

Министерство образования и науки Республики Марий Эл
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Республики Марий Эл
«Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ

Республики Марий Эл «ЙОТСТ»



/Е.Ю. Валькова/
20 20 г

/Е.Ю. Валькова/
20 21 г

/Е.Ю. Валькова