

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

**Факультет среднего профессионального образования**

**«УТВЕРЖДАЮ»**



и.о. декана

Жерукова А.А.

«26» мая 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины

**ОУД.08 «Физическая культура»**

Специальность – **36.02.01 Ветеринария**

Квалификация выпускника – **ветеринар**

Программа подготовки на базе – **основного общего образования**

Курс обучения **1**

Семестр **2**

Форма обучения **очная**

**Нальчик 2025**

Рабочая программа дисциплины ОУД.08 Физическая культура составлена в соответствии с требованием Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования – среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО), утвержденным приказом Минпросвещения России от 27 октября 2023 г. N 798 по специальности 36.02.01 Ветеринария

Организация-разработчик: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кабардино-Балкарский государственный аграрный университет имени В.М. Кокова»


Разработчик: О.Х. Шамурзаев

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № 10 от 23.05.2025 г.

И.о. зав.кафедрой  И.Р. Гучапшева

Одобрено методической комиссией факультета СПО  
Протокол № 7 от 24.05.2025 г.

Председатель  Ф.Б. Татуева

Согласовано  
22.05.2025 г.

Директор научной библиотеки  И.А. Шогенова

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» .....</b>	<b>4</b>
<b>2. Структура и содержание общеобразовательной дисциплины .....</b>	<b>7</b>
<b>3. Условия реализации учебной дисциплины.....</b>	<b>15</b>
<b>4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины. ....</b>	<b>16</b>

## **1. Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура»**

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО: 36.02.01 Ветеринария

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования; программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих; программы подготовки специалистов среднего звена.

### **1.1. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

Учебная дисциплина «Физическая культура» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Физическая культура» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППССЗ на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

В учебных планах ППССЗ дисциплина «Физическая культура» входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

### **1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:**

ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих **результатов:**

#### **личностных:**

готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению; сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек:

курения, употребления, алкоголя, наркотиков;

потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;

приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;

формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной практике;

готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;

способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;

способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений,

ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;  
формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;  
принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;  
умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;  
патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;  
готовность к служению Отечеству, его защите;

#### **метапредметных:**

способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;  
готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;  
освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;  
готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;  
формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;  
умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

#### **предметных:**

умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;  
владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;  
владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;  
владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;  
владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## **2. Структура и содержание общеобразовательной дисциплины**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы дисциплины</b>	78
<b>в т. ч.</b>	
<b>Основное содержание</b>	78
<b>в т. ч.:</b>	
теоретическое обучение	-
практические занятия	78
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)</b>	2

## 2.1 Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессиональноориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
1	2	3	4
<b>Раздел 1</b>	<b>Физическая культуры, как часть культуры общества и человека</b>	<b>10</b>	
<b>Основное содержание</b>		<b>8</b>	
<b>Тема 1.1</b> Современное состояние физической культуры и спорта	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Физическая культура как часть культуры общества и человека. Роль физической культуры в обще культурном, профессиональном и социальном развитии человека. Современное представление о физической культуре: основные понятия; основные направления развития физической культуры в обществе и их формы организации 2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программная и нормативная основа системы физического воспитания населения. Характеристика нормативных требований для обучающихся СПО	2	OK8
<b>Тема 1.2</b> Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие «здоровье» (физическое, психическое, социальное). Факторы, определяющие здоровье. Психосоматические заболевания 2. Понятие «здоровый образ жизни» и его составляющие: режим труда и отдыха, профилактика и устранение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание 3. Влияние двигательной активности на здоровье. Оздоровительное воздействие физических упражнений на организм занимающихся. Двигательная рекреация и ее роль в организации здорового образа жизни современного человека	2	OK8
<b>Тема 1.3</b> Современные системы и технологии укрепления и сохранения здоровья	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Современное представление о современных системах и технологиях укрепления и сохранения здоровья (дыхательная гимнастика, антистрессовая пластическая гимнастика, йога, глазодвигательная гимнастика, стрейтчинг, суставная гимнастика; лыжные прогулки по пересеченной местности, оздоровительная ходьба, северная или скандинавская ходьба и оздоровительный бег и др.) 2. Особенности организации и проведения занятий в разных системах оздоровительной физической культуры и их функциональная направленность	2	OK8
<b>Тема 1.4</b> Основы	<b>Содержание учебного материала</b>	2	

