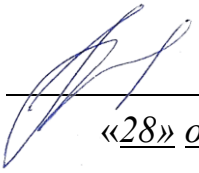
Федеральное государственное образовательное бюджетное
учреждение высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)
Липецкий филиал Финуниверситета

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель
директора по учебно-методической
работе Липецкого филиала
Финуниверситета



_____О.Н. Левчегов
«*28*» *октября* 20*26* г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

по специальности 09.02.13 Интеграция решений с применением технологий искусственного интеллекта

Липецк - 2026

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 09.02.13 Интеграция решений с применением технологий искусственного интеллекта.

Разработчики:

Мельников В.В., к.п.н., доцент, доцент кафедры Менеджмент и общегуманитарные дисциплины Липецкого филиала Финуниверситета.

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии социально-гуманитарного цикла

Протокол от 28.10.2026 г. №1

Председатель предметной (цикловой) комиссии социально-гуманитарного цикла  Т.В. Корякина

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1.Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина **СГ.04. Физическая культура** является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 09.02.13 Интеграция решений с применением технологий искусственного интеллекта.

1.2.Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код общих и профессиональных компетенция	***Умения***	***Знания***
ОК 04 ОК 08	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.	- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; - правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы дисциплины	182
Объем работы студентов во взаимодействии с преподавателем	182
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	178
самостоятельная работа студентов	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета (практическое занятие)	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
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ		**2**	ОК 04, ОК 08
Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Содержание учебного материала	1	ОК 04, ОК 08
	Физическая культура и личность профессионала, взаимосвязь с получаемой профессией. Значение двигательной активности для организма. Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура».	1	
	В том числе практических занятий	-	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 1.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями, самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	Содержание учебного материала	1	ОК 04, ОК 08
	Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека. Формирование валеологической компетенции в оценке уровня своего здоровья и формирования ЗОЖ. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Самоконтроль, его методы, показатели и критерии оценки. Разработка дневника самоконтроля	1	
	В том числе практических занятий	-	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности. Легкая атлетика		**36**	
Тема 3. Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	4	
	1. Практическое занятие «Техника бега на короткие дистанции (спринт). Техника спортивной ходьбы. Основные	2	

	правила и отличия от бега. Общие принципы совершенствования техники. Анализ и коррекция движений с использованием видеоразбора. Индивидуальный подход в исправлении ошибок. Развитие специальной физической подготовки для бега и ходьбы».		
	2.Практическое занятие «Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения».	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 2.2. Совершенствование техники длительного бега	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	4	
	1.Практическое занятие «Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции»	2	
	2.Практическое занятие «Основы техники длительного бега. Дыхание и ритм в длительном беге. Типичные ошибки и их исправление. Методика тренировки. Восстановление и профилактика травм»	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 2.3. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие. Специальные упражнения прыгуна, ОФП	2	
	2.Практическое занятие «Совершенствование техники прыжка в длину с места. Демонстрация и объяснение техники»	2	
	3.Практическое занятие «Совершенствование техники прыжка в длину с разбега\Демонстрация и объяснение техники»	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 2.4. Эстафетный бег 4х100. Челночный бег	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение эстафетного бега 4х100, челночного бега».	2	

	2.Практическое занятие Эстафетный бег 4×100 м. Техника передачи эстафетной палочки».	2	
	3.Практическое занятие «Эстафетный бег 4×100 м. Упражнения для отработки передачи. Командная тренировка».	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение контрольных нормативов в беге 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 500 м (д)».	2	
	2. Практическое занятие «Выполнение контрольных нормативов: прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги», бег на выносливость».	2	
	3. Практическое занятие «Выполнение контрольныхнормативов:1000 м (ю), 2000 м (д), 3000 м (ю)».	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 2.6. Кроссовая подготовка	Содержание учебного материала	10	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	10	
	1. Практическое занятие «Кроссовая подготовка»	10	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Раздел 3. Волейбол		**38**	
Тема 3.1. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	4	
	1.Практическое занятие «Выполнение перемещения по зонам площадки, выполнение тестов по ОФП»	4	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 3.2. Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение комплекса упражнений по ОФП»	6	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 3.3. Нижняя прямая и боковая подача. ОФП	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение упражнений на укрепление мышц кистей, плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног»	6	

