

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АЧИНСКИЙ ТЕХНИКУМ НЕФТИ И ГАЗА ИМЕНИ Е.А.ДЕМЬЯНЕНКО»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

общеобразовательной учебной дисциплины ОД.05 Физическая культура
основной образовательной программы по специальности
13.02.13 Эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического
оборудования (по отраслям)
(базовый уровень)

Ачинск, 2025

РАССМОТРЕНО

предметно-цикловой комиссией
общеобразовательных дисциплин

Протокол № ____

от « ____ » ____ 202__ г.

Председатель предметно-цикловой
комиссии ____ Н.В. Анциферова

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
по учебно-методической
работе

____ О.В. Степанова

« ____ » ____ 202__ г.

СОГЛАСОВАНО

предметно-цикловой комиссией
автоматики и энергетики

Протокол № ____

от « ____ » ____ 202__ г.

Председатель предметно-цикловой
комиссии ____ С.В. Помелова

Рабочая программа общеобразовательной дисциплины разработана на основе Приказа Минпросвещения России от 24.08.2022 N 762 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 21.09.2022 N 70167)

Приказа Минобрнауки России от 17.05.2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»

Приказа Министерства просвещения от 12 августа 2022 Г. N 732 "О внесении изменений в федеральный образовательный государственный образовательный стандарт среднего общего образования», утвержденный приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. N 413"

Концепции преподавания общеобразовательных дисциплин с учетом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования (Утв. Распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 30 апреля 2021 г. № Р-98 «Об утверждении Концепции преподавания общеобразовательных дисциплин с учетом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования»)

Методики преподавания общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» (утверждено на заседании Совета по оценке содержания и качества примерных рабочих программ общеобразовательного и социально-гуманитарного циклов среднего профессионального образования ФИРПО, Протокол № 14 от «30» ноября 2022 г.)

ФГОС СПО по специальности 13.02.13 Эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям), утв. Приказом Минпросвещения РФ от 27.10.2023 № 797.

Примерной рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций (базовый уровень)

Разработчики: Цапков Артем Владимирович, преподаватель высшей квалификационной категории

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	24
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	26

ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Примерная тематика индивидуальных проектов по дисциплине

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Синхронизация образовательных результатов СОО и СПО

ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Преемственность образовательных результатов ФГОС СОО (предметных) с образовательными результатами ФГОС СПО

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОД.05 Физическая культура

1.1. Область применения программы

Учебная дисциплина ОД.05 Физическая культура является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 13.02.13 Эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям).

1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Общеобразовательная дисциплина ОД.01 Русский язык является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 13.02.13 Эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям).

1.3. Цели и задачи общеобразовательной дисциплины:

Общая цель рабочей программы по физической культуре является формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Данная цель конкретизируется и связывается с формированием потребности обучающихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта по использованию современных систем физической культуры. Данная цель реализуется в соответствии с личными интересами и индивидуальными показателями здоровья, особенностями предстоящей учебной и трудовой деятельности.

Развивающая направленность: определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, повышением его надёжности, защитных и адаптивных свойств. Предполагаемым результатом данной направленности становится достижение обучающимися оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности, готовности к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Обучающая направленность: представляется закреплением основ организации и планирования самостоятельных занятий оздоровительной, спортивно-достиженческой и прикладно-ориентированной физической культурой, обогащением двигательного опыта за счёт индивидуализации содержания физических упражнений разной функциональной направленности, совершенствования технико-тактических действий в игровых видах спорта. Результатом этого направления предстают умения в планировании содержания активного отдыха и досуга в структурной организации здорового образа жизни, навыки в проведении самостоятельных занятий кондиционной тренировкой, умения контролировать состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность.

Воспитывающая направленность: программы заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе формирования научных представлений о социальной сущности физической культуры, её месте и роли в жизнедеятельности современного человека, воспитании социально значимых и личностных качеств. В числе предполагаемых практических результатов данной направленности можно выделить приобщение обучающихся к культурным ценностям физической культуры, приобретение способов общения и коллективного взаимодействия во время совместной учебной, игровой и соревновательной деятельности, стремление к физическому совершенствованию и укреплению здоровья.

1.4. Общая характеристика общеобразовательной учебной дисциплины:

В рабочей программе положена концепция формирования универсальных учебных действий, определяющая основы становления российской гражданской идентичности обучающихся, активное их включение в культурную и общественную жизнь страны; Формирования ключевых компетенций, устанавливающая основу саморазвития и самоопределения личности в процессе непрерывного образования;

Преподавания учебного предмета «Физическая культура», ориентирующая учебно-воспитательный процесс на внедрение новых технологий и инновационных подходов в обучении двигательным действиям, укреплении здоровья и развитии физических качеств;

Структуры и содержания учебного предмета «Физическая культура», обосновывающая направленность учебных программ на формирование целостной личности обучающихся, потребность в бережном отношении к своему здоровью и ведению здорового образа жизни.