методики самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и самоконтроль за индивидуальными показателями здоровья	1.Формы организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и их особенности; соблюдение требований безопасности и гигиенических норм и правил во время занятий физической культурой		OK8
	2.Организация занятий физическими упражнениями различной направленности: подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Нагрузка и факторы регуляции нагрузки при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями		
	3.Самоконтроль за индивидуальными показателями физического развития, умственной и физической работоспособностью, индивидуальными показателями физической подготовленности. Дневник самоконтроля		
	4.Физические качества, средства их совершенствования		
<b>Профессионально ориентированное содержание</b>		<b>2</b>	
<b>Тема 1.5</b> Физическая культура в режиме трудового дня Профессионально-прикладная физическая подготовка	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1. Зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности. Рациональная организация труда, факторы сохранения и укрепления здоровья, профилактика переутомления. Составление профессиограммы. Определение принадлежности выбранной профессии/специальности к группе труда. Подбор физических упражнений для проведения		OK8
	2.Понятие «профессионально-прикладная физическая подготовка», задачи профессионально-прикладной физической подготовки, средства профессионально-прикладной физической подготовки		
<b>Раздел № 2</b>	<b>Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности</b>		
<b>Методико-практические занятия</b>		<b>16</b>	
<b>Профессионально ориентированное содержание</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 2.1</b> Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	1. Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, комплексов упражнений для коррекции осанки и телосложения		OK8
	2. Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности		
<b>Тема 2.2</b> Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений. Освоение методики составления планов-конспектов и выполнения самостоятельных заданий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»		OK8



<b>Тема 2.3</b> Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Применение методов самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности		OK8
<b>Тема 2.4.</b> Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при решении профессионально-ориентированных задач	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	1. Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для производственной гимнастики, комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности		OK8
	2. Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для профессионально-прикладной физической подготовки с учётом специфики будущей профессиональной деятельности		
<b>Тема 2.5</b> Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) Характеристика профессиональной деятельности: группа труда, рабочее положение.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Характеристика профессиональной деятельности: группа труда, рабочее положение.		OK8
<b>Тема 2.6:</b> ППФП. Характеристика профессиональной деятельности: внешние условия или производственные факторы.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Характеристика профессиональной деятельности: внешние условия или производственные факторы.		OK8
<b>Тема 2.7:</b> ППФП. Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики (первая, вторая, группы профессий).	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики (первая, вторая, группы профессий).		OK8
<b>Тема 2.8:</b> ППФП. Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики (третья, четвертая группы профессий).	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики (третья, четвертая группы профессий).		OK8

<b>Тема 2.9</b> Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Освоение упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, поддержания работоспособности, развитие основных физических качеств		OK8
<b>Тема 2.10</b> Основная гимнастика	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	1. Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Выполнение строевых упражнений, строевых приёмов: построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий, поворотов на месте.		OK8
	2. Выполнение общеразвивающих упражнений без предмета и с предметом; в парах, в группах, на снарядах и тренажерах. Выполнение прикладных упражнений: ходьбы и бега, упражнений в равновесии, лазанье и перелазание, метание и ловля, поднимание и переноска груза, прыжки		
<b>Тема 2.11</b> Спортивная гимнастика	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	1. Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на брусьях разной высоты (девочки); на параллельных брусьях (юноши)		OK8
	2. Освоение и совершенствование элементов и комбинаций на бревне (девочки); на перекладине (юноши)		
	3. Освоение и совершенствование опорного прыжка через коня: углом с косого разбега толчком одной ногой (девочки); опорного прыжка через коня: ноги врозь (юноши)		
	4. Элементы и комбинации на снарядах спортивной гимнастики:		
	<b>Девочки</b>		
	<b>Юноши</b>		
<b>Тема 2.12</b> Атлетическая гимнастика	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	1. Выполнение упражнений и комплексов упражнений атлетической гимнастики для рук и плечевого пояса, мышц спины и живота, мышц ног с использованием собственного веса. Выполнение упражнений со свободными весами		OK8
	2. Выполнение упражнений и комплексов упражнений с использованием новых видов фитнес оборудования.		
<b>Спортивные игры</b>		<b>24</b>	
<b>Баскетбол</b>		<b>12</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>	2	

