

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Горский государственный аграрный университет»
(ФГБОУ ВО Горский ГАУ)

Рабочая программа учебной дисциплины общеобразовательного цикла
ОУП.12 Физическая культура

Код и наименование специальности	35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования
Профиль получаемого профессионального образования	Технологический
Реквизиты федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования	Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413
Реквизиты федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования	Приказ Министерства просвещения РФ от 14 апреля 2022 г. N 235
Реквизиты федеральной образовательной программы среднего общего образования	Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 г. № 371
Год начала подготовки	2026
Форма обучения	Очная
Срок получения СПО по ОП СПО - ППССЗ	3 года 10 месяцев
Реквизиты решения ученого совета ФГБОУ ВО Горский ГАУ об утверждении ОП СПО - ППССЗ	Протокол № 5 от 26 декабря 2025 г.
Реквизиты приказа уполномоченного лица ФГБОУ ВО Горский ГАУ об утверждении ППССЗ	Приказ ректора ФГБОУ ВО Горский ГАУ от 26.12.2025 г. № 368/06
Номер по реестру ОП СПО ФГБОУ ВО Горский ГАУ	ЭР-350216-2026

Владикавказ, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ

ПРИЛОЖЕНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Программа учебной дисциплины ОУП.12 Физическая культура является частью общеобразовательного цикла программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) по специальности среднего профессионального образования: 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования технологического профиля профессионального образования.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ

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

Учебная дисциплина относится к предметной области ФГОС среднего общего образования «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», 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 «Физическая культура» на ступени основного общего образования.

Рабочая программа учебной дисциплины ОУП.12 Физическая культура имеет межпредметную связь с общеобразовательными учебными дисциплинами «Биология», «Основы безопасности жизнедеятельности» и профессиональными дисциплинами.

1.3. Цели и результаты освоения учебной дисциплины

Цель дисциплины – 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 учащихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта по использованию современных систем физической культуры в соответствии с личными интересами и индивидуальными показателями здоровья, особенностями предстоящей учебной и трудовой деятельности. Данная цель реализуется в программе по физической культуре по трём основным направлениям.

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 «Готов к труду и обороне».

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 учащихся 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.

Освоение содержания учебной дисциплины ОУП.12 Физическая культура обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

личностные результаты; метапредметные результаты; предметные результаты.

В результате изучения на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

- 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 результаты:

-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 результаты:

- 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. Перечень формируемых компетенций

Общие компетенции (ОК)

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

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

Профессиональные компетенции (ПК):

ПК 1.6. Выполнять оперативное планирование работ по подготовке и эксплуатации сельскохозяйственной техники

1.5 Количество часов на освоение программы учебной дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 80 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - 80 часов;

- внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающегося не предполагается.

Часы вариативной части учебных циклов ППССЗ не предусмотрены.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (всего)
Максимальная учебная нагрузка (всего)	80
Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)	80
в том числе:	
теоретические занятия	2
лабораторные занятия	-
практические занятия	78
контрольные работы	-
Консультации	-
курсовая работа	-
Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа (всего)	-
Промежуточная аттестация в форме зачета в 1 семестре, дифференцированного зачета в 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	Формируемые компетенции
1	2	3	4
Раздел 1. Основы физической и спортивной подготовки		4	
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	ОК 01 ОК 04 ОК 08
<i>Профессионально-ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)</i>			
Тема 1.2. Физическая культура в режиме трудового дня	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 производственной гимнастики	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08 ПК 1.6
Раздел 2. Легкая атлетика		12	
Тема 2.1. Техника бега на короткие дистанции	Практические Занятия 1. Разминка 2. Отработка техники бега с низкого и высокого старта, по дистанции 60м, финиширование 3. Футбол: Техника удара по мячу ногой, головой 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка 2. Бег на короткие дистанции 100м 3. Футбол: техника удара по воротам, штрафные удары 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.2. Техника бега на	Практические занятия	1	ОК 01

