

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет» имени В.Н.Татищева
(Астраханский государственный университет им. В.Н.Татищева)**

*Колледж
Астраханского государственного университета
им. В.Н.Татищева*

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП
А.Э. Медведева
«11» апреля 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Председатель ЦК
А.А. Шапочкина
протокол заседания ЦК № 1
от «12» апреля 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

физическая культура

Составитель	Боброва Н.Н., преподаватель физической культуры
Наименование специальности	36.02.01 Ветеринария
Профиль подготовки	естественно-научный
Квалификация выпускника	ветеринарный фельдшер
Форма обучения	очная
Год приема	2024 (1 курс на базе 9 кл.)

Астрахань, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО
ПРЕДМЕТА**

**4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО
ПРЕДМЕТА**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 36.02.01 Ветеринария.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» может быть использована в программах повышения квалификации и переподготовки по направлению «Спортивная подготовка. Физическая культура».

1.2 Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы

Учебный предмет «Физическая культура» относится к обязательным учебным предметам общеобразовательного учебного цикла.

1.3 Планируемые результаты освоения рабочей программы «Физическая культура»

Личностные результаты

В результате изучения физической культуры у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

1) гражданского воспитания:

- сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;
- осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;
- принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;
- готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
- готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в образовательной организации;
- умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;
- готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;

2) патриотического воспитания:

- сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях, труде;
- идейную убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

3) духовно-нравственного воспитания:

- осознание духовных ценностей русского народа;
- сформированность нравственного сознания, этического поведения;

- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;
- осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;
- ответственное отношение к своим родителям, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;

4) эстетического воспитания:

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда, общественных отношений;
- способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов, ощущать эмоциональное воздействие искусства;
- убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;
- готовность к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности;

5) физического воспитания:

- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;
- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

6) трудового воспитания:

- готовность к труду, осознание приобретенных умений и навыков, трудолюбие;
- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности; способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;
- интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;
- готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

7) экологического воспитания:

- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;
- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;
- умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;
- расширение опыта деятельности экологической направленности.

8) ценности научного познания:

- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге

культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;

- совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познанием мира;
- осознание ценности научной деятельности; готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе.

Метапредметные результаты

В результате изучения физической культуры у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

MP1) У обучающегося будут сформированы следующие **базовые логические действия** как часть познавательных универсальных учебных действий:

- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;
- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;
- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;
- разрабатывать план решения проблемы с учетом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;
- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем.

MP2) У обучающегося будут сформированы следующие **базовые исследовательские действия** как часть познавательных универсальных учебных действий:

- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способностью и готовностью к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- осуществлять различные виды деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях (в том числе при создании учебных и социальных проектов);
- формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;
- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретенный опыт; осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в

профессиональную среду;

- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;
- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;
- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения.

MP3) У обучающегося будут сформированы **умения работать с информацией** как часть познавательных универсальных учебных действий:

- владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;
- создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;
- оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;
- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.

MP4) У обучающегося будут сформированы **умения общения** как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

- осуществлять коммуникации во всех сферах жизни;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты;
- владеть различными способами общения и взаимодействия;
- аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации;
- развернуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

MP5) У обучающегося будут сформированы **умения самоорганизации** как часть регулятивных универсальных учебных действий:

- самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;
- давать оценку новым ситуациям;
- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;
- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;
- оценивать приобретенный опыт;
- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний;

- постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;

МР6) У обучающегося будут сформированы **умения самоконтроля**, принятия себя и других как часть регулятивных универсальных учебных действий:

- давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям;
- владеть навыками познавательной рефлексии как осознанием совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований;
- использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;
- оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;
- принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;
- признавать свое право и право других на ошибку;
- развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

МР7) У обучающегося будут сформированы **умения совместной деятельности** как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;
- выбирать тематику и методы совместных действий с учетом общих интересов, и возможностей каждого члена коллектива;
- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;
- оценивать качество вклада своего и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;
- предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости;
- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

Предметные результаты

ПР1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

ПР2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

ПР3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

ПР4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной

деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

ПР5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;

ПР6) положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

Требования к предметным результатам освоения обучающимися с ограниченными возможностями здоровья базового курса "Адаптированная физическая культура" определяются с учетом особенностей их психофизического развития, состояния здоровья, особых образовательных потребностей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

- характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;

- характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;

- составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;

- выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;

- выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- практически использовать приемы самомассажа и релаксации;

- практически использовать приемы защиты и самообороны;

- составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;

- определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;

- проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;

- владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

- самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;

- выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;

- проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга;

- выполнять технические приемы и тактические действия национальных

видов спорта;

- выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);
- осуществлять судейство в избранном виде спорта;
- составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности.