1.5. Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины ОД.05 Физическая культура в соответствии с ФГОС СОО

Личностные результаты	
ЛР 1	сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;
ЛР 2	осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;
ЛР 3	принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;
ЛР 4	готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
ЛР 5	готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества; участвовать в самоуправлении в школе и детско-юношеских организациях;
ЛР 6	умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;
ЛР 7	готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;
Метапредметные результаты	
МР1	самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать её всесторонне;
МР 2	определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
МР 3	разрабатывать план решения проблемы с учётом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;
МР 4	вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
МР 5	развивать креативное мышление при решении жизненных проблем;
Требования к предметным результатам освоения углубленного курса физическая культура	
ДР61	уметь 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);
ДР62	владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
ДР63	владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья,

	умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;
ДР64	владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
ДР65	уметь 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);
ДР66	владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
ДР67	владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;
ДР68	владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
ДРу1	уметь 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);
ДРу2	владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
ДРу3	владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;
ДРу4	владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
ДРу5	владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;
ДРу6	иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

1.6. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

аудиторной учебной нагрузки обучающихся 72 часа, в том числе:

объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем 72 часа;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	в т.ч. по курсам, семестрам	
		Курс 1 Семестр 1	Курс 1 Семестр 2
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	72	36	36
теоретические занятия	-	-	-
в том числе профессионально ориентированные занятия	-	-	-
лабораторные занятия	-	-	-
в том числе профессионально ориентированные занятия	-	-	-
практические занятия	68	34	34
в том числе профессионально ориентированные занятия	21	9	12
контрольная работа	-	-	-
индивидуальный проект	-	-	-
консультации	-	-	-
Промежуточная аттестация	4	2	2
Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся	-	-	-
экзамена	-	-	-
Всего	72	36	36

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОД.05 Физическая культура

Обозначение: ПЗ – практическое занятие, КУ – комбинированный урок, КР – контрольная работа

№ занятия (объем часов)	Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Вид занятия	Код образовательного результата ФГОС СОО	Код образовательного результата ФГОС СПО	Код образовательного результата РПВ	Обеспечение средствами обучения
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Основы теории физической культуры							
1 (2)	Тема 1.1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО. Современное представление о физической культуре: основные понятия; основные направления развития физической культуры в обществе и их формы организации.	ПЗ	ЛР1,2; МР1, МР2; ДР64, ДР62, ДР63	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	презентация, Л [1] с. 6-14, гимнастические коврики
2 (4)	Тема 1.2	Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста. Профилактика профессиональных заболеваний средствами физической культуры.	ПЗ	ЛР1,2; МР1, МР2; ДР64, ДР61, ДР62	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	презентация, комплекс упражнений
Раздел 2. Легкая атлетика							
3 (6)	Тема 2.1	Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой. Техника низкого старта и бега на короткие дистанции	ПЗ	ЛР1,2,3; МР1, 2,3; ДР62, ДР63, ДР64	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	стартовые колодки, флажки, секундомер
4 (8)	Тема 2.2	Техника высокого старта, тактика бега на средние и длинные дистанции	ПЗ	ЛР2,3,4; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР64	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	стартовые флажки, секундомер
5 (10)	Тема 2.3	Общая и специальная физическая подготовка	ПЗ	ЛР2,3,4; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР64	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
6 (12)	Тема 2.4	Техника прыжка в длину с места. Техника отталкивания, полета и приземления	ПЗ	ЛР4,5; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР68	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	рулетка, секундомер

