

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ В.М. КОКОВА»**

Факультет среднего профессионального образования

Кафедра общеобразовательных дисциплин

«УТВЕРЖДАЮ»

и.о. декана



Жерукова А.А.

«26» мая 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.04 Физическая культура
по специальности среднее профессиональное образование
40.02.04 Юриспруденция

Квалификация выпускника – юрист

Программа подготовки на базе – среднего общего образования

Курс обучения – 1,2

Семестр- 1, 2, 3, 4

Форма обучение очная, заочная

Нальчик 2025

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – среднего профессионального образования (ФГОС СПО), утвержденным приказом Минпросвещения России от 27.10. 2023 г. №798 по специальности 40.02.04 Юриспруденция

Разработчики рабочей программы:

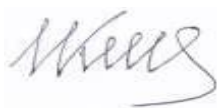
преподаватель

Шамурзаев О.Х.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол от « 23» мая 2025 г. № 10

И. о. заведующий кафедрой



Гучапшева И.Р.

Одобрено методической комиссией факультета СПО

Протокол от «24 мая 2025 г. № 7

Председатель

к.э. н., доцент



Татыева Ф.Б.

Согласовано:



Директор научной библиотеки _____

Шогенова И.А

«22» мая 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	13
5. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	14
6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	15

1.ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Физическая культура»

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 40.02.04 Юриспруденция

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть общего гуманитарного и социально – экономического цикла и направлена на формирования общекультурных компетенций.

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

1.3. Цель и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимся осваиваются умения и знания подготовленности.

Код ОК	Умения	Знания
ОК 08.	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)	- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); - средства профилактики перенапряжения

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

- максимальной учебной нагрузки обучающегося 154 часов, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 112 часов.
- самостоятельной работы обучающегося 42 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 .Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	154
Аудиторная учебная работа (обязательные учебные занятия) (всего)	112
в том числе:	
лекции	8
практические занятия	104
Внеаудиторная самостоятельная работа обучающегося (всего)	42
в том числе:	
- написание рефератов - ведение индивидуального дневника - написание докладов ответы на контрольные вопросы	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, внеаудиторная самостоятельная учебная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	1 – ый курс			
Раздел 1. Теоретическая часть			4	
Тема 1.1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Содержание учебного материала		2	
		Теоретические занятия		
	1	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности. Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена. Коррекция фигуры. Основные признаки утомления. Факторы регуляции нагрузки. Тесты для определения оптимальной индивидуальной нагрузки.		1
Тема 1.2. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	Содержание учебного материала		2	
		Теоретические занятия		
	1	Личная и социально-экономическая необходимость специальной адаптивной и психофизической подготовки к труду. Оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Тестирование состояния здоровья, двигательных качеств, психофизиологических функций, к которым профессия (специальность) предъявляет повышенные требования.		1
Раздел 2. Практическая часть			10	
Легкая атлетика				
Тема Бег - короткие,	Содержание учебных занятий			
	Практические занятия		2	

средние дистанции.	1.	Закрепление навыков общеразвивающих упражнений на месте, в движении. Бег по кругу, повороту, изменением направления. Низкий старт, разбег, финиширование. Бег -100,200,400м.		
	Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля.Занятия дополнительными видами спорта. Написание докладов, рефератов: Техника беговых упражнений.Подготовка к выполнению нормативов (ГТО).Ответы на контрольные вопросы.		2	
Тема Техника прыжков - длину, высоту – разбега. Эстафета – 4x100м.	Содержание учебных занятий			
	Практические занятия		2	
	1.	Закрепление навыков прыжков в длину (высоту) разбега. Разбег, толчок фаза полёта, приземление. Прыжки с места длину, высоту, тройной прыжок с места. Упражнения на развитие прыгучести, гибкости, выносливости. Эстафета – 4x100м. Ответы на контрольные вопросы.		
	Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля.Занятия дополнительными видами спорта. Написание докладов, рефератов: Техника беговых упражнений.Техника прыжков -длину, высоту – разбега.Подготовка к выполнению нормативов (ГТО).Ответы на контрольные вопросы.			
Тема Техника метания гранаты, толкания ядра. Эстафета 4x400м.	Содержание учебных занятий		2	
	Практические занятия			
	1.	Закрепление навыков техники метания гранаты – разбега..Техника толкание ядра – круга сектора. Техника бега – эстафета – 4x400м. Техника бега по кругу, повороту, изменением направления.		
Кроссовая подготовка Тема Кросс – 3000м., с препятствиями	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		2	
	1	Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля.Занятия	2	