средние дистанции	1. Разминка 2. Бег на средние дистанции юноши - 300 м, девушки - 500 м 3. Футбол: ведение мяча, перемещение по полю 4. Спортивные игры		ОК 04 ОК 08
Тема 2.3. Техника бега на длинные дистанции	Практические занятия 1. Разминка 2. Бег на длинные дистанции юноши - 3000 м, девушки - 2000 м 3. Футбол: техника обманных ведений, обводка 4. Спортивные игры	1	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.4. Техника прыжка в длину с места, разбега	Практические занятия 1. Разминка. 2. Отработка техники прыжков в длину с места и разбега 3. Футбол: отработка поворотов на месте, движении, перестроение из колонны по одному по два, из одной шеренги в две. 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.5. Техника метания гранаты	Практические занятия 1. Разминка. 2. Обучение технике метания гранаты. Девушки - 500 гр. Юноши - 700 гр 3. Кроссовый бег 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 2.6. Техника эстафетного бега	Практические занятия 1. Разминка. 2. Эстафетный бег 4x300 3. Футбол: Отработка ложного замаха на удар, ложной остановки, обводки с поворотом 4. Спортивные игры.	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол		18	

Тема 3.1. Техника приема и передачи мяча	Практические занятия 1. Раминка 2. Правила игры 3. Обучение технике приема и передачи мяча 4. Выполнение упражнений на гимнастических матах: кувырок вперед, назад, перекаты 5. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка. 2. Прием и передача мяча в 2 касания 3. Выполнение упражнений на гимнастических матах : стойки на плечах 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка 2. Прием и передача мяча в 3 касания 3. Выполнение упражнений на гимнастических матах : стойки на голове 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 3.2. Техника подачи мяча	Практические занятия 1. Разминка 2. Отработка техники прямой подачи мяча: нижняя, верхняя 3. Выполнение упражнений на гимнастических матах : стойки на руках. 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка 2. Обучение нижней подачи мяча 3. Выполнение упражнений на гимнастических матах: растяжка, кувырки, стойки. 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка 2. Обучение прямой подачи мяча 3. Прыжки на скакалке, сгибание и разгибание рук в упоре лежа	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	4. Спортивные игры, тренажерный зал		

Тема 3.3. Техника игры, защиты и нападения	Практические занятия 1. Разминка. 2. Отработка приемов мяча двумя сверху, двумя снизу, блокирование мяча 3. Выполнение упражнений на гимнастической перекладине : подтягивание 4. Спортивные игры, тренажерный зал.	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка. 2. Отработка приема мяча двумя руками сверху, снизу , техника нападения. 3. Выполнение упражнений на гимнастических брусьях, поднимание и опускание туловища, в положении лежа , руки за головой 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 3.4. Сдача контрольных нормативов	Практические занятия 1. Разминка. 2. Сдача контрольных нормативов по легкой атлетике 3. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Раздел 4. Спортивные игры .Баскетбол		30	
Тема 4.1. Правила игры, техника безопасности	Практические занятия 1. Разминка. 2. Правила игры 3. Ведение мяча в движении и на месте	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 4.2. Техника владения мячом. Ведение мяча	Практические занятия 1. Разминка 2. Ведение мяча в движении и на месте 3. Челночный бег 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка 2. Ведение мяча по периметру баскетбольной площадки 3. Передача и ловля отскочившего от стены мяча 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08