	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 3.4. Верхняя прямая подача. ОФП	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Обучение стойки волейболиста, верхней подачи, нападающему удару».	2	
	2. Практическое занятие «Отработка верхней прямой подачи. Техника выполнения».	2	
	3. Практическое занятие «Общая физическая подготовка (ОФП)»	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 3.5. Тактика игры в защите и нападении	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Отработка тактики игры в защите и нападении».	2	
	2.Практическое занятие «Выполнение приёмов передачи мяча».	2	
	3.Практическое занятие «Игровые ситуации 6×6. Отработка переходов от защиты к нападению. Соревновательный элемент».	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 3.6. Основы методики судейства	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	4	
	1.Практическое занятие «Отработка навыков судейства в волейболе»	4	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 3.7. Контроль выполнения тестов по волейболу	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение передачи мяча в парах»	2	
	2.Практическое занятие. «Игра по упрощённым правилам волейбола»	2	
	3.Практическое занятие «Игра по правилам»	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Раздел 4. Баскетбол		**36**	
Тема 4.1. Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты. ОФП	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса, ног»	6	

	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 4.2. Передачи мяча. ОФП	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей, упражнений для развития верхнего плечевого пояса»	6	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 4.3. Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком. ОФП	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног, брюшного пресса»	6	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 4.4. Техника штрафных бросков. ОФП	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса, ног».	6	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 4.5. Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Игра по упрощенным правилам баскетбола».	6	
	2.Практическое занятие «Игра по правилам».		
	3. Практическое занятие «Тактика игры в защите и нападении»		
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 4.6. Практика судейства в баскетболе	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Практика в судействе соревнований по баскетболу».	2	
	2.Практическое занятие «Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо.	2	
	3.Практическое занятие «Выполнение контрольных упражнений штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка».	2	

	Самостоятельная работа студентов	-	
Раздел 5. Гимнастика		**26**	
Тема 5.1. Строевые приемы	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	4	
	1.Практическое занятие «Отработка строевых приёмов».	4	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 5.2. Техника акробатических упражнений	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Отработка техники акробатических упражнений»	6	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 5.3. Гиревой спорт (юноши)	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Разучивание и выполнение упражнений с гирями».	4	
	2. Практическое занятие «Отработка техники толчка и рывка гири. Развитие силовой выносливости».	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 5.3. Упражнения на бревне (девушки). ППФП	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Разучивание и выполнение связок на снаряде, комплексы упражнений, ритмическая гимнастика (по курсам)».	2	
	2. Практическое занятие «Бревно: наскок, ходьба, полушпагат, уголок».	2	
	3.Практическое занятие «Равновесие, повороты, соскок»	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 5.4. Составление комплекса ОРУ и проведение их обучающимися	Содержание учебного материала	10	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	10	
	1.Практическое занятие «Выполнение комплекса ОРУ».	2	
	2.Практическое занятие «Контроль выполнения комплексов ОРУ».	2	
	3.Практическое занятие «Техника выполнения упражнений по атлетической гимнастике. Методы регулирования нагрузки».	2	
	4.Практическое занятие «Контроль комбинации на бревне, брусьях».	2	

	5.Практическое занятие «Контроль выполнения упражнений по атлетической гимнастике. ППФП»	2	
	Самостоятельная работа студентов*		
Раздел 6. Бадминтон		**22**	
Тема 6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	6	
	1.Практическое занятие «Выполнение упражнений для укрепления мышц кистей, плечевого пояса».	2	
	2.Практическое занятие «Выполнение упражнений для ног, брюшного пресса».	2	
	3. Практическое занятие ««Отработка техники ударов и тактики одиночной игры»	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 6.2. Подачи	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	4	
	1.Практическое занятие «Отработка подач».	4	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 6.3. Нападающий удар	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	4	
	1.Практическое занятие «Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смэш».	4	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Тема 6.4. Судейство соревнований по бадминтону	Содержание учебного материала	8	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	8	
	1.Практическое занятие «Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований по бадминтону».	2	
	2.Практическое занятие «Контроль техники подач, ударов справа, слева».	2	
	3.Практическое занятие «Контроль техники игры: одиночные, парные игры».	2	
	4.Практическое занятие «Игра по правилам».	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Раздел 7. Настольный теннис		**8**	
Тема 7.1. Настольный теннис	Содержание учебного материала	8	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	

