования (письмо Министерства образования и науки РФ от 17 марта 2015г. №06-259).

Разработчик (-ки):

С.В.Базгадзе –преподаватель Владикавказского филиала Финуниверситета

Рецензент (-ты):

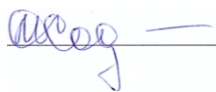
И.Н.Воробьева – к.пед.н., ст. преп. кафедры «ТФВ и спортивных дисциплин»  
СОГУ им. К.Л. Хетагурова

В.С.Бирагов–к.пед.н., преподаватель Владикавказского филиала  
Финуниверситета

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии общеобразовательных дисциплин

Протокол от «18»июня 2022 г.№11

Председатель ПЦК



М.К.Ходова

## СОДЕРЖАНИЕ

стр.

I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	4
II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	6
III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	13
IV. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	15

# **1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОУД. 05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

## **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «ОУД. 05 Физическая культура» является частью образовательной программы, разрабатываемой и утверждаемой образовательной организацией в соответствии с ФГОС СПО по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование. Рабочая программа учебной дисциплины «ОУД. 05 Физическая культура» может быть использована при освоении области профессиональной деятельности 06 Связь, информационные и коммуникационные технологии.

## **1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы**

Учебная дисциплина «ОУД. 05 Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного учебного цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование.

Учебная дисциплина «ОУД. 05 Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС СПО специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии следующих общих компетенций:

<b>Код (ОК)</b>	<b>Формулировка компетенции</b>
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.
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 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и

	укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности поддержания необходимого уровня физической подготовленности.
--	---

### 1.3 Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

В результате освоения программы учебной дисциплины «ОУД.05 Физическая культура» обучающиеся должны освоить:

Код (ОК)	Знания	Умения
ОК 01 ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 08.	<p>– факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие;</p> <p>– принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств;</p> <p>– способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</p> <p>– основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности</p>	<p>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>– самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями;</p> <p>– осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды.</p>

## II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объём в часах</b>
объём образовательной программы учебной дисциплины	<b>124</b>
объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	<b>124</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	
практические занятия	124
лабораторные работы	
контрольные работы	
курсовая работа (проект)	
Консультации	
<b>Самостоятельная работа</b>	
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	
работа с материалами периодической печати	
подготовка докладов, сообщений, рефератов	
составление конспектов и презентаций	
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины**  
**«ОУД. 05 Физическая культура»**  
 специальность 09.02.07 Информационные системы и программирование.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
<b>Раздел I. Легкая атлетика</b>		<b>24</b>	<b>ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 08.</b>
<b>Тема 1.1.</b> Техника безопасности на уроках физической культуры.	<b>Содержание учебного материала.</b> Ознакомление с техникой безопасности в спортивном зале. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.2.</b> Тест по ОФП.	<b>Содержание учебного материала:</b> Юноши 1. прыжки в длину с места (см) 2. прыжки в длину с разбега (м) 3. бег на короткие дистанции (мин) Девушки 1. прыжки в длину с места (см) 2. прыжки в длину с разбега (м) 3. бег на короткие дистанции (мин) <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.3.</b> Техника специальных упражнений бегуна.	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение и совершенствование техники специально-беговых упражнений. <b>Практическое занятие</b>	2	ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.4.</b> Техника высокого и низкого старта.	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение и освоение элементов техники высокого и низкого старта. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.5.</b> Техника бега на короткие дистанции.	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение и ознакомление с особенностями и спецификой техники бега на короткие дистанции. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.6.</b> Техника бега на средние дистанции.	<b>Содержание учебного материала:</b> Освоение и ознакомление с особенностями и спецификой техники бега на средние дистанции. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.7.</b> Техника бега на короткие и средние дистанции	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение и освоение особенностей и специфики техники бега на короткие и средние дистанции <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.

