

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
АГРАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ**

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УВР  Т.Х. Кабалоев
« 01 »  2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БД.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

Квалификация выпускника базовой подготовки

Техник

Форма обучения очная

Срок получения СПО по ППССЗ 3 года 10 месяцев

Год набора - 2020

Владикавказ – 2020

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования и Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта, рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

Организация разработчик: ФГБОУ ВО «Горский государственный аграрный университет» Аграрный колледж

Разработчик:

Джигоев Х.М., преподаватель.

Рабочая программа одобрена предметно-цикловой комиссией общеобразовательных дисциплин

Протокол № 5 «от» 25.03 2020 г.

Председатель цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин

 Дзиева Б.Д.

Зам. директора по УМР

 Тотрова Э.К.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	29
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	32
ПРИЛОЖЕНИЕ	

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью общеобразовательного цикла программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) по специальности среднего профессионального образования: 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта технического профиля профессионального образования

1.2 Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ

Учебная дисциплина является дисциплиной общеобразовательного учебного цикла в соответствии с техническим профилем профессионального образования.

Учебная дисциплина относится к предметной области ФГОС среднего общего образования физической культуры общей из обязательных предметных областей

Уровень освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС среднего общего образования базовый

Реализация содержания учебной дисциплины предполагает соблюдение принципа строгой преемственности по отношению к содержанию курса Физической культуры на ступени основного общего образования.

Рабочая программа учебной дисциплины физическая культура имеет межпредметную с профессиональными дисциплинами истории, физики, литературы с общеобразовательными учебными дисциплинами, Биологии, ОБЖ и

1.3. Цели и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Цель дисциплины – формирование комплекса знаний, умений в области изучаемой дисциплины.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

-о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

личностные:

-понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;

-навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;

-знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;

-готовность и способность к саморазвитию и самообучению;

-готовность к личностному самоопределению;

-уважительное отношение к иному мнению;

-овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;

-этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;

-положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;

-дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

-навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;

-оказание бескорыстной помощи окружающим.

метапредметные:

-умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности;

-умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

-самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) в соответствии с возможностями своего организма;

-умение работать в команде:

-находить компромиссы и общие решения;

-разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;

-формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.

предметные:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 175 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 117 часов;
- внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающегося - 58 часа.

Часы вариативной части учебных циклов ППССЗ не предусмотрены

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	175
Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)	117
в том числе:	
теоретические занятия	8
лабораторные занятия	-
практические занятия	109
контрольные работы	-
курсовая работа	-
Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа (всего)	58
Промежуточная аттестация в форме зачета в 1 семестрах; дифференцированного зачета во 2 семестре	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Основы физической и спортивной подготовки			
Тема 1.1. Роль физической культуры в общекультурном профессиональном развитии человека	Содержание учебного материала 1. Техника безопасности в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. 2. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	2	1
	Содержание учебного материала 1. Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание. 2. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение жизненного успеха	2	1
	Самостоятельная работа обучающихся Техника безопасности на занятиях физической культуры	2	3
Раздел 2. Легкая атлетика			
Тема 2.1. Техника бега на	Содержание учебного материала 1. Разминка	4	1,2

короткие дистанции	2.Отработка техники бега с низкого и высокого старта, по дистанции, финиширование 3. футбол: Техника удара по мячу ногой, головой		
	Содержание учебного материала 1.Разминка 2.Бег на короткие дистанции 100м 3. футбол: техника удара по воротам, штрафные удары	4	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Техника бега с низкого старта, финиширование на коротких дистанциях, бег на короткие дистанции	2	3
Тема 2.2. Техника бега на средние дистанции	Содержание учебного материала 1.разминка 2.бег на средние дистанции юноши-1000 м, девушки- 500м 3.футбол: ведение мяча, перемещение по полю	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Бег на коротких дистанциях 100м	2	3
Тема 2.3. Техника бега на длинные дистанции	Содержание учебного материала 1.разминка 2.бег на длинные дистанции юноши- 3000м, девушки- 2000м 3.футбол: техника обманных ведений, обводка	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся	2	3