7 (14)	Тема 2.5	Техника эстафетного бега. Передача эстафетной палочки	ПЗ	ЛР4,5; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР68	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	эстафетные палочки, секундомер
8 (16)	Тема 2.6	Техника метания гранаты. Держание гранаты, разбег, финальное усилие	ПЗ	ЛР4,5; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР68	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	гранаты, набивные мячи
9 (18)	Тема 2.7	Выполнение контрольных нормативов	ПЗ	ЛР4,5; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР68	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	стартовые колодки, флажки, рулетка, секундомер
Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка							
10 (20)	Тема 3.1	Упражнения на развитие координационных способностей, ловкости и точности движений	ПЗ	ЛР1,2,3; МР 3,4,5; ДРу1,2,3	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
11 (22)	Тема 3.2	Упражнения на развитие и укрепление мышц рук и плечевого пояса	ПЗ	ЛР1,2,3; МР 3,4,5; ДРу1,2,3	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
12 (24)	Тема 3.3	Упражнения для осанки, мышц спины и живота	ПЗ	ЛР1,2,3; МР 3,4,5; ДРу4,5,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
13 (26)	Тема 3.4	Упражнения на развитие и укрепление мышц ног	ПЗ	ЛР1,2,3; МР 3,4,5; ДРу4,5,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	
Раздел 4. Волейбол							
14 (28)	Тема 4.1	Инструктаж по технике безопасности при занятиях волейболом. Техника перемещений, стоек, передачи и приема мяча сверху двумя руками	ПЗ	ЛР1,2,3; МР1, 2,3; ДР62, ДР63, ДР64	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	мячи волейбольные, табло для счета перекидное, свисток
15 (30)	Тема 4.2	Техника передачи и приема мяча снизу двумя руками. Двусторонняя игра	ПЗ	ЛР2,3,4; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР64	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	мячи волейбольные, табло для счета перекидное, свисток
16 (32)	Тема 4.3	Техника прямой подачи мяча снизу. Двусторонняя игра	ПЗ	ЛР2,3,4; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР64	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	мячи волейбольные, табло для счета перекидное, свисток
17 (34)	Тема 4.4	Общая и специальная физическая подготовка волейболиста	ПЗ	ЛР4,5; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР68	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	мячи волейбольные, табло для счета перекидное, свисток

18 (36)	Тема 4.5	Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	ПЗ	ЛР4,5; МР1,3,5; ДР62, ДР63, ДР68	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	мячи волейбольные, табло для счета перекидное, свисток
		Итого за 1 семестр	36				
19 (38)	Тема 4.6	Техника нападающего удара и блокирования. Двусторонняя игра	ПЗ	ЛР4,5,6; МР1,3,5; ДР64, ДР65, ДР67	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	лыжи, лыжные палки, ботинки
20 (40)	Тема 4.7	Специальная физическая подготовка волейболиста	ПЗ	ЛР4,5,6; МР1,3,5; ДР64, ДР65, ДР67	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	лыжи, лыжные палки, ботинки
21 (42)	Тема 4.8	Выполнение контрольных нормативов по технике игры волейбол.	ПЗ	ЛР4,5,6; МР1,3,5; ДР64, ДР65, ДР67	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	лыжи, лыжные палки, ботинки
Раздел 5. Современные оздоровительные системы физического воспитания							
22 (44)	Тема 5.1	Комплекс упражнений суставной гимнастики	ПЗ	ЛР 5,6,7; МР4,5; ДР64, ДР65, ДР66	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
23 (46)	Тема 5.2	Комплекс упражнений по системе Пилатес	ПЗ	ЛР 5,6,7; МР4,5; ДР64, ДР65, ДР66	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
24 (48)	Тема 5.3	Комплекс упражнений статического стретчинга	ПЗ	ЛР 5,6,7; МР4,5; ДР64, ДР65, ДР66	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
25 (50)	Тема 5.4	Комплекс упражнений динамического стретчинга	ПЗ	ЛР 5,6,7; МР4,5; ДР64, ДР65, ДР66	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
Раздел 6. Баскетбол							
26 (52)	Тема 6.1	Инструктаж по технике безопасности при занятиях баскетболом. Техника стоек, остановок, поворотов и передвижений. Двусторонняя игра	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРy1,3,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	баскетбольные мячи, конусы, табло, свисток, секундомер
27 (54)	Тема 6.2	Общая и специальная физическая подготовка	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРy1,2,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
28 (56)	Тема 6.3	Техника ловли и передач мяча с места и в движении. Двусторонняя игра	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРy1,2,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	баскетбольные мячи, конусы, табло, свисток, секундомер

29 (58)	Тема 6.4	Выполнение контрольных нормативов по технике игры баскетбол.	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРу 2,3,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	баскетбольные мячи, конусы, табло, свисток, секундомер
Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка							
30 (60)	Тема 7.1	Упражнения на развитие координационных способностей, ловкости и точности движений	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРу1,2,3	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	мячи волейбольные, скакалки
31 (62)	Тема 7.2	Упражнения на развитие и укрепление мышц рук и плечевого пояса	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРу1,2,3	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
32 (64)	Тема 7.3	Упражнения для осанки, мышц спины и живота	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРу1,2,3	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
33 (66)	Тема 7.4	Упражнения на развитие и укрепление мышц ног	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРу4,5,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
34 (68)	Тема 7.5	Упражнения на развитие и укрепление мышц рук и ног	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРу4,5,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	стартовые колодки, флажки, секундомер
35 (70)	Тема 7.6	Упражнения на развитие и укрепление мышц рук и плечевого пояса	ПЗ	ЛР 3,4,5; МР 3,4,5; ДРу4,5,6	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	комплекс упражнений
36 (72)	Тема 7.7	Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета.	ПЗ	ЛР 1-7; МР 1-5	ОК1, ОК4, ОК8	ЛРПВ 9	
		Итого за 2 семестр	36				
		Всего:	72				