	В том числе практических занятий	8	
	1.Практическое занятие «Техника безопасности по настольному теннису».	2	
	2.Практическое занятие «Изучение элементов стола и ракетки».	2	
	3.Практическое занятие «Обучение тактическим и техническим действиям, подаче».	2	
	4. Практическое занятие «Игра»	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Раздел 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)		**12**	
Тема 8.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Содержание учебного материала	8	ОК 04, ОК 08
	Не предусмотрено	-	
	В том числе практических занятий	8	
	1.Практическое занятие «Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий для различных групп труда».	2	
	2.Практическое занятие «Формирование профессионально значимых физических качеств».	2	
	3.Практическое занятие «Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально-прикладной физической культуры в режиме дня специалиста».	2	
	4.Практическое занятие «Техника выполнения упражнений с предметами и без предметов».	2	
	5.Практическое занятие. «Специальные упражнения для развития основных мышечных групп».	2	
	6. Практическое занятие «Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП»	2	
	Самостоятельная работа студентов	-	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		**2**	
Всего:		**182**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

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

1. Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, а также для проведения текущего контроля, промежуточной и государственной итоговой аттестации (Кабинет социально-гуманитарных дисциплин)

Специализированная мебель:
Лекционные парты + скамья – 20 шт.
Стулья – 2 шт.
Стол письменный – 2 шт.
Учебная доска – 1 шт.
Экран настенный – 1 шт.
Технические средства обучения:
Компьютер преподавателя – 1 шт.
Мультимедиа проектор – 1 шт.
Аудиоколонки – 1 шт.

Спортивный зал
Специальное оборудование:
Щит баскетбольный с кольцом и сеткой игровые – 2 шт.
Шведская стенка - 4 шт.
Коврики полиуретановые гимнастические – 20 шт.
Пружинные эспандеры – 3 шт.
Скакалка 3 м. – 20 шт.
Сетка волейбольная – 1 шт.
Мяч волейбольный -8 шт.
Мяч волейбольный профессиональный -1 шт.
Мяч баскетбольный - 8 шт.
Мяч баскетбольный профессиональный - 1 шт.
Мяч футбольный – 1шт.
Мяч мини-футбольный - 1 шт.
Насос для мячей - 1 шт.
Секундомер - 2 шт.
Рулетка 10 м - 1 шт.
Манишка 2-х цветная - 20 шт.
Сетка для переноски мячей - 4 шт.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Основные печатные и электронные издания:

1. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень :

учебник / В. И. Лях. - Москва : Просвещение, 2024. - 273 с. - ISBN 978-5-09-116790-0. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/2176168

2. Лях, В. И. Физическая культура. Базовый уровень : учебник для образовательных организаций, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования / В. И. Лях. — Москва : Просвещение, 2024. — 287, [1] с. : ил. — (Учебник СПО). — ISBN 978-5-09-114122-1. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/2157194

3. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511813

4. Конеева, Е. В. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/545162

Дополнительные источники

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/535163

2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 129 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15669-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/544814

3. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/542058

В соответствии со ст. 43 Конституции Российской Федерации, 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012, ГОСТ Р 57723-

2017 «Информационно- коммуникационные технологии в образовании. Системы электронно- библиотечные. Общие положения», ГОСТ Р 52872-2019 «Интернет-ресурсы и другая информация, представленная в электронно-цифровой форме. Приложения для стационарных и мобильных устройств, иные пользовательские интерфейсы. Требования доступности для людей с инвалидностью и других лиц с ограничениями жизнедеятельности», все предлагаемые электронные ресурсы максимально комфортны для чтения слабовидящими людьми. Масштабирование текста достигает 300 процентов. При изменении масштаба сохраняется возможность видеть всю страницу текста, не обрезая его.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения	Показатели освоенности компетенций	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
Знать: – роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни; – условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; – правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	- понимает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - ведёт здоровый образ жизни; - понимает условия деятельности и знает зоны риска физического здоровья для данной профессии; - проводит индивидуальные занятия физическими упражнениями различной направленности	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
Уметь: – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; – применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; – пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии.	- использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, - достижения жизненных и профессиональных целей; - применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии/ специальности	Экспертное наблюдение за ходом выполнения комплекса упражнений.