<b>Тема 2.13:</b> Баскетбол. Техника безопасности на занятиях баскетболом.	<b>Практические занятия</b>	2	
	Техника безопасности на занятиях баскетболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: перемещения, остановки, стойки игрока, повороты.		OK8
<b>Тема 2.14:</b> Баскетбол. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, с отскоком от пола.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, с отскоком от пола.		OK8
<b>Тема 2.15:</b> Баскетбол. Ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу.		OK8
<b>Тема 2.16:</b> Баскетбол. Броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Броски одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча.		OK8
<b>Тема 2.17:</b> Баскетбол. Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения.		OK8
<b>Тема 2.18:</b> Баскетбол. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.		OK8
<b>Волейбол</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 2.19:</b> Волейбол. Техника безопасности на занятиях волейболом.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Техника безопасности на занятиях волейболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: стойки игрока, перемещения, передача мяча.		OK8
<b>Тема 2.20:</b> Волейбол. Поддача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Поддача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками.		OK8
<b>Тема 2.21:</b> Волейбол. Прием мяча одной рукой с	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	

последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину.	Прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину.		OK8
<b>Тема 2.22:</b> Волейбол. Прием мяча одной рукой в падении.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Прием мяча одной рукой в падении.		OK8
<b>Тема 2.23:</b> Волейбол. Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Освоение/совершенствование приёмов тактики защиты и нападения.		OK8
<b>Тема 2.24:</b> Волейбол. Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности.		OK8
<b>Лёгкая атлетика</b>		<b>20</b>	
<b>Тема 2.25:</b> Лёгкая атлетика. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.		OK8
<b>Тема 2.26:</b> Лёгкая атлетика. Техника бега высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Техника бега высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.		OK8
<b>Тема 2.27:</b> Лёгкая атлетика. Совершенствование техники спринтерского бега.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Совершенствование техники спринтерского бега.		OK8
<b>Тема 2.28:</b> Лёгкая атлетика. Совершенствование техники (кроссового бега, средние и длинные дистанции (2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши)))	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Совершенствование техники (кроссового бега, средние и длинные дистанции (2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши)))		OK8
<b>Тема 2.29:</b> Лёгкая атлетика. Техника эстафетного бега (4 *100 м, 4*400 м; бега по прямой с различной скоростью)	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Техника эстафетного бега (4 *100 м, 4*400 м; бега по прямой с различной скоростью)		OK8
<b>Тема 2.30:</b> Лёгкая атлетика. Совершенствование техники	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	

эстафетного бега (4 *100 м, 4*400 м; бега по прямой с различной скоростью)	Совершенствование техники эстафетного бега (4 *100 м, 4*400 м; бега по прямой с различной скоростью)		OK8
<b>Тема 2.31:</b> Лёгкая атлетика. Техника прыжка в длину с разбега	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Техника прыжка в длину с разбега		OK8
<b>Тема 2.32:</b> Лёгкая атлетика. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега		OK8
<b>Тема 2.33:</b> Лёгкая атлетика. Совершенствование техники метания гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши)	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Совершенствование техники метания гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши)		OK8
<b>Тема 2.34:</b> Лёгкая атлетика. Развитие физических способностей средствами лёгкой атлетики. Подвижные игры и эстафеты с элементами легкой атлетики.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Развитие физических способностей средствами лёгкой атлетики. Подвижные игры и эстафеты с элементами легкой атлетики.		OK8
<b>Всего:</b>		<b>78</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Для реализации программы дисциплины «Физическая культура» должны быть предусмотрены спортивные сооружения:

(универсальный) спортивный зал, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения дисциплины;

оборудованные открытые спортивные площадки, обеспечивающие достижение результатов освоения дисциплины;

Примерный перечень оборудования и инвентаря спортивных сооружений:

##### **Спортивные игры**

Щит баскетбольный игровой (комплект); щит баскетбольный тренировочный, щит баскетбольный навесной, ворота, кольца баскетбольные, мяч баскетбольный №7 массовый, мяч баскетбольный №7 для соревнований, мяч баскетбольный №5 массовый, мяч футбольный №4 массовый, мяч футбольный №5 массовый, мяч футбольный №5 для соревнований, мяч волейбольный игровой и соревновательный массовый, сетка волейбольная, насос для накачивания мячей с иглой, жилетки игровые, сетка для хранения мячей, конус игровой.

##### **Гимнастика**

Стенка гимнастическая, скамейка гимнастическая, комплект матов гимнастических, мостик гимнастический подкидной, бревно гимнастическое напольное, кронштейн навесной для канатов, канат для лазания 5м. (со страховочным устройством), перекладина гимнастическая пристенная, коврик гимнастический, палка гимнастическая, обруч гимнастический, скакалка гимнастическая.

##### **Легкая атлетика**

Стойки для прыжков в высоту (комплект), граната для метания

Ядро для толкания

##### **Общефизическая подготовка**

Перекладина навесная универсальная, брусья навесные, снаряд «доска наклонная», горка атлетическая, комплект гантелей обрезиненных 90 кг, эспандер универсальный, лестница координационная (12 ступеней).

##### **Подвижные игры**

Набор для подвижных игр в контейнере, сумка для подвижных игр

##### **Оборудование для проведения соревнований**

скамейка для степ-теста - пьедестал, весы напольные, сантиметр мерный, комплект для соревнований, аппаратура для музыкального сопровождения, персональный компьютер (ведение мониторингов и иных документов)

##### **Прочее**

Аптечка медицинская, сетка заградительная

##### **Открытые спортивные площадки:**

стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, круг для метания ядра, указатели дальности метания на 25,30,35,40,45,50,55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт—Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

### **3.2 Информационное обеспечение реализации программы**

#### **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 : <https://urait.ru/bcode/488234>
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>

##### **Дополнительная источники:**

3. 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>
4. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, — 141 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10199-7. — URL : <https://urait.ru/bcode/495182>

#### **Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

ЭБС «Издательства Лань»

ООО «Издательство Лань». Договор № 001/2022-44ФЗ от 20.05.2022 г. сроком на 1 год  
<http://e.lanbook.com/>

ЭБС «Университетская библиотека online»

ООО «Директ-Медиа» Контракт № 76-04/22 от 17.05 2022 г. сроком на 1 год -  
<http://biblioclub.ru>

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

ООО Научная электронная библиотека. Лицензионный договор № SIO-2114/2022 от 13.04.2022 г. сроком на 1 год – <http://elibrary.ru>

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/>

##### **Интернет-ресурсы:**

<https://www.minsport.gov.ru/> - Сайт Министерства спорта Российской Федерации  
<http://www.edu.ru/> - Российское образование. Федеральный

#### 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.

Предметные результаты	Основные показатели оценки результата
1	2
- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;	- правильность и планомерность использования разнообразных форм и видов физкультурной деятельности; правильность, качество теоретических и практических знаний в организации мероприятий;
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;	- правильность выполнения упражнений в поддержании работоспособности и основ здорового образа жизни; понимание необходимости в систематических занятиях физической культурой и спортом, соблюдение личной и общественной гигиены;
- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;	- правильность ведения индивидуального дневника самоконтроля;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;	- правильность анализа физического и физиологического развития с целью сохранения работоспособности;
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).	- понимание двигательной активности и готовности выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивно-го комплекса «Готов к труду и обороне»; понимание важности выполнения физкультурно-спортивного комплекса (ГТО).