<b>Тема 1.8.</b> Старт и стартовый разгон	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике стартового ускорения и стартового разгона. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.9.</b> Бег по дистанции, финиширование	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике финиширования и бега по дистанции. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.10.</b> Техника прыжка в длину с места	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники прыжка в длину с места. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.11.</b> Техника толчка и приземления	<b>Содержание учебного материала:</b> Изучение техники прыжка, отталкивания от планки, приземления обучение технике толчка <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 1.12.</b> Техника эстафетного бега и передачи эстафетной палочки	<b>Содержание учебного материала:</b> Изучение техники эстафетного бега и обучение передачи эстафетной палочки. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Раздел 2. Спортивные игры. (Волейбол)</b>		<b>20</b>	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 2.1.</b> Правила игры в волейбол	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение командным действиям в игре. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 2.2.</b> Техника приема и передачи мяча сверху двумя руками	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике приема и передачи мяча сверху двумя руками. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 2.3.</b> Техника передачи мяча в парах	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху двумя руками. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 2.4.</b> Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками.	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике приема и передачи мяча снизу двумя руками. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 2.5.</b> Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками.	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике приема и передачи мяча снизу двумя руками. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 2.6.</b> Техника передачи мяча в парах	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники приема и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 2.7.</b> Техника передачи мяча в парах	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники приема и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.



<b>Тема 2.8.</b> Техника подачи мяча	<b>Содержание учебного материала:</b> Ознакомление с техникой подачи мяча. Обучение технике подачи мяча. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04 ОК 08.
<b>Тема 2.9.</b> Техника верхней и нижней подачи мяча	<b>Содержание учебного материала.</b> Ознакомление с техникой верхней и нижней подачи мяча.Совершенствование техники подачи мяча. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 2.10.</b> Техника верхней и нижней подачи мяча	<b>Содержание учебного материала.</b> Ознакомление с техникой верхней и нижней подачи мяча.Совершенствование техники подачи мяча. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Раздел 3.Спортивные игры. (Баскетбол)</b>		<b>14</b>	<b>ОК 03, ОК 04, ОК 08.</b>
<b>Тема 3.1.</b> Правила игры в баскетбол	<b>Содержание учебного материала.</b> Ознакомление студентов с правилами игры в баскетбол, расположение игроков на площадке.Обучение технике игры в баскетбол. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 3.2.</b> Техника ведения и передачи мяча	<b>Содержание учебного материала.</b> Ознакомление с техникой ведения и передачи мяча.Совершенствование техники ведения и передачи мяча. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 3.3</b> Изучение и совершенствование техники ведения и передачи мяча	<b>Содержание учебного материала.</b> Отработка упражнений для освоения техники ведения и передачи мяча. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 3.4.</b> Комбинационные действия	<b>Содержание учебного материала.</b> Изучение и совершенствование комбинационных действий защиты и нападения. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 3.5.</b> Техника защиты и нападения	<b>Содержание учебного материала:</b> Изучение и обучение технике защиты и нападения. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 3.6.</b> Совершенствование техники защиты и нападения	<b>Содержание учебного материала:</b> Подвижные игры с элементами баскетбола.Работа по заданию в игре. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 3.7.</b> Двусторонняя игра	<b>Содержание учебного материала:</b> Овладение техникой защиты и нападения. Эффективное взаимодействие с игроками в команде. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Раздел 4.Спортивные игры (волейбол)</b>		<b>18</b>	<b>ОК 03, ОК 04, ОК 08.</b>

<b>Тема 4.1.</b> Техника нападающего удара	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение и совершенствование техники нападающего удара. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 4.2.</b> Техника прыжка при нападающем ударе	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение прыжку при нападающем ударе. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 4.3.</b> Техника верхней прямой подачи	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике верхней прямой подачи. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 4.4.</b> Совершенствование техники нападающего удара	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники в учебной игре, отработка нападающего удара. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 4.5.</b> Техника защитных действий в игре	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике защитных действий при подаче. Защитные действия при нападающем ударе. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 4.6.</b> Техника защитных действий в парах, в тройках	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение защитным действиям в парах, в тройках. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 4.7.</b> Техника защитных действий возле сетки	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике защитных действий возле сетки. Учебная игра <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 4.8.</b> Блокирование нападающего удара	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике блокирования нападающего удара. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 4.9.</b> Техника двойного блокирования нападающего удара	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение двойному блокированию нападающего удара. Учебная игра. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Раздел 5. Спортивные игры (баскетбол)</b>		<b>20</b>	<b>ОК 03, ОК 04, ОК 08.</b>
<b>Тема 5.1.</b> Штрафные броски	<b>Содержание учебного материала:</b> Изучение выполнения штрафных бросков. Отработка штрафных бросков. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 5.2.</b> Двусторонняя игра	<b>Содержание учебного материала:</b> Изучение правил двусторонней игры. Попадание в кольцо со штрафной линии. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 5.3.</b> Совершенствование техники штрафных бросков и двусторонней игры	<b>Содержание учебного материала.</b> Отработка техники штрафных бросков в двусторонней игре. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.