	Бег на средние дистанции юноши- 1000м, девушки- 500м		
Тема 2.4. Техника прыжка в длину с места, разбега	Содержание учебного материала 1.разминка. 2. Отработка техники прыжка с разбега «ножницы», «прогнувшись», «согнув ноги». 3.прыжки в длину места 4.футбол: отработка поворотов на месте, движении, перестроение из колонны по одному по два, из одной шеренги в две.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Бег на длинные дистанции	2	3
Тема 2.5. Техника метания гранаты	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.Обучение технике метания гранаты. Девушки - 500гр. Юноши -700гр 3. футбол: Отработка ложного замаха на удар, ложной остановки, обводки с поворотом	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Прыжки в длину с места, разбега	2	3
Тема 2.6. Техника эстафетного бега	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.эстафетный бег 4х300	2	1,2

	3. футбол: Отработка техники ведения мяча, ведение с изменением направления, перемещение с мячом и без мяча.		
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов утренней гигиенической гимнастики	2	3
Тема 2.7. Техника бега по виражам	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.бег по виражам 4x100 3. Отработка удара внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы; удар с носка. Отработка удара по встречному мяча головой без прыжка	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Кроссовый бег	2	3
	Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол		
Тема3.1. Техника приема и передачи мяча	Содержание учебного материала 1.раминка 2.правила игры 3.обучение технике приема и передачи мяча 4.игра в волейбол	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.прием и передача мяча в 2 касания	2	1,2

	3. Отработка упражнений на гимнастических матах: растяжка, кувырки, стойки.		
	Содержание учебного материала 1.разминка 2.Прием и передача мяча в 3 касания 3. Выполнение упражнений в жиме лежа на наклонной доске, разводки рук гантелями.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Отработка техники приема и передачи мяча	2	3
Тема 3.2. Техника подачи мяча	Содержание учебного материала 1.разминка 2.Отработка техники подачи мяча: прямая, нижняя, прямая сверху 3. Выполнение упражнений приседание со штангой, выпады, подъем на носки.	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка 2.обучение нижней подачи мяча 3. Освоение упражнений на гимнастической стенке.	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка	2	1,2

	2.Обучение прямой подачи мяча 3. Освоение упражнений на брусьях, перекладине		
	Самостоятельная работа обучающихся Отработка техники приема мяча	2	3
Тема 3.3. Техника игры, защиты и нападения	Содержание учебного материала 1.разминка. 2. Отработка приемов мяча двумя сверху, двумя снизу, блокирование мяча 3. Выполнение упражнений на бицепс, трицепс на блоках, с гантелями.	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.отработка приема мяча двумя руками с верху, снизу , техника нападения. 3. Выполнение упражнений в жиме лежа на наклонной доске, разводки рук гантелями.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Отработка техники защиты и нападения	2	3
Тема 3.4. Сдача контрольных нормативов	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.сдача контрольных нормативов по легкой атлетике	2	1,2

	3. игра в волейбол		
Раздел 4. Гимнастика			
Тема 4.1. Акробатика	Содержание учебного материала 1.разминка 2. Отработка техники на гимнастических матах: кувырок вперед, назад, перекаты, 3. выполнение упражнений на мышцы спины : штанге - становая тяга, гантелью в наклоне, тренажерах	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка 2.Отработка техники на гимнастических матах : стойки на плечах, голове, руках. 3.выполнение упражнений на мышцы трицепса: жим лежа узким хватом, французский жим, жим гантели 2 руками из за головы.	2	1,2
Тема 4.2. Развитие гибкости	Содержание учебного материала 1.разминка. 2. Отработка упражнений на гимнастических матах: растяжка, кувырки, стойки.	2	1,2