2.1. Объем учебной дисциплины, виды учебной работы и промежуточной аттестации

Вид учебной работы	для ОФО	для ОЗФО	для ЗФО
Объем дисциплины в академических часах	78	-	-
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе:			
- занятия лекционного типа, в том числе: - практическая подготовка (если предусмотрена)	-	-	-
- занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные занятия), в том числе: - практическая подготовка (если предусмотрена)	78	-	-
- в ходе подготовки и защиты курсовой работы	-	-	-
- консультация	-	-	-
- промежуточная аттестация по дисциплине	-	-	-
Самостоятельная работа обучающихся	-	-	-
Форма промежуточной аттестации обучающегося во 2 семестре	<i>Дифференцированный зачет во 2 семестре</i>	-	-

2.2. Тематический план и содержание учебного предмета «Физическая культура» (юноши)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак.ч/ в том числе в форме практической подготовки, ак.ч.			Коды личностных результатов (УУД), формирование которых способствует элемент программы
		ОФО	ОЗФО	ЗФО	
1	2	3			4
РАЗДЕЛ 1. Легкая атлетика	1 семестр	32			
Тема 1.1. Техника бега на средние дистанции.	Техника бега на средние и длинные дистанции. Старт и стартовый разбег. Техника высокого старта, стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, работа рук и ног. Финиширование: финишный бросок или спурт. Особенности пробегания виражей, Бег на дистанции 800м. 100м.,3000м. Тактика бега на средние и длинные дистанции	6			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Изучение правил соревнований по легкой атлетике. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: оздоровительный бег до 2км., занятия в секциях				
Тема 1.2. Техника бега на короткие дистанции	Техника бега на короткие дистанции: положение бегуна по команде» на старт», «внимание», «марш». Стартовый разгон: стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, рук, ног. Финиширование, финишный бросок. Отличие техники бега на различных дистанциях. Особенности техники бега по виражу на дистанции 200,400м. Тактика бега.	6			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа				

	Бег на коротких отрезках Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: изучение дополнительной литературы по разделу легкая атлетика, занятия в спортивных секциях.				
Тема 1.3. Техника толкания ядра	Техника выполнения толкания ядра. Держание снаряда. Подготовительная фаза к разбегу: замах и группировка. Финальное усилие: вылет снаряда, отрыв ядра, работа туловища. Фаза торможения: сохранение равновесия, перескок, работа туловища, рук, ног. Техника толкания ядра со скачка.	7			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа составление и проведение с группой ОРУ Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение дополнительной литературы по разделу программ, занятия в спортивных секциях				
Тема 1.4. Техника прыжка в длину с разбега	Техника выполнения прыжка в длину с разбега: Разбег: начало разбега, набор скорости разбега, подготовка к отталкиванию. Отталкивание: постановка ноги на место отталкивания, фаза амортизации. Полет: взлет, полетная фаза, положение тела. Приземление: подготовка к приземлению. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».	6			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа составление комплекса упражнений по методу круговой тренировки. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение специальных упражнений прыгуна, занятия в спортивных секциях и клубах				
Тема 1.5. Техника передачи эстафетной	Техника передачи эстафетной палочки на высокой и максимальной скорости в 20м. зоне. Техника передачи. на дистанции 4×200м.	7			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа доклад история развития легкой атлетике в нашей стране Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание изучение правил соревнований по легкой атлетике, занятия в				