	Практические занятия 1. Разминка 12 2. Ведение мяча от центра баскет площадки с броском два шага бросок 3. В висе на шведской лестнице :поднимание прямых ног до угла 90градусов 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 4.3. Техника владения мячом. ловля и передача мяча	Практические занятия 1. Разминка 2. Ловля и передача мяча с верху в движении и на месте. 3. В висе на гимнастической перекладине: поднимание ног до касания перекладины 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка. 2. Ловля и передача мяча от груди в движении и на месте 3. Броски набивного мяча 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка. 2. Ловля и передача мяча от плеча в движении и на месте 3. Ведение мяча в движении и на месте. 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 4.4. Техника бросков в корзину	Практические занятия 1. Разминка 2. Броски в корзину со средней дистанции 3. Ловля и передача мяча в движении и на месте 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка. 2. Броски в корзину с дальней дистанции 3. Ведение мяча в движении и на месте. 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08

	Практические занятия 13 1. Разминка 2. Обучение штрафных бросков 3. Совершенствование бросков в корзину с дальней и средней дистанции 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 4.5. Техника эстафеты по элементам баскетбола	Практические занятия 1. Разминка 2. Эстафета по элементам баскетбола 3. Ловля и передача мяча в движении и на месте 4. Игра в баскетбол	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 4.6. Техника игры в защите	Практические занятия 1. Разминка 2. Отработка техники защиты (вырывание, выбивание, перехват, накрывание) 3. Прыжки через скамейку(елочка) 4. Игра в баскетбол	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	Практические занятия 1. Разминка. 2. Противодействие получению мяча, выходу на свободное место, атаке корзины 3. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 4.7. Техника игры в нападении	Практические занятия 1. Разминка 2. Отработка техники малая восьмерка 3. Ловля и передача мяча в движении и на месте 4. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 4.8. Сдача контрольных нормативов по баскетболу	Практические занятия 1. Разминка 2. Сдача контрольных нормативов по баскетболу 3. Спортивные игры, тренажерный зал	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Раздел 5 Легкая атлетика		14	

Тема 5.1. Техника бега на короткие дистанции	Практические занятия 1. Разминка. 14 2. Бег на короткие дистанции 100м 3. Футбол: Отработка техники ведения мяча, ведение с изменением направления, перемещение с мячом и без мяча. 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 5.2. Техника бега на средние дистанции	Практические занятия 1. Разминка 2. Бег на средние дистанции юноши-1000 м, девушки- 500м 3. Отработка удара внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы; удар с носка. Отработка удара по встречному мяча головой без прыжка 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 5.3. Техника бега на длинные дистанции	Практические занятия 1. Разминка 2. Бег на длинные дистанции юноши- 3000м, девушки- 2000м 3. Футбол: отработка поворотов на месте, движении, перестроение из колонны по одному по два, из одной шеренги в две. 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 5.4. Техника прыжка в длину с места, разбега	Практические занятия 1. Разминка. 2. Отработка техники прыжков в длину с места, разбега. 3. Футбол: Техника удара по мячу ногой, головой 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 5.5. Техника метания гранаты	Практические занятия 1. Разминка. 2. Обучение технике метания гранаты. Девушки - 500гр. Юноши -700гр 3. Футбол: техника удара по воротам, штрафные удары 4. Спортивные игры	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Тема 5.6. Техника эстафетного бега	Практические занятия 1. Разминка. 2. Эстафетный бег 4x300	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
	3. Футбол: ведение мяча, перемещение по полю 4. Спортивные игры		

Тема 5.7. Сдача контрольных нормативов по легкой атлетике	Практические занятия 1. Разминка 2. Сдача контрольных нормативов по легкой атлетике и спортивным играм	2	ОК 01 ОК 04 ОК 08
Дифференцированный зачет		2	
Всего		80	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации учебной дисциплины требуется:

Дворец спорта, включающий:

- универсальный спортивный зал.
- плавательный бассейн (длина 50 м.):
- дорожки разделительные - 4 шт.,
- вышки - 3 и 5 м;
- теннисный зал.
- шахматный зал.
- стрелковый тир.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Информационное обеспечение обучения содержит перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основная литература:

1. Виленский, М. Я., Физическая культура : учебник / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. — Москва : КноРус, 2024. — 214 с. — ISBN 978-5-406-12454-3. — URL: <https://book.ru/book/951559>