<b>Тема 5.4.</b> Техника выполнения бросков в прыжке и в движении	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники выполнения бросков в прыжке и в движении. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 5.5.</b> Техника выполнения броска двумя руками снизу и в движении	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники выполнения броска двумя руками снизу и в движении. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 5.6.</b> Техника ведения мяча	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике ведения мяча. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 5.7.</b> Техника ведения мяча с высоким отскоком и низким отскоком	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике ведения мяча с высоким и низким отскоком. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 5.8.</b> Техника ведения мяча со зрительным контролем и без зрительного контроля	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники ведения мяча со зрительным контролем и без зрительного контроля. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 5.9.</b> Техника передвижения на площадке	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники передвижения на площадке во время учебной игры. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 5.10.</b> Техника приема и передачи мяча	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники приема и передачи мяча. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Раздел 6. Легкая атлетика</b>		<b>28</b>	<b>ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 08.</b>
<b>Тема 6.1 .</b> Общая физическая подготовка	<b>Содержание учебного материала:</b> Техника выполнения упражнений силового характера, скоростно- силовых упражнений, выполнение упражнений на подвижность и координацию. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.2 .</b> Техника бега на средние дистанции	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники бега на средние дистанции. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.3 .</b> Техника кроссового бега	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике кроссового бега. <b>Практическое занятие.</b>		ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.4 .</b> Техника бега на длинные дистанции	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники бега на длинные дистанции. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.5 .</b> Техника бега по прямой.	<b>Содержание учебного материала:</b> Ознакомление с техникой бега по прямой. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.

<b>Тема 6.6 .</b> Техника преодоления поворотов	<b>Содержание учебного материала:</b> Ознакомление с техникой преодоления поворотов. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.7.</b> Техника и тактика распределения усилий в беге на длинные дистанции	<b>Содержание учебного материала:</b> Ознакомление с техникой и тактикой распределения усилий в беге на длинные дистанции. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.8 .</b> Техника кроссового бега	<b>Содержание учебного материала:</b> Изучение техники кроссового бега. Развитие общей выносливости. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.9 .</b> Марш-бросок	<b>Содержание учебного материала:</b> Развитие общей выносливости и скоростно-силовых качеств. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.10.</b> Техника прыжка в длину с разбега	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике прыжка в длину с разбега. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.11 .</b> Техника разбега с последующим переходом в фазу отталкивания	<b>Содержание учебного материала:</b> Обучение технике разбега с последующим переходом в фазу отталкивания и выполнение подводящих упражнений к ним. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.12 .</b> Техника толчка в прыжках в длину с разбега	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники толчка в прыжках в длину с разбега. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.13 .</b> Техника приземления	<b>Содержание учебного материала:</b> Совершенствование техники приземления и выполнение подводящих упражнений. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 08.
<b>Тема 6.14.</b> Специальная физическая подготовка	<b>Содержание учебного материала:</b> Техника выполнения упражнений силового характера, скоростно- силовых упражнений, выполнение упражнений на подвижность и координацию. <b>Практическое занятие.</b>	2	ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 08.
<b>Итого учебных занятий</b>		<b>124</b>	
Консультации			
Промежуточная аттестация			
<b>ВСЕГО образовательная нагрузка</b>		<b>124</b>	

## **III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОУД. 05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы учебной дисциплины «ОУД. 05 Физическая культура» предусмотрены следующие специальные помещения:

- для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации - спортивный зал; оборудование:

- сетка волейбольная – 1 шт.,
  - табло судейское – 1 шт.,
  - щит баскетбольный – 2 шт.,
  - теннисный стол – 2 шт.,
  - гимнастическая скамья – 6 шт.,
  - стол для армспорта – 1 шт.
  - коврик гимнастический – 20 шт.,
  - мяч баскетбольный – 10 шт.,
  - мяч волейбольный – 10 шт.,
  - ракетки для бадминтона – 12 шт.,
  - обруч простой – 20 шт.,
  - ракетки для настольного тенниса – 10 шт.
- для самостоятельной работы обучающихся- библиотека, включающая читальный зал

оборудование:

- столы – 20 шт.
- стулья – 40 шт.
- шкаф для книг – 4 шт.
- стеллажи книжные – 13 шт.
- стеллажи выставочные – 4 шт.
- компьютер в сборе – 6 шт.
- телевизор – 1 шт.
- выход в Интернет

## **3.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

### **3.2.1. Основная литература:**

1. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — URL: <https://ezpro.fa.ru:3217/bcode/469681> (дата обращения: 15.09.2021). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт. — Текст: электронный.

2. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — URL: <https://ezpro.fa.ru:3217/bcode/471143> (дата обращения: 15.09.2021). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт. — Текст: электронный.

### **3.2.2. Дополнительные источники:**

1. Виленский, М.Я. Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — Москва: КноРус, 2021. — 214 с. — ISBN 978-5-406-08169-3. — URL: <https://book.ru/book/939387> (дата обращения: 10.06.2021). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Book.ru. — Текст: электронный.

2. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика: учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — URL: <https://ezpro.fa.ru:3217/bcode/471782> (дата обращения: 15.09.2021). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт. — Текст: электронный.

3. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — URL: <https://ezpro.fa.ru:3217/bcode/475342> (дата обращения: 15.09.2021). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт. — Текст: электронный.

### **3.2.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

1. Электронно-библиотечная система BOOK.RU <http://www.book.ru>

2. Электронно-библиотечная система Znanium <http://www.znanium.com>
3. Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ»  
<https://www.biblio-online.ru>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека  
ОНЛАЙН» <http://biblioclub.ru/>
5. Электронная библиотека издательского дома «Гребенников»  
<https://grebennikon.ru>
6. Электронно-библиотечная система издательства «Лань» <https://e.lanbook.com>

#### **IV. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОУД. 05 Физическая культура»**

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, исследований.

<b>Результаты обучения</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Формы, методы контроля и оценки</b>
<b>Освоенные знания:</b> – факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие; – принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств; – способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; – основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности	Оценка <b>«отлично»</b> –студент владеет системой знаний об основах здорового образа жизни, применяет физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. Развитие его физических качеств, способностей и двигательных умений соответствует контрольным требованиям (нормативам). Оценка <b>«хорошо»</b> –студент понимает сущность физической культуры, но испытывает незначительные трудности в определении её места в общекультурном, социальном и физическом развитии человека. Формулирует ответы полно и грамотно, но не всегда может обосновать свою точку зрения. Владеет системой знаний об основах здорового образа жизни, но не во всех ситуациях реализует эти знания на практике, не всегда применяет физкультурно-оздоровительную деятельность для	<b>Текущий контроль:</b> - оценка самостоятельной и творческой работы, прием зачетных нормативов.  <b>Промежуточная аттестация</b> - дифференцированный зачет

<p><b>Освоенные умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</li> <li>– самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями;</li> <li>– осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды.</li> </ul>	<p>достижения жизненных и профессиональных целей. Развитие его физических качеств, способностей и двигательных умений большей частью соответствует контрольным требованиям (нормативам).</p> <p>Оценка <b>«удовлетворительно»</b>–студент не может оценить возможности физкультурно-оздоровительной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей. Использует лишь некоторые знания для укрепления собственного здоровья. Развитие его физических качеств, способностей и двигательных умений большей частью не соответствует контрольным требованиям (нормативам). Студент непонимает сущности физической культуры. При формулировании ответов отсутствует логическая последовательность, студент не может полно и грамотно аргументировать свою точку зрения. Частично владеет системой знаний об основах здорового образа жизни и затрудняется реализовывать эти знания на практике.</p> <p>Оценка <b>«неудовлетворительно»</b>–студент не способен оценить возможности физкультурно-оздоровительной деятельности для достижения собственных жизненных и профессиональных целей и применить их для укрепления собственного здоровья. Развитие его физических качеств, способностей и двигательных умений абсолютно не соответствует контрольным требованиям (нормативам). Студент непонимает сущности физической культуры и не может определить её место в общекультурном, социальном и физическом развитии человека. Студент не способен сформулировать ответ на предлагаемые вопросы, либо отвечает не по существу. Не владеет системой знаний об основах здорового образа жизни и не реализует их на практике.</p>	
--	---	--

Преподаватель \_\_\_\_\_



С.В.Базгадзе