	спортивных секциях				
Промежуточная аттестация	Зачет ОФО	зачет			
Всего за 1 семестр	32 часов	32ч.			
РАЗДЕЛ 2. Спортивная гимнастика	2 семестр	8			
Тема 2.1. Техника выполнения акробатических элементов	Методика обучения акробатических упражнений - выполнение акробатических упражнений в объеме программы, отработка и совершенствование акробатической связки. Группировки, перекаты, кувырок вперед, кувырок в сторону, стойка на лопатках. Соединение изученных элементов в комбинацию	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Сгибание и разгибание рук в упоре лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах	2			
Тема 2.2. Техника выполнения опорного прыжка	Опорные прыжки через козла способом «ноги врозь» и «согнув ноги». Опорный прыжок через коня в длину способом «ноги врозь» Прыжок ноги врозь через коня в ширину Комбинированные прыжки.				ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Поднимание туловища из поднимания лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах, участие в соревнованиях				
Тема 2.3. Техника выполнения акробатических упражнений в парах.	Кувырки, стойка на руках, кувырок через препятствие, балансовые упражнения, поддержки	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Составление акробатической комбинации из изученных упражнений Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: подтягивание на перекладине, занятия в спортивных секциях				
РАЗДЕЛ 3. Атлетическая гимнастика		8			
Тема 3.1. Тренировка мышц верхнего	Комплекс упражнений с гантелями, штангой, со скамейкой,				ПР 01, ПР 04,

плечевого пояса, бедра	выполнение упражнений по методу круговой тренировки для развития силы основных мышечных групп составление комплекса по атлетической гимнастике с учетом индивидуальных особенностей занимающихся	4			ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: Выполнение комплекса атлетической гимнастики, изучение темы «Техника безопасности на занятиях атлетической гимнастикой» Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание выполнение комплекса с гантелями, занятия в спортивных секциях				
Тема 3.2. Тренировка мышц спины, бедра	Комплекс упражнений с гантелями, гирей, угол в висе, подтягивание, сгибание ног до максимального угла, выполнение упражнений по методу круговой тренировки.	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа выполнение комплекса упражнений с гантелями Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение дополнительной литературы по разделу программы, занятия в спортивных секциях				
Тема 3.3. Тренировка мышц живота, голени	Комплекс упражнений со скамейкой, на скамейке, приседание со штангой, гирей. Выполнение упражнений по методу круговой тренировки.	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: выполнение комплекса упражнений по методу круговой тренировки Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: написание тематического доклада на проблемную тему «ожирение»				
РАЗДЕЛ 4. Баскетбол		12			
Тема 4.1. Техника нападения в баскетболе	Ловля мяча. Остановка с ловлей мяча. Ловля мяча в движении Передача мяча одной рукой сбоку, двумя снизу, под рукой. Ведение мяча со зрительным контролем, без контроля. Бросок двумя руками от груди, от головы, от плеча, одной рукой сверху в движении после	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01,

	вышагивания, после ведения мяча, бросок в прыжке.				MP 02, MP 07
	Самостоятельная работа Изучение основных правил по баскетболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по баскетболу, занятия в спортивных клубах				
Тема 4.2. Техника защиты в баскетболе	Игровые приемы защиты. Стойки и передвижения защитника. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание и отбивание мяча при броске. Взятие отскока	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по баскетболу				
Тема 4.3. Тактика нападения в баскетболе	Индивидуальные тактические действия. Действия игрока без мяча, с мячом. Групповые тактические действия. Взаимодействие двух игроков, трех игроков. Командные тактические действия: стремительное нападение, позиционное нападение. Разновидности нападения	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в баскетболе через секционные и самостоятельные занятия				
Тема 4.4. Тактика защиты в баскетболе	Индивидуальные тактические действия. Действия против нападающего без мяча. Действия против нападающего, владеющего мячом. Групповые и командные действия	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: контрольная работа по теме: основные правила игры по баскетболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование				

	элементов игры в баскетболе через секционные и самостоятельные занятия				
РАЗДЕЛ 5. Волейбол		12			
Тема 5.1. Техника владения мячом	Поддачи: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Передачи: двумя руками сверху, двумя руками снизу, двумя руками сверху в прыжке. Одной рукой сверху	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: Изучение основных правил по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по волейболу, занятия в спортивных клубах				
Тема 5.2. Техника нападения и защиты	Прямой нападающий удар. Прием мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху, одной рукой снизу и в падении. Блокирование	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по волейболу				
Тема 5.3. Тактика нападения	Индивидуальные тактические действия. Групповые и командные действия в волейболе. Система нападения со второй передачи игрока передней линии; система нападения со второй передачи и др.	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия				
Тема 5.4. Тактика защиты	Групповые тактические взаимодействия при групповом блокировании.				ПР 01, ПР 04,

	Командные взаимодействия в защите. Индивидуальные действия защитника. Система игры углом вперед, углом назад	2			ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа контрольная работа по теме: основные правила соревнований по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия				
РАЗДЕЛ 6. Кроссовая подготовка					
Тема 6.1. Техника кроссового бега	Бег по пересеченной местности с преодолением естественных препятствий. Преодоление подъемов, пологих спусков. Особенности кроссового бега. Пробегание наиболее трудных участков трассы	3			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Развитие выносливости посредством длительного бега. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: оздоровительный бег до 3 км., занятия в спортивных клубах				
Тема 6.2. Техника и тактика кроссового бега	Равномерный длительный бег до 3км. Переменный бег слабой, средней и высокой интенсивности Одноразовые пробегания соревновательной дистанции Техника бега: старт, стартовое ускорение бег, финиширование	3			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Подготовка к контрольной работе Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: Оздоровительный бег до 3 км., занятия в спортивных клубах.				
Итого	46 часов	46 ч.			
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет во 2 семестре				
Всего за семестр	78 часа	78 ч.			

2. Тематический план и содержание учебного предмета «Физическая культура» (девушки)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак.ч/ в том числе в форме практической подготовки, ак.ч.			Коды личностных результатов (УУД), формирование которых способствует элемент программы
		ОФО	ОЗФО	ЗФО	
1	2	3			4
РАЗДЕЛ 1. Легкая атлетика	1 семестр	32			
Тема 1.1. Техника бега на средние дистанции.	Техника бега на средние и длинные дистанции. Старт и стартовый разбег. Техника высокого старта, стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, работа рук и ног. Финиширование: финишный бросок или спурт. Особенности пробегания виражей, Бег на дистанции 800м. 100м.,3000м. Тактика бега на средние и длинные дистанции	6			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Изучение правил соревнований по легкой атлетике. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: оздоровительный бег до 2км., занятия в секциях				
Тема 1.2. Техника бега на короткие дистанции	Техника бега на короткие дистанции: положение бегуна по команде» на старт», «внимание», «марш». Стартовый разгон: стартовый разбег, первые шаги, положение тела. Бег по дистанции: положение туловища, рук, ног. Финиширование, финишный бросок. Отличие техники бега на различных дистанциях. Особенности техники бега по виражу на дистанции 200,400м. Тактика бега.	6			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Бег на коротких отрезках Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: изучение				

	дополнительной литературы по разделу легкая атлетика, занятия в спортивных секциях.				
Тема 1.3. Техника толкания ядра	Техника выполнения толкания ядра. Держание снаряда. Подготовительная фаза к разбегу: замах и группировка. Финальное усилие: вылет снаряда, отрыв ядра, работа туловища. Фаза торможения: сохранение равновесия, перескок, работа туловища, рук, ног. Техника толкания ядра со скачка.	7			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа составление и проведение с группой ОРУ Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение дополнительной литературы по разделу программ, занятия в спортивных секциях				
Тема 1.4. Техника прыжка в длину с разбега	Техника выполнения прыжка в длину с разбега: Разбег: начало разбега, набор скорости разбега, подготовка к отталкиванию. Отталкивание: постановка ноги на место отталкивания, фаза амортизации. Полет: взлет, полетная фаза, положение тела. Приземление: подготовка к приземлению. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».	6			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа составление комплекса упражнений по методу круговой тренировки. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение специальных упражнений прыгуна, занятия в спортивных секциях и клубах				
Тема 1.5. Техника передачи эстафетной	Техника передачи эстафетной палочки на высокой и максимальной скорости в 20м. зоне. Техника передачи. на дистанции 4×200м.	7			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа доклад история развития легкой атлетике в нашей стране Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание изучение правил соревнований по легкой атлетике, занятия в спортивных секциях				
Промежуточная аттестация	Зачет ОФО	зачет			

Всего за 1 семестр	32часа	<i>32ч.</i>			
РАЗДЕЛ 2. Спортивная гимнастика	2 семестр	8			
Тема 2.1. Техника выполнения акробатических элементов	Методика обучения акробатических упражнений - выполнение акробатических упражнений в объеме программы, отработка и совершенствование акробатической связки. Группировки, перекаты, кувырок вперед, кувырок в сторону, стойка на лопатках. Соединение изученных элементов в комбинацию	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Сгибание и разгибание рук в упоре лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах				
Тема 2.2. Техника выполнения опорного прыжка	Опорные прыжки через козла способом «ноги врозь» и «согнув ноги». Опорный прыжок через коня в длину способом «ноги врозь» Прыжок ноги врозь через коня в ширину Комбинированные прыжки.	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Поднимание туловища из поднимания лежа Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: занятия в спортивных клубах, участие в соревнованиях				
Тема 2.3. Техника выполнения акробатических упражнений в парах.	Кувырки, стойка на руках, кувырок через препятствие, балансовые упражнения, поддержки	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Составление акробатической комбинации из изученных упражнений Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: подтягивание на перекладине, занятия в спортивных секциях				
РАЗДЕЛ 3. Атлетическая гимнастика		8			
Тема 3.1. Тренировка мышц верхнего	Комплекс упражнений с гантелями, штангой, со скамейкой,				ПР 01, ПР 04,

плечевого пояса, бедра	выполнение упражнений по методу круговой тренировки для развития силы основных мышечных групп составление комплекса по атлетической гимнастике с учетом индивидуальных особенностей занимающихся	4			ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: Выполнение комплекса атлетической гимнастики, изучение темы «Техника безопасности на занятиях атлетической гимнастикой» Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание выполнение комплекса с гантелями, занятия в спортивных секциях				
Тема 3.2. Тренировка мышц спины, бедра	Комплекс упражнений с гантелями, гирей, угол в висе, подтягивание, сгибание ног до максимального угла, выполнение упражнений по методу круговой тренировки.	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа выполнение комплекса упражнений с гантелями Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение дополнительной литературы по разделу программы, занятия в спортивных секциях				
Тема 3.3. Тренировка мышц живота, голени	Комплекс упражнений со скамейкой, на скамейке, приседание со штангой, гирей. Выполнение упражнений по методу круговой тренировки.	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: выполнение комплекса упражнений по методу круговой тренировки Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: написание тематического доклада на проблемную тему «ожирение»				
РАЗДЕЛ 4. Баскетбол		12			
Тема 4.1. Техника нападения в баскетболе	Ловля мяча. Остановка с ловлей мяча. Ловля мяча в движении Передача мяча одной рукой сбоку, двумя снизу, под рукой. Ведение мяча со зрительным контролем, без контроля. Бросок двумя руками от	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10,

	груди, от головы, от плеча, одной рукой сверху в движении после вышагивания, после ведения мяча, бросок в прыжке.				ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Изучение основных правил по баскетболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по баскетболу, занятия в спортивных клубах				
Тема 4.2. Техника защиты в баскетболе	Игровые приемы защиты. Стойки и передвижения защитника. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание и отбивание мяча при броске. Взятие отскока	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по баскетболу				
Тема 4.3. Тактика нападения в баскетболе	Индивидуальные тактические действия. Действия игрока без мяча, с мячом. Групповые тактические действия. Взаимодействие двух игроков, трех игроков. Командные тактические действия: стремительное нападение, позиционное нападение. Разновидности нападения	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в баскетболе через секционные и самостоятельные занятия				
Тема 4.4. Тактика защиты в баскетболе	Индивидуальные тактические действия. Действия против нападающего без мяча. Действия против нападающего, владеющего мячом. Групповые и командные действия	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: контрольная работа по теме: основные правила игры по баскетболу				

	Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование элементов игры в баскетболе через секционные и самостоятельные занятия				
РАЗДЕЛ 5. Волейбол		12			
Тема 5.1. Техника владения мячом	Поддачи: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Передачи: двумя руками сверху, двумя руками снизу, двумя руками сверху в прыжке. Одной рукой сверху	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа: Изучение основных правил по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: изучение правил соревнований по волейболу, занятия в спортивных клубах				
Тема 5.2. Техника нападения и защиты	Прямой нападающий удар. Прием мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху, одной рукой снизу и в падении. Блокирование	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Составление комбинации из изученных элементов техники владения мячом Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: участие в соревнованиях по волейболу				
Тема 5.3. Тактика нападения	Индивидуальные тактические действия. Групповые и командные действия в волейболе. Система нападения со второй передачи игрока передней линии; система нападения со второй передачи и др.	4			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Выполнение судейства учебной игры Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия				

Тема 5.4. Тактика защиты	Групповые тактические взаимодействия при групповом блокировании. Командные взаимодействия в защите. Индивидуальные действия защитника. Система игры углом вперед, углом назад	2			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа контрольная работа по теме: основные правила соревнований по волейболу Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: домашнее задание: совершенствование элементов игры в волейболе через секционные и самостоятельные занятия				
РАЗДЕЛ 6. Кроссовая подготовка		6			
Тема 6.1. Техника кроссового бега	Бег по пересеченной местности с преодолением естественных препятствий. Преодоление подъемов, пологих спусков. Особенности кроссового бега. Пробегание наиболее трудных участков трассы	3			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Развитие выносливости посредством длительного бега. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: оздоровительный бег до 3 км., занятия в спортивных клубах				
Тема 6.2. Техника и тактика кроссового бега	Равномерный длительный бег до 3км. Переменный бег слабой, средней и высокой интенсивности Одноразовые пробегания соревновательной дистанции Техника бега: старт, стартовое ускорение бег, финиширование	3			ПР 01, ПР 04, ПР 05, ЛР 06, ЛР 09, ЛР 10, ЛР11, МР 01, МР 02, МР 07
	Самостоятельная работа Подготовка к контрольной работе Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: Оздоровительный бег до 3 км. занятия в спортивных клубах.				
Итого	46 часов	46 ч.			
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет во 2 семестре				
Всего:		78 ч.			

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины «Физическая культура» используется спортивный зал.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая, гимнастические скамейки, гимнастические снаряды: (гимнастический козел, гимнастический конь, перекладина), гимнастические маты, палки гимнастические, штанга, гири 16,24,32 кг., гантели (разные), мячи набивные, коврики гимнастические, весы напольные, скакалки, обручи, бадминтон, секундомеры. мячи баскетбольные, мячи волейбольные, мячи футбольные, плакаты.

Открытый стадион широкого профиля:

брусек отталкивания для прыжка в длину, перекладина уличная, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота для мини- футбола, барьеры для бега, флажки, палочки эстафетные, ядра, открытые спортивные площадки для волейбола и баскетбола

Стрелковый тир

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета

Оборудование учебного кабинета:

Технические средства обучения: секундомеры, музыкальный центр

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебного предмета

Основная литература:

1. Быченков, С. В. Теория и методика подготовки студентов по легкой атлетике: учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, С. Ю. Крыжановский. — Саратов: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 110 с. — ISBN 978-5-4488-0298-0, 978-5-4497-0173-2. — Текст:

электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85501>.

2. Фетисова, С. Л. Волейбол: учебное пособие / С. Л. Фетисова, А. М. Фокин, Ю. Я. Лобанов. — Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2018. — 96 с. — ISBN 978-5-8064-2572-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98592>.

3. Ерёмкина, Л. В. Спортивные игры в вузе. Волейбол: учебно-методическое пособие / Л. В. Ерёмкина. — Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2018. — 88 с. — ISBN 978-5-94839-660-6. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87205>.

Дополнительная литература:

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2020. — 231с.

2. Решетников Н.В., Кислицын Ю. Л., Палтиевич Р. Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2021. — 356с.

3. Сайганова Е.Г, Дудов В.А. Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб. пособие. — М., 2020. — 231с.

4. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования/ Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 270 с.

5. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва — М., 2020. — 356с.

6. Литвинов А. А., Козлов А. В., Ивченко Е. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. — М., 2020. — 245с.

7. Манжелей И. В. Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. —Тюмень, 2019. — 356с.

8. Миронова Т. И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско- молодежных групп. — Кострома, 2021. — 521с.

Программное обеспечение и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Лицензионное программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда
Mozilla FireFox	Браузер
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер
Far Manager	Файловый менеджер
Notepad++	Текстовый редактор
OpenOffice	Пакет офисных программ
Opera	Браузер

Современные профессиональные базы данных и информационные ресурсы сети Интернет

1. Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем». <https://library.asu.edu.ru>.

2. Электронный каталог «Научные журналы АГУ»: <http://journal.asu.edu.ru>.

3. Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО "ИВИС". <http://dlib.eastview.com>. Имя пользователя: AstrGU. Пароль: AstrGU.

4. Электронная библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>

5.Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) - сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <http://mars.arbicon.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПЕРДМЕТА

Результаты обучения	Критерии оценки результатов обучения	Методы оценки результатов обучения
Перечень знаний, осваиваемых в рамках учебного предмета:		
Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности	Владение знаниями и способами по контролю своего физического развития и физической подготовленности	Устный опрос Выполнение нормативных упражнений
правила и способы планирования общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности	Владение достаточным минимумом знаний в рамках изучаемых тем	Реферативная работа Фронтальный опрос
Перечень умений, осваиваемых в рамках учебного предмета:		
определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек	Владение знаниями по определению влияния оздоровительных систем	устный опрос. Тест
характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;	Владение знаниями по основным особенностям физического и психического развития	Устный опрос (индивидуальный)
характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать	Умение характеризовать формы занятий, определять их значение	Устный индивидуальный опрос

особенности проведения		
составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры	Умение составлять и описывать комплекс упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры,	Письменный опрос
выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания	Умение составлять комплексы упражнений традиционных и современных систем физического воспитания	Наблюдение за правильным проведением комплекса
выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности	Способность выполнять без ошибок технические и тактические приемы базовых видов спорта	Учебная игра, соревнования. Наблюдение за применением техники и тактики в учебной игре, соревнованиях Наблюдение за выполнением требований техники безопасности.
практически использовать приемы самомассажа и релаксации	Владение техническими приемами самомассажа и релаксации	Наблюдение за правильными приемами самомассажа.
практически использовать приемы защиты и самообороны	Владение приемами защиты и самообороны оказание первой помощи	Практические занятия Соревнования
составить и проводить комплексы физических упражнений различной направленности	Умение самостоятельно использовать необходимую информацию для выполнения поставленных задач	Практическое занятие. Наблюдение за правильным проведением комплексов
определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств	Умение определять уровень физического здоровья и физических качеств.	Наблюдение, тестирование физических качеств
проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями	Владение знаниями по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями	Наблюдение за выполнением требований техники безопасности.
владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	Способность применения техники выполнения тестовых испытаний	Контрольные упражнения по тестам

самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга	Способность самостоятельно организовывать свой досуг, используя физкультурную деятельность	Наблюдение за способностью и готовностью к самостоятельной организации досуга
выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования	Умение выполнять требования физической и спортивной подготовки. Соблюдение техники безопасности.	Наблюдение за применением техники и тактики в учебной игре, соревнованиях; -наблюдение за выполнением требований техники безопасности.
проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга	Осуществление самоконтроля за состоянием своего здоровья. Умение определять уровень собственного здоровья по тестам (ЧСС, индекс массы тела и т.д.)	-выполнение заданных нормативов зачета и ГТО; -реферативная работа; -наблюдение за выполнением требований техники безопасности
выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта	Способность выполнить технические приемы национальных видов спорта	Спортивно- массовые мероприятия. Творческие проекты
выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)	Способность выполнять требования испытаний комплекса ГТО	Наблюдение за результативностью в соревнованиях
осуществлять судейство в избранном виде спорта	Умение осуществлять судейство в избранном виде спорта	Практическое занятие, Наблюдение за правилом проведения учебной игры
составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки	Умение в составлении комплекса с дальнейшим выполнением	-практическое занятие, -наблюдение за правильным выполнением комплекса

При необходимости рабочая программа учебной дисциплины может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения. Для этого требуется заявление студента (его законного представителя) и заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочей программе учебного предмета «Физическая культура»
по направлению подготовки 36.02.01 «Ветеринария»

на 2024/2025 учебный год

- 1.
- 1.1.;
- 1.2.;
- ...
- 1.9.

- 2.:
- 2.1.;
- 2.2.;
- ...
- 2.9.

3. В _____ вносятся следующие изменения:
(элемент рабочей программы)

- 3.1.;
- 3.2.;
- ...
- 3.9.

Составитель

подпись

/Н, Н, Боброва/