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Реализация программы дисциплины требует наличия спортивных сооружений:

- спортивный зал, оснащенный спортивным инвентарем и оборудованием;
- оборудованные открытые спортивные площадки.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- щиты баскетбольные с кольцами и сетками;
- стойки волейбольные с сеткой и антеннами;
- мячи волейбольные;
- мячи баскетбольные;
- мячи футбольные;
- конусы разметочные;
- табло для счета перекидное;
- скамейки гимнастические;
- гимнастическая стенка;
- навесная перекладина для гимнастической стенки;
- маты гимнастические, коврики гимнастические;
- насос для мячей;
- рулетка;
- секундомер;
- скакалки;
- гантели.

Оборудование и инвентарь открытых спортивных площадок:

- турник уличный;
- рукоход уличный;
- полоса препятствий;
- брусок отталкивания для прыжков в длину;
- колодки стартовые;
- флажки стартовые;
- палочки эстафетные;
- рулетка металлическая;
- гранаты 700 гр.;
- указатели дальности метания 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м;
- секундомеры.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

1. Бишаева А.А. Физическая культура : учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования – 2-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2017. – 320 с. – ISBN: 978-5-4468-5107-2/ – Текст : непосредственный.
2. Конеева Е.В. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2020. – 322 с. – (Профессиональное образование). – ISBN: 978-5-534-13046-1/ – Текст : непосредственный.
3. Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А., Близневский А.Ю., Рябинина С.К. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования. – М : Издательство Юрайт, 2020. – 424 с. – (Профессиональное образование). – ISBN: 978-5-534-02612-2/ – Текст : непосредственный.
4. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура : учебник для студентов среднего профессионального образования. – 19-е изд., стер. – М : Издательский центр «Академия», 2018. 176 с. – ISBN: 978-5-4468-7250-3/ – Текст : непосредственный.

3.2.2. Дополнительные источники

1. Единая информационная площадка по направлению «Физическая культура и спорт в образовании». – URL URL: <https://еип-фкис.рф/> (дата обращения 22.06.2022). – Текст: электронный.
2. Образовательная социальная сеть. – URL: <https://nsportal.ru/> (дата обращения 10.06.2022). – Текст: электронный.
3. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «Юрайт». Профессионально-оздоровительная физическая культура студента. Учебное пособие/ А.А. Бишаева. – URL: – URL: <https://uraitl.ru/bcode/448586> (дата обращения 15.06.2022) – Текст: электронный.
4. Физическая культура и здоровый образ жизни студенческой молодежи. Учебное пособие. – URL: <http://www.fizkult-ura.ru/> (дата обращения 26.06.2022) – Текст: электронный.
5. Базовые виды спорта. – URL: <https://fb.ru/article/387878/bazovyie-vidyi-sporta-klassifikatsiya-i-opisanie> (дата обращения 20.06.2021) – Текст: электронный.
6. Фитнес программы. – URL: <https://goodlooker.ru/> (дата обращения 20.06.2022) – Текст: электронный.

3.3. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

В целях реализации компетентностного подхода при преподавании дисциплины используются современные образовательные технологии: проблемное и разноуровневое обучение, обучение в сотрудничестве (групповая работа), информационно-коммуникационные технологии, применяются активные и интерактивные формы проведения занятий.

Перед началом изучения основных разделов дисциплины организуется повторение основного курса средней школы и входной контроль. Для проведения текущего контроля знаний проводятся устные (индивидуальный, групповой и фронтальный) и письменные опросы (тестирование, индивидуальная самостоятельная работа,), практические занятия по соответствующим темам разделов.

По дисциплине предусматривается промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета в соответствующих семестрах

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов общеобразовательной дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

Общая/профессиональная компетенция	Раздел	Тип оценочных мероприятий
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Раздел 1-7	Устный опрос, тестирование, контрольные нормативы
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Раздел 1-7	Устный опрос, тестирование, контрольные нормативы
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Раздел 1-7	Устный опрос, тестирование, контрольные нормативы