	3.прыжки на скакалке		
Тема. 4.3. Развитие силовых способностей	Содержание учебного материала 1.разминка 2. выполнение упражнений на гимнастической перекладине, брусках 3. выполнение упражнений на мышцы плеч: штанга, гантели, тренажеры	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка 2.Освоение упражнений на брусках, перекладине 3.поднимание и опускание туловища, в положении лежа , руки за головой	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Отработка техники элементов гимнастики	2	3
Раздел 5 Спортивные игры. Настольный теннис			
Тема 5.1. Стойка игрока. Способ держания ракетки	Содержание учебного материала 1.разминка 2. Отработка правосторонней стойки игрока, левосторонней стойки игрока, перемещение. Выполнение европейского и азиатского способов держания ракетки	2	1,2

Тема 5.2. Способы передвижения ног	Содержание учебного материала 1.разминка 2.Отработка передвижения приставными ногами, скрестными, переступанием,	2	1,2
Тема 5.3. Подача мяча, Подрезка	Содержание учебного материала 1.разминка 2.Отработка подачи мяча откидкой, маятником. Выполнение подрезки справа, слева.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Отработка техники элементов игры в настольный теннис	2	3
Раздел 6. Спортивные игры .Баскетбол			
Тема 6.1. Правила игры, техника безопасности	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.правила игры 3.ведение мяча в движении и на месте	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Правила игры , техника безопасности	2	3
Тема 6.2. Техника владения мячом. Ведение мяча	Содержание учебного материала 1.разминка 2.ведение мяча в движении и на месте 3.игра в баскетбол 4.тренажерный зал: развитие силы, укрепление общей выносливости методом	2	1,2

	круговых тренировок .		
	Содержание учебного материала 1.разминка 2.ведение мяча по периметру баскетбольной площадки 3.игра в баскетбол 4.тренажерный зал: укрепление мышц груди и рук	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка 2. ведение мяча от центра баскетбольной площадки с броском два шага бросок 3.игра в баскетбол 4.тренажерный зал: укрепление мышц спины и ног	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся отработка техники элементов ведения мяча	2	3

Тема 6.3. Техника владения мячом. ловля и передача мяча	Содержание учебного материала		
	1.разминка 2.ловля и передача мяча с верху в движении и на месте. 3.игра в баскетбол 4.тренажерный зал: укрепление мышц рук(трицепсы)	2	1,2
	Содержание учебного материала		
	1.разминка. 2.ловля и передача мяча от груди в движении и на месте 3.игра в баскетбол 4.тренажерный зал: выполнение комплексов упражнений на выносливость , круговая тренеровка	2	1,2
	Содержание учебного материала		
	1.разминка. 2.ловля и передача мяча от плеча в движении и на месте 3.ведение мяча в движении и на месте. 4.игра в баскетбол 5.тренажерный зал: укрепление мышц груди и рук	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся	2	3

	Отработка техники ловли и передачи мяча от плеча		
Тема 6.4. Техника бросков в корзину	Содержание учебного материала 1.разминка 2.броски в корзину со средней дистанции 3. ловля и передача мяча в движении и на месте 4.игра в баскетбол	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.броски в корзину с дальней дистанции 3.ведение мяча в движении и на месте. 4. ига в баскетбол	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка 2.обучение штрафных бросков 3.совершенствование бросков в корзину с дальней и средней дистанции 4.игра в баскетбол	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся	2	3

	Отработка бросков в корзину со средней и дальней дистанции		
Тема 6.5. Техника эстафеты по элементам баскетбола	Содержание учебного материала 1.разминка 2. эстафета по элементам баскетбола 3.ловля и передача мяча в движении и на месте 4. игра в баскетбол	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов упражнений утренней гимнастики: зарядка , пресс, статическое упражнение на мышцы живота в положении лежа- планка, отжимание.	2	3
Тема 6.6. Техника игры в защите	Содержание учебного материал 1.разминка 2. Отработка техники защиты (вырывание, выбивание, перехват, накрывание) 3.Игра в баскетбол	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.противодействие получению мяча, выходу на свободное место, атаке корзины 3. игра в баскетбол	2	1,2

	Самостоятельная работа обучающихся Отработка тактики игры в защите	2	3
Тема 6.7. Техника игры в нападении	Содержание учебного материала 1.разминка 2.Отработка техники «ведение-два шага- бросок». Техника бросков с разных "точек" 3.отработка техники выхода для получения мяча 4. игра в баскетбол	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка 2.отработка техники малая восьмерка 3.ловля и передача мяча в движении и на месте 4.игра в баскетбол	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Отработка техники игры в нападении	2	3
Тема 6.8. Задача контрольных нормативов по баскетболу	Содержание учебного материала 1.разминка 2.задача контрольных нормативов по баскетболу	2	1,2

	3. игра в баскетбол		
	Самостоятельная работа обучающихся Отработка элементов баскетбола	2	3
Раздел 7. Гимнастика			
Тема 7.1. Акробатика	Содержание учебного материала 1.разминка 2. Отработка техники на гимнастических матах: кувырок вперед, назад, перекаты, 3. выполнение упражнений на мышцы спины : штанге - становая тяга, гантелью в наклоне, тренажерах 4.спортивные игры	2	1,2
	Содержание учебного материала 1.разминка 2.Отработка техники на гимнастических матах : стойки на плечах, голове, руках. 3.выполнение упражнений на мышцы трицепса: жим лежа узким хватом, французкий жим, жим гантели 2 руками из за головы. 4.спортивные игры	2	1,2

<p>Тема 7.2. Развитие гибкости</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1.разминка.</p> <p>2. Отработка упражнений на гимнастических матах: растяжка, кувырки, стойки.</p> <p>3.прыжки на скакалке</p> <p>4.спортивные игры</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p>Тема. 7.3. Развитие силовых способностей</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1.разминка</p> <p>2. выполнение упражнений на гимнастической перекладине, брусьях</p> <p>3. выполнение упражнений на мышцы квадрицепсы штанга, гантели, тренажеры</p> <p>4.спортивные игры</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1.разминка</p> <p>2.Освоение упражнений на брусьях, перекладине</p> <p>3.поднимание и опускание туловища, в положении лежа , руки за головой</p> <p>4.спортивные игры</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p>	<p>2</p>	<p>3</p>

	Отработка техники элементов гимнастики		
Раздел 8 Легкая атлетика			
Тема 8.1. Техника бега на короткие дистанции	Содержание учебного материала 1.Разминка. 2.Бег на короткие дистанции 100м 3. футбол: техника удара по воротам, штрафные удары 4.спортивные игры	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Техника бега с низкого и высокого старта, финиширование на коротких дистанциях,	4	3
Тема 8.2. Техника бега на средние дистанции	Содержание учебного материала 1.разминка 2.бег на средние дистанции юноши-1000 м, девушки- 500м 3.футбол: ведение мяча, перемещение по полю 4.спортивные игры	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Бег на коротких дистанциях 100м	2	3
Тема 8.3. Техника бега на длинные дистанции	Содержание учебного материала 1.разминка 2.бег на длинные дистанции юноши- 3000м,девушки- 2000м	2	1,2

	3.футбол: техника обманных ведений, обводка 4.спортивные игры		
	Самостоятельная работа обучающихся Бег на средние дистанции юноши- 1000м, девушки- 500м	2	3
Тема 8.4. Техника прыжка в длину с места, разбега	Содержание учебного материала 1.разминка. 2. Отработка техники прыжка с разбега «ножницы», «прогнувшись», «согнув ноги». 3.прыжки в длину места 4.футбол: отработка поворотов на месте, движении, перестроение из колонны по одному по два, из одной шеренги в две. 5.спортивные игры	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Отработка техники прыжка в длину с места, разбега; техника бега на длинные дистанции,	2	3
Тема 8.5. Техника метания гранаты	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.Обучение технике метания гранаты. Девушки - 500гр. Юноши -700гр 3. футбол: Отработка ложного замаха на удар, ложной остановки, обводки с поворотом	2	1,2

	4. спортивные игры		
	Самостоятельная работа обучающихся Прыжки в длину с места, разбега	2	3
Тема 8.6. Техника эстафетного бега	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.эстафетный бег 4x300 3. футбол: Отработка техники ведения мяча, ведение с изменением направления, перемещение с мячом и без мяча. 4. спортивные игры	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение комплексов утренней гигиенической гимнастики	2	3
Тема 8.7. Техника бега по виражам	Содержание учебного материала 1.разминка. 2.бег по виражам 4x100 3. Отработка удара внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы; удар с носка. Отработка удара по встречному мяча головой без прыжка	2	1,2
Тема 8.8. Сдача контрольных нормативов по легкой атлетике	Содержание учебного материала 1.разминка 2.сдача контрольных нормативов по легкой атлетике и спортивным играм	3	1,2
	Всего	175	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1 – ознакомительный (воспроизведение информации, узнавание (распознавание), объяснение ранее изученных объектов, свойств и т.п.);

2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (самостоятельное планирование и выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническому обеспечению.

Реализации учебной дисциплины требуется наличие спортивных залов и спортивной площадки. Для полноценного проведения занятий по физическому воспитанию в наличии имеются следующие спортивные сооружения:

- 2 игровых зала;
- зал борьбы;
- зал тяжёлой атлетики, гиревого спорта, армрестлинга;
- зал настольного тенниса;
- зал для занятий шахматами;
- плавательный бассейн. Оборудование спортзала:
- щиты с корзинами для игры в баскетбол;
- ворота для мини-футбола;
- стойки для натягивания волейбольной сетки; - гимнастические скамейки;
- гимнастические стенки;
- крепления для установки перекладины и каната;
- гимнастические маты;
- спортивный инвентарь.

Технические средства обучения:

- щиты с корзинами для игры в баскетбол;
- ворота для мини-футбола;
- стойки для натягивания волейбольной сетки; - гимнастические скамейки;
- гимнастические стенки;
- крепления для установки перекладины и каната;
- гимнастические маты;
- спортивный инвентарь.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + Приложение: дополнительные материалы : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. - Москва : КноРус, 2020. - 448 с. - (СПО). - ISBN 978-5-406-07304-9. - URL: <https://book.ru/book/932248> (дата обращения: 30.03.2020). - Текст : электронный.(эл. рес).

2 Виленский, М.Я. Физическая культура : учебник / Виленский М.Я., Горшков А.Г. -Москва : КноРус, 2020. - 214 с. - (СПО). - ISBN 978-5-406-07424-4. - URL: <https://book.ru/book/932719> (дата обращения: 30.03.2020). - Текст : электронный.(эл рес)

3. Кузнецов, В.С. Организация физкультурно-спортивной работы : учебник / Кузнецов В.С., Антонова О.Н. - Москва : КноРус, 2019. - 257 с. - (СПО). — ISBN 978-5-406-06868-7. - URL: <https://book.ru/book/932124> (дата обращения: 30.03.2020). - Текст : электронный.(эл рес)

4. Кузнецов, В.С. Физическая культура : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. - Москва : КноРус, 2020. - 256 с. - (СПО). - ISBN 978-5-406-07522-7. - URL: <https://book.ru/book/932718> (дата обращения: 30.03.2020). - Текст : электронный.(эл рес)

Дополнительные источники:

5. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировок : учебное пособие / Горшков А.Г., под ред., Еремин М.В., Кутьин И.В., Мусульбес Д.В., Мушаков А.А., Волобуев А.Л. - Москва : КноРус, 2020. - 339 с. - ISBN 978-5-406-07479-4. - URL: <https://book.ru/book/934325> (дата обращения: 30.03.2020). — Текст : электронный.(эл рес)

6. Малаев, Н.М. Учебное пособие по дисциплине Физическая культура (теоретический раздел) / Н.М. Малаев. - Брянск: Издательство Брянского ГАУ, 2017. - 91 с. (эл рес)



Интернет-ресурсы:

Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа	Примечание
Система автоматизации библиотек ИРБИС64; ООО «ЭйВиДи –систем» http://support.open4u.ru ; Договор № А-4488 от 25/02/2016; Договор № А-4490 от 25/02/2016	25/02/2016 бессрочно	
Национальная электронная библиотека (НЭБ) http://нэб.рф/viewers Договор № 101/НЭБ/1712 от 03.10.2016г.	03.10.2016г. (автоматически лонгируется)	
ЭБС издательства «Лань»; www.e.lanbook.ru Договор № 147-19 от 28.03.2019	09.01.2020г.-09.01.2021г.	
Автоматизированная справочная система «Сельхозтехника» www.agrobase.ru Договор № 048 от 29.01.2019	29.01.2019 - 29.03.2020г.	
ЭБС ООО «ЗНАНИУМ» http://znanium.com ; Договор № 4232 от 21.01.2020г.	01.01.2020г. -15.09.2020г.	
Многофункциональная система «Информио» http://wuz.informio.ru Договор № ЧЮ 1086 от 08.04.2019	08.04.2019г. - 06.05.2020г.	
ЭБС ООО «КноРус медиа» www.book.ru Договор № 18498169 от 09.09.2019г.	19.09.2019г. -19.09.2020г	
Многофункциональная система «Информио» http://wuz.informio.ru Договор № КЮ-497 от 01.06.2020г	01.06.2020г. – 1.07.2021г.	Лист изменений и дополнений
ЭБС ООО «КноРус медиа» www.book.ru Договор № 18501601 от 11.09.2020г.	19.09.2020г. -19.09.2021г.	Лист изменений и дополнений
ЭБС ООО «ЗНАНИУМ» http://znanium.com Договор № 4678 эбс от 14.09.2020г.	16.09.2020г. – 15.09.2021г.	Лист изменений и дополнений

Программы лицензионного обеспечения:

1. Microsoft Office Standard 2007
2. Microsoft Windows 7
3. Антивирус Касперский
4. «Гарант» - информационно-правовое обеспечение

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, лабораторных работ, тестирования, а также в результате выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения раскрываются через усвоенные знания и приобретенные умения, направленные на приобретение общих компетенций.

Результаты обучения (предметные)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь: -использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	Оценивание сдачи контрольных нормативов по контрольно- измерительным материалам для студентов, отнесенных к основной физкультурной группе; оценивание техники выполнения практических элементов, тактических действий Оценивание техники исполнения практических элементов для студентов, отнесенных к спец группе, тактических действий.
знать: -о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.	

**ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	формируемые универсальные учебные действия
1	Тема 1. Техника бега на короткие дистанции	2	1.Игровые методы обучения – направленные на усвоение норм и правил поведения в обществе, способствуют формированию социального опыта, совершенствуют навыки самоуправления поведением. 2.Образовательные: освоить современные теории оздоровления организма и разные виды оздоровительных упражнений. 3.Воспитательные: формировать устойчивые мотивы, направленные на сохранение и укрепление здоровья. 4.Развивающие: развивать индивидуальные способности в оздоровлении и творчестве через разные виды активной деятельности.	1 активизация мышления, причем учащийся вынужден быть активным; 2.самостоятельность в выработке и поиске решений поставленных задач; 3.мотивированность к обучению. 4.Активизация индивидуальных умственных процессов учащихся. 5. Вывод учащегося на позицию субъекта обучения. 6. Достижение двусторонней связи при обмене информацией между учащимися
2	Тема 2. Бег на средние и длинные дистанции	2		
3	Тема 3. Техника прыжка в длину с места, разбега.	2		
4	Тема 4. Техника приема и передачи мяча	2		
5	Тема 5. Техника подачи мяча	2		
6	Тема 6. Техника владения мячом	2		
7	Тема 7. Техника игры в защите	2		
8	Тема 8. Техника удара по мячу ногой, головой	2		
9	Тема 9. Техника удара по воротам, штрафные удары	2		
10	Тема10. Строевые приемы	2		