		дополнительными видами спорта. Написание докладов, рефератов:		
Тема Кросс – 5000м., пересечённой местности	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		2	
	1.	Закрепление навыков техники бега по кругу, повороту, изменением направления. Техника бега - медленный, умеренный, быстрый. Кросс пересечённой местности – 5000м. Техника бега, работа ног, рук, дыхания.		
Раздел 3. Спортивные игры Тема Футбол			40	
	Содержание учебных занятий			
	Практические занятия		10	
	1.	Закрепление навыков техники ведения, остановка, обводка, штрафной удар. Двусторонняя игра. Правила игры. Совершенствование техники, тактики игры. Штрафной удар. Техничко-тактические действия двусторонней игры в футбол. Техника, тактика игры в нападении, защите. Правила игры, судейство.		
Тема Баскетбол	Содержание учебных занятий		10	
	Практические занятия			
	1.	Закрепление навыков техники ведения мяча, передачи в движении. Штрафной бросок. Стандартные положения. Двусторонняя игра. Броски мяча в корзину - места, движения, прыжке. Вырывание и выбивание мяча, приемы овладения мячом. Техника, тактика игры в защите, нападении. Правило игры, судейство		
Тема Настольный теннис	Содержание учебных занятий		10	
	Практические занятия			
	1.	Техника подачи, приема мяча. Двусторонняя игра. Игра в парах. Отработка элементов подачи справа, слева. Совершенствование техники двусторонней игры в настольный теннис. Правила игры, судейство.		
Тема Волейбол	Содержание учебных занятий		10	
	Практические занятия			
	1.	Техничко-тактические действия двусторонней игры - волейбол. Стандартные положения: подачи мяча, приём мяча, перемещения. Техника, тактика игры в нападении. Техника, тактика игры в защите. Правила игры, судейство.		
Раздел 4. Гимнастика			6	
Тема Акробатика	Содержание учебного материала		2	
	Практические занятия			

	1.	Закрепление навыков в акробатике – вольные упражнения; кувырки вперёд, назад – мост. Стойка на голове, полу-шпагат, колесо. Упражнения с обручами, скакалками.		
Тема Перекладина, брусья.	Содержание учебного материала		2	
	Практические занятия			
	1.	Закрепление навыков на перекладине: подъём переворотом, подтягивание разным хватом. Брусья: махи, упор, соскок, упор на предплечьях, стойка - группировка, соскок. Лазание по канату с помощью, ног, рук.		
Тема Опорный прыжок конь – козёл	Содержание учебного материала		2	
	Практические занятия			
	1	Закрепление навыков техники разбега, отталкивание, фаза полёта, группировка, приземление. Техника прыжка – ноги врозь – козёл. Техника прыжка согнув ноги - конь. Упражнения (прыжки) со скакалкой. Прыжки с места – длину, высоту.		
Раздел 5. Практическая часть Тема Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		10	
	1	Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой. Техника безопасности занятий.		
Раздел 3. Практическая часть Тема Ручной мяч	Содержание учебного материала		4	
	Практические занятия			
	1	Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с откосом от площадки, бросок мяча из опорного положения с сопротивлением защитнику, перехваты мяча, выбивание или отбор мяча, тактика игры, скрестное перемещение, подстраховка защитника, нападение, контратака.		
Тема 6. У ч е б н о -	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		2	

методические занятия	«Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению. Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении. Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья). Определение уровня здоровья (по Э.Н. Вайнеру) Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности»		
	Всего за 1-ый курс	72(4)	

	2 – ой курс			
Раздел 1. Теоретическая часть			4	
Тема 1.3. Основы здорового образа жизни	Содержание учебного материала			
	Теоретические занятия		2	
	Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни. Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Двигательная активность.			
	Внеаудиторная самостоятельная работа: Написание рефератов: Психофизические основы учебного и производственного труда Ответы на контрольные вопросы		2	1
Тема Техника прыжков - длину, высоту – разбега. Эстафета – 4х100м.	Содержание учебных занятий			
	Практические занятия		2	
	1.	Закрепление навыков прыжков в длину (высоту) разбега. Разбег, толчок фаза полёта, приземление. Прыжки с места длину, высоту, тройной прыжок с места.		

	Упражнения на развитие прыгучести, гибкости, выносливости. Эстафета – 4х100м. Ответы на контрольные вопросы.			
Тема Техника метания гранаты, толкания ядра. Эстафета 4х400м.	Содержание учебных занятий		2	
	Практические занятия			
	1.	Закрепление навыков техники метания гранаты – разбега..Техника толкание ядра – круга сектора. Техника бега – эстафета – 4х400м. Техника бега по кругу, повороту, изменением направления.		
Кроссовая подготовка Тема Кросс – 3000м., с препятствиями	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		2	
	1	Закрепление навыков техники бега по кругу, повороту, изменением направления. Бег медленный, умеренный, быстрый.Техника бега в подъём, спуску. Кросс препятствиями – 3000м. Техника бега, работа ног, рук, дыхание.		
Тема Кросс – 5000м., пересечённой местности	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		2	
	1.	Закрепление навыков техники бега по кругу, повороту, изменением направления. Техника бега - медленный, умеренный, быстрый. Кросс пересечённой местности – 5000м. Техника бега, работа ног, рук, дыхания.		
Раздел 3. Спортивные игры Тема Футбол			22	
	Содержание учебных занятий			
	Практические занятия		6	
	1.	Закрепление навыков техники ведения, остановка, обводка, штрафной удар. Двусторонняя игра. Правила игры. Совершенствование техники, тактики игры. Штрафной удар. Техничко-тактические действия двусторонней игры в футбол. Техника, тактика игры в нападении, защите. Правила игры, судейство.		
Тема Баскетбол	Содержание учебных занятий		6	
	Практические занятия			
	1.	Закрепление навыков техники ведения мяча, передачи в движении. Штрафной бросок. Стандартные положения. Двусторонняя игра. Броски мяча в корзину - места, движения, прыжке. Вырывание и выбивание мяча, приемы овладения мячом. Техника, тактика		
		игры в защите, нападении. Правило игры,судейство		
Тема Настольный теннис	Содержание учебных занятий		4	
	Практические занятия			
	1.	Техника подачи, приема мяча. Двусторонняя игра. Игра в парах. Отработка элементов подачи справа, слева. Совершенствование техники двусторонней игры в настольный теннис. Правила игры, судейство.		

Тема Волейбол	Содержание учебных занятий		6	
	Практические занятия			
	1.	Технико-тактические действия двусторонней игры - волейбол. Стандартные положения: подачи мяча, приём мяча, перемещения. Техника, тактика игры в нападении. Техника, тактика игры в защите. Правила игры, судейство.		
Раздел 4. Гимнастика			4	
Тема Акробатика	Содержание учебного материала		2	
	Практические занятия			
	1.	Закрепление навыков в акробатике – вольные упражнения; кувырки вперёд, назад – мост. Стойка на голове, полу-шпагат, колесо. Упражнения с обручами, скакалками.		
Тема Перекладина, брусья.	Содержание учебного материала		1	
	Практические занятия			
	1.	Закрепление навыков на перекладине: подъём переворотом, подтягивание разным хватом. Брусья: махи, упор, соскок, упор на предплечьях, стойка - группировка, соскок. Лазание по канату с помощью, ног, рук.		
Тема Опорный прыжок конь – козёл	Содержание учебного материала		1	
	Практические занятия			
	1	Закрепление навыков техники разбега, отталкивание, фаза полёта, группировка, приземление. Техника прыжка – ноги врозь – козёл. Техника прыжка согнув ноги - конь. Упражнения (прыжки) со скакалкой. Прыжки с места – длину, высоту.		
Раздел 5. Практическая часть Тема Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		2	
	1	Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой. Техника безопасности занятий.		
Раздел 3. Практическая часть Тема Ручной мяч	Содержание учебного материала		2	
	Практические занятия			
	1	Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с откосом от площадки, бросок мяча из опорного положения с сопротивлением защитнику, перехваты мяча, выбивание или отбор мяча, тактика игры, скрестное перемещение, подстраховка защитника, нападение, контратака.		
Тема 6. У ч е б н о -	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		2	

методические занятия	<p>«Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению.</p> <p>Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении. Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья). Определение уровня здоровья (по Э.Н. Вайнеру) Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности»</p>		
	<p style="text-align: right;">Всего за 2-ой курс</p>	<p style="text-align: center;">40(4)</p>	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного комплекса. Спортивный зал:

- многофункциональный тренажер;
- столы для армрестлинга;
- перекладина;
- гимнастические маты, гири, штанги, мячи;
- гимнастические снаряды;
- инвентарь для спортивных игр.

Борцовский зал:

- борцовский ковер.

Зал тяжелой атлетики:

- инвентарь для занятий тяжелой атлетикой.

Теннисный зал:

- теннисные столы, мячи, ракетки.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий; волейбольная и баскетбольная площадки.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, — 216 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15307-1. — URL :
2. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/495018>

Дополнительные источники:

3. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/487323>
4. Теория и Методика обучения предмету «Физическая культура»: водные виды спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11455-3. — URL : <https://urait.ru/bcode/495565>
5. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва : Издательство Юрайт, — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/495254>

3.3. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- ЭБС «Издательства Лань»

Коллекция «Единая профессиональная база знаний для аграрных вузов»

ООО «Издательство Лань».

Лицензионный договор № 003/2025-44ФЗ от 22.05.25 г сроком на 1 год

<http://e.lanbook.com/>

- ЭБС «Издательства Лань». Коллекция «ФПУ. 10-11 кл. Изд-во «Просвещение». Общеобразовательные предметы»

ООО «ЭБС Лань».

Договор № 023/2024-223ФЗ от 24.05.24 г сроком на 1 год (работает до 1 сентября)

<http://e.lanbook.com/>

- Сетевая электронная библиотека

ООО «ЭБС ЛАНЬ»

Договор № СЭБ НВ-164 от 17.12.2019 г. – бессрочный

<http://e.lanbook.com/>

<http://seb.e.lanbook.com/>

- ЭБС «Университетская библиотека online». Базовая часть

ООО «Директ-Медиа»

Контракт № 51-04/2025 от 22.05.2025 г сроком на 1 год

<http://biblioclub.ru>

- ЭБС «ЮРАЙТ» Пакет СПО

ООО «Электронное издательство Юрайт»

Лицензионный договор № 6703 от 27.08.2024 г. сроком на 1 год

<https://urait.ru/>

- Научная электронная библиотека e-LIBRARY.RU (SCIENCE INDEX)

ООО Научная электронная библиотека.

Лицензионный договор № SIO-2114/2025 от 06.05.2025 сроком на 1 год

<http://elibrary.ru>

- Сертификат ИТС ПО САБ ИРБИС64

ООО «Эй Ви Ди - Систем»

Договор № А-12933 от 12.04.2024 г. сроком на 1 год

- Антиплагиат.ВУЗ 5.0

Модуль поиска «Объединенная коллекция 2020»

АО «Антиплагиат»

Лицензионный договор № 10023 от 12.05.2025 г. сроком на 1 год

3.4 Перечень лицензионного и свободно-распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

3.4.1 Лицензионное программное обеспечение

Microsoft Office Professional Plus 2013, 2010, 2007 лицензионное соглашение № V2058769

Microsoft Windows 8.1, 8, 10 Vista лицензионное соглашение № V2058769

Microsoft Windows Server 2008R2 лицензионное соглашение № V2058769

AutoDesk AutoCad 2012 Education Product Standalone б/н

Антиплагиат лицензионный договор №8438 от 16.05.24г.

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition № лицензии 26FE-180912-140403-3-1306

Интернет-ресурсы свободного доступа

Наименование ресурса сети «Интернет»	Электронный адрес ресурса
«Российское образование» - федеральный портал	http://www.edu.ru/index.php
Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»	http://window.edu.ru/
Система «Антиплагиат»	www.antipolagiat.ru
Справочно-правовая система ГАРАНТ.	http://www.garant.ru;
Консультат Плюс.	http://www.consultant.ru.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, выполнения обучающимися индивидуальных заданий, при этом может учитываться как конкретный результат, так и техника выполнения физических упражнений, направленных на формирование жизненно важных умений и навыков, развитие физических качеств и др., а также уровень теоретических знаний.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Знания о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Устный опрос. Тестирование. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет
Знание основ здорового образа жизни	Устный опрос. Тестирование. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет
Умение использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет

5. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты (освоенные общекультурные компетенции)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля
ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- способность использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности, достижения жизненных и профессиональных целей;	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет.

**6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

6.1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции и ее формулировка	Наименование оценочного средства
Раздел 2. Легкая атлетика		
Тема Стартовые ускорения. Бег - короткие, средние дистанции.	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	. Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.
Тема Техника прыжков -длину, высоту разбега. Эстафета 4х100м.	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.
Тема Техника метаниягранаты, копья. Эстафета 4х400м.	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.
Тема Кроссовая подготовка Кросс – 3000м., с препятствиями	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в

		процессе проведения практических занятий.
Тема Кросс – 5000м.,пересечённой местности	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.
Раздел 3. Спортивные игры		
Тема Футбол	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.
Тема Баскетбол	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.
Тема Настольный теннис	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.

Тема Волейбол	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.
Раздел 4. Гимнастика		
Тема Акробатика	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий..
Тема Перекладина, брусья	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.. Дифференцированный зачет.
Тема Опорный прыжок конь-козел	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.
Раздел 5 Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.

<p>Раздел 3</p> <p>Тема</p> <p>Ручной мяч</p>	<p>ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет</p> <p>Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.</p>
<p>Раздел 6</p> <p>Тема</p> <p>Учебно-методические занятия</p>	<p>ОК 08. - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>Итоговые оценки. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет</p> <p>Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий.</p>