2. Кузнецов, В. С., Физическая культура : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2024. — 256 с. — ISBN 978-5-406-12453-6. — URL: <https://book.ru/book/951558>

3. Бишаева, А. А., Физическая культура : учебник / А. А. Бишаева, В. В. Малков. — Москва : КноРус, 2023. — 379 с. — ISBN 978-5-406-11725-5. — URL: <https://book.ru/book/949532>

4. Федонов, Р. А., Физическая культура : учебник / Р. А. Федонов. — Москва : Русайнс, 2023. — 256 с. — ISBN 978-5-466-03006-8. — URL: <https://book.ru/book/949385>.

Дополнительная литература:

1. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / Горшков А.Г., под ред., Еремин М.В., Волобуев А.Л., Кутьин И.В., Мусульбес Д.В., Мушаков А.А. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с. — ISBN 978-5-406-08273-7. — URL:

<https://book.ru/book/940095>

17

16

2. Вайнер, Э. Н., Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. — Москва : КноРус, 2024. — 346 с. — ISBN 978-5-406-11588-6. — URL: <https://book.ru/book/950520>

3. Баршай, В.М. Гимнастика : учебник / Баршай В.М., Курысь В.Н., Павлов И.Б. — Москва : КноРус, 2021. — 312 с. — ISBN 978-5-406-08103-7. — URL: <https://book.ru/book/939117>

4. Киреева, Е. А., Физическая культура. Практикум : учебное пособие / Е. А. Киреева. — Москва : Русайнс, 2024. — 104 с. — ISBN 978-5-466-03655-8. — URL: <https://book.ru/book/951025>.

Интернет-ресурсы

Электронные ресурсы, доступ к которым подтвержден договорами и возможен из научной библиотеки Горского ГАУ:

Электронно-библиотечные системы по подписке 2025-2026 уч. Год

№ п/п	Название БД (пакета), производитель	Адрес сайта	Реквизиты договора	Срок оказания услуги
1.	Электронно-библиотечная система «Book» ООО «КноРус медиа»	www.book.ru	Договор № 18515629 от 12. 09. 2024г.	20.09.2024г. - 20 .09.2025г.
2.	Электронно-библиотечная система «Book» ООО «КноРус медиа»	www.book.ru	Договор № 18520972 от 16 сентября 2025г.	20.09.2025г. - 20 .09.2026г.
3.	Электронно-библиотечная система «Лань» издательства «Лань»	https://e.lanbook.com	Договор № 2-24/2024 от 06.12.2024г.	09.01.2025г. - 09.01.2026г.
4.	Электронно-библиотечная система «Лань» издательства «Лань»	https://e.lanbook.com	Договор № 2-24/2025 от 28.11.2025г.	09.01.2026г. - 09.01.2027г.
5.	Электронно-библиотечная система «Лань» издательство «Просвещение»	https://e.lanbook.com	Договор № 1-24/2024 от 21.05.2024г.	01.09.2024г. - 01.09.2025г.
6.	Электронно-библиотечная система «Лань» издательство «Просвещение»	https://e.lanbook.com	Договор № 1-24/2025 от 12 мая 2025г.	01.09.2025г. - 01.09.2026г.

Программы лицензионного обеспечения:

Microsoft Office Standard 2007

Microsoft Windows 7

Антивирус Касперский

«Гарант» - информационно-правовое обеспечение

3.3 Особенности обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Обучение по дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Содержание образования и условия организации обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Предполагаются специальные условия для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья. Медицинские ограничения регламентированы Перечнем медицинских противопоказаний Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма

предоставления заданий оценочных средств. Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания.

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 (предметные)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>- 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;</p> <p>- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, <u>оздоровительные мероприятия</u>, подвижные игры и т. д.);</p> <p>- 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).</p>	<p>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 спецгруппе, тактических действий.</p>

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		