Приложение

 к ППССЗ по специальности

38.02.01 Экономика и бухгалтерский

учет (по отраслям)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**СГ.04 Физическая культура**

для специальности

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

(квалификация бухгалтер)

год начала подготовки 2025

**2025**

 **СОДЕРЖАНИЕ СТР**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| 1. **ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 | **3** |
| 1. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 | **4** |
| 1. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 | **10** |
| 1. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 | **13** |
| **5. ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ** | **13** |

**1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Физическая культура»**

**1.1 Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура», является частью основной профессиональной образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ОПОП-ППССЗ) в соответствии с ФГОС для специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

При реализации рабочей программы могут использоваться различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в профессиональной подготовке, переподготовке и повышении квалификации рабочих по профессиям:

- 23369 Кассир.

**1.2 Место учебной дисциплины в структуре ОПОП-ППССЗ:**

Дисциплина «Физическая культура» входит в общий гуманитарный и социально – экономический цикл дисциплин профессиональной подготовки.

**1.3 Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:**

1.3.1 В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

У2 - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

У3 - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии / специальности

**знать:**

З1- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З2 - основы здорового образа жизни;

З3 - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии;

З4- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности

1.3.2 В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен сформировать следующие компетенции:

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

1.3.3 В результате освоения программы учебной дисциплины реализуется программа воспитания, направленная на формирование следующих личностных результатов (ЛР):

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 19. Уважительное отношения обучающихся к результатам собственного и чужого труда.

ЛР 21. Приобретение обучающимися опыта личной ответственности за развитие группы обучающихся.

ЛР 22. Приобретение навыков общения и самоуправления.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | ***Объем часов*** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | **120** |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **120** |
| в том числе: |  |
| лекции | 4 |
| практические занятия | 116 |
| лабораторные занятия | - |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | **-** |
| в том числе: |  |
| работа с текстом | - |
| ***Промежуточная аттестация форме (3,5 семестр) –зачета; - (4,6 семестр) дифференцированного зачета*** | **-** |

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование****разделов тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем****часов** | **Уровень** **освоения, формируемые компетенции, личностные результаты** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
|  |
| **3 семестр (2лк + 32 пз)** | **52** |  |
|  **Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ** |  |  |
| **Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.** | **Содержание учебного материала** | **1** |  |
| 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 | 1ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 1.2.** **Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями, самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом** | **Содержание учебного материала** | **1** |  |
| 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 | 1ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
|  **Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности. Легкая атлетика** | **22** |  |
| **Тема 2.1.** **Совершенствование техники бега на короткие дистанции, технике спортивной ходьбы** | **Практическое занятие №1**Биомеханические основы техники бега; техники низкого старта и стартового ускорения; бег по дистанции; финиширование, специальные упражнения | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №2**Бег: старт с опорой на одну руку; низкий старт; бег 30 м со старта. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №3**Техника спортивной ходьбы |  | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 2.2.** **Совершенствование техники длительного бега** | **Практическое занятие №4**Совершенствование техники длительного бега во время кросса до 15-20 минут, техники бега на средние и длинные дистанции. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 2.3.** **Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега** | **Практическое занятие №5**Специальные упражнения прыгуна | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №6**Техника выполнения прыжков в длину с места | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №7**Техника выполнения прыжков в длину с разбега | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 2.4.** **Эстафетный бег 4х100.****Челночный бег** | **Практическое занятие №8**Выполнение эстафетного бега 4х100, челночного бега | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 2.5.** **Совершенствование техники метания мяча**  | **Практическое занятие №9**Метания: метания малого мяча с трех шагов разбега | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №10**ОФП. Толкание набивного мяча с места. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 2.5.** **Выполнение контрольных нормативов в беге и прыжках** | **Практическое занятие №11**Выполнение контрольных нормативов в беге 30 м, 60 м, 100 м, 400 м, 500 м (д), 1000 м (ю), 2000 м (д), 3000 м (ю); прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги», бег на выносливость | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Раздел 3. Волейбол** |  |  |
| **Тема 3.1.** **Стойки игрока и перемещения. Общая физическая подготовка (ОФП)** | **Практическое занятие №12**Выполнение перемещения по зонам площадки. Перемещения и стойки. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 3.2.****Приемы и передачи мяча снизу и сверху двумя руками. ОФП** | **Практическое занятие №13**Действия с мячом. Передачи мяча. Сверху двумя руками, с собственного подбрасывания, с набрасывания партнера, в различных направлениях на месте и после перемещения | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 3.3.** **Нижняя прямая и боковая подача. ОФП** | **Практическое занятие №14**Действия с мячом. Нижняя прямая и боковая подача | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 3.4.** **Верхняя прямая подача. ОФП** | **Практическое занятие №15**Действия с мячом. Верхняя прямая подача | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 3.5.** **Тактика игры в защите и нападении** | **Практическое занятие №16**Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи мяча. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **4 семестр (42 пз + 2 срс)** |  |  |
| **Тема 3.5.** **Тактика игры в защите и нападении** | **Практическое занятие №17**Отработка тактики игры в защите и нападении, выполнение приёмов передачи мяча. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 3.6.** **Основы методики судейства** | **Практическое занятие №18**Отработка навыков судейства в волейболе. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 3.7.** **Контроль выполнения** **тестов по волейболу** | **Практическое занятие №19**Выполнение передачи мяча в парах | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №20**Игра по упрощённым правилам волейбола | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №21-22**Игра по правилам | 4 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Раздел 4. Баскетбол** |  |  |
| **Тема 4.1.** **Стойка игрока, перемещения, остановки, повороты.**  | **Практическое занятие №23**Ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка» | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 4.2.** **Передачи мяча.**  | **Практическое занятие №24** | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 4.3.** **Ведение мяча и броски мяча в корзину с места, в движении, прыжком** | **Практическое занятие №25-26**Ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; броски по точкам; баскетбольная «дорожка» | 4 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №27**Броски в корзину в движении. Броски в корзину с места. Броски с различных точек | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №28**Броски в корзину из сложных положений. Борьба за мяч у щита. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 4.4.** **Техника штрафных бросков.**  | **Практическое занятие №29**Выполнение штрафных бросков. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 4.5.****Тактика игры в защите и нападении. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам** | **Практическое занятие №30-31**Тактика игры в защите и нападении | 4 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №32**Тактика нападения. Атака. Выходы для получения мяча. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №33**Тактика защиты. Противодействие получению мяча. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №34**Игра по упрощенным правилам баскетбола | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №35**Игра по правилам | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 4.6.****Практика судейства в баскетболе** | **Практическое занятие №36**Практика в судействе соревнований по баскетболу | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №37**Выполнение контрольных упражнений: ведение змейкой с остановкой в два шага и броском в кольцо; штрафной бросок; броски по точкам; баскетбольная «дорожка» | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Самостоятельная работа**Подготовка к выполнению контрольных нормативов | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **2 семестр (20 пз)** |  |
| **Раздел 5. Гимнастика** |  |  |
| **Тема 5.1.** **Совершенствование техники акробатических упражнений**  | **Практическое занятие №37-38**Отработка техники акробатических упражнений (кувырки вперед, кувырки назад) | 4 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №39**Отработка техники акробатических упражнений (стойка на лопатках) | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Раздел 6. Бадминтон** |  |  |
| **Тема 6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне** | **Практическое занятие №40**Отработка стойки и основных ударов  | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 6.2.** **Подачи** | **Практическое занятие №41**Отработка подач | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 6.3.** **Нападающий удар** | **Практическое занятие №42**Отработка атакующих ударов, нападающего удара «смэш» | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Тема 6.4.** **Судейство соревнований по бадминтону** | **Практическое занятие №43**Игра по упрощённым правилам. Судейство соревнований по бадминтону | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №44**Контроль техники подач, ударов справа, слева.  | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №45**Контроль техники игры: одиночные, парные игры | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №46**Игра по правилам | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **6 семестр (22 пз)** |  |  |
| **Раздел 7. Настольный теннис** |  |  |
| **Тема 7.1.** **Настольный теннис** | **Практическое занятие №47**Изучение элементов стола и ракетки. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №48**Обучение тактическим и техническим действиям, подаче. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №49**Игра  | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Раздел 8. Футбол** |  |  |
| **Тема 8.1. Футбол**  | **Практическое занятие №50**Ведение мяча. Жонглирование мячом. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №51**Остановки мяча. Передачи мяча. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №52**Удары по мячу. Обманные движения – финты.  | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Раздел 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка** |  |  |
| **Тема.10.1.****Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов** | **Практическое занятие №49**Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий для различных групп труда. | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №49**Формирование профессионально значимых физических качеств | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №49**Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально- прикладной физической культуры в режиме дня специалиста | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №49**Техника выполнения упражнений с предметами и без предметов | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Практическое занятие №49**Специальные упражнения для развития основных мышечных групп | 2 | 2,3ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 |
| **Итого**  |  | 120 |  |

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ**

**ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Программа дисциплины реализуется в учебной аудитории для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Оборудование учебного кабинета:

- комплект учебной мебели для преподавателя;

- комплекты учебной мебели для обучающихся;

Технические средства обучения: экран переносной, проектор переносной

Учебно-наглядные пособия - комплект презентаций

Учебно-методические материалы

Спортивный зал

Оборудование спортивного зала:

Спортивное оборудование

Спортивный инвентарь

**При изучении дисциплины в формате электронного обучения с использованием ДОТ**

Неограниченная возможность доступа, обучающегося к ЭИОС из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), как на территории организации, так и вне ее.

**3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы Интернет-ресурсов, базы данных библиотечного фонда:

**3.2.1 Основные источники:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Бишаева А. А. | Физическая культура: учебник  | Москва: КноРус, 2023. - 379 с. – режим доступа: https://book.ru/book/949532 | [Электронный ресурс] |
| 2 | Федонов Р. А. | Физическая культура: учебник  | Москва: Русайнс, 2023. - 256 с. – режим доступа: https://book.ru/book/949385 | [Электронный ресурс] |
| 3 | Е. В. Конеева  | Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования  | Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. —режим доступа: <https://urait.ru/bcode/545162>  | [Электронный ресурс] |

**3.2.2 Дополнительные источники:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | А.Б Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А.Богащенко  | Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования | Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. - Режим доступа: https://urait.ru/bcode/489849 | [Электронный ресурс] |
| 2 | Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.  | Теория и история физической культуры + е Приложение: дополнительные материалы. (СПО). Учебник. | М.: КноРус, 2022. — 448 с.- режим доступа <https://book.ru/books/943955> | [Электронный ресурс] |
| 3 | Виленский М.Я., Горшков А.Г.  | Физическая культура. (СПО) | М.: КноРус 2022. — 214 с.- режим доступа: https://book.ru/books/943895 | [Электронный ресурс] |

**3.2.3. Периодические издания:** не предусмотрены

**3.2.4. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем:** не предусмотрены

 **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ**

 **ДИСЦИПЛИНЫ**

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических, практических занятий, выполнения, обучающимся индивидуальных заданий (подготовки сообщений и презентаций).

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета**,** зачета

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения** **(У,З, ОК/ПК, ЛР)** | **Показатели оценки результатов** | **Форма и методы контроля и оценки результатов обучения** |
| **Уметь:** |  |  |
| **У1** использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; **У2** применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;**У3** пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии/ специальностиОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 | - владение методикой проведения утренней гимнастики и зарядки;- владение навыками правильного выполнения физических упражнений;- владение навыком рассказа и показа элементов (упражнений);- владение навыками спортивных игр; | Текущий контроль в виде практических занятий, промежуточная аттестация в виде зачета, дифференцированного зачета. |
| **Знать:** |  |  |
| **З1** о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; ОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 | - знание основных положений истории зарождения Олимпийского движения в России;- знание понятия физической культуры, принципов физической культуры, целей и задач физической культуры;- знать историю развития физкультурного движения в России. | Текущий контроль в виде практических занятий, промежуточная аттестация в виде зачета, дифференцированного зачета. |
| **З2** основы здорового образа жизни.**З3** условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии;**З4** правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленностиОК 08, ЛР 9, ЛР 19, ЛР 21, ЛР 22 | **- з**нание основных положений по технике безопасности на занятиях по физической культуре;- знать роль физической культуры в формировании здорового образа жизни;- основные составляющие здорового образа жизни; | Текущий контроль в виде практических занятий, промежуточная аттестация в виде зачета, дифференцированного зачета. |

**5.ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ**

5.1. Пассивные: лекции.

5.2. Активные и интерактивные: спортивные игры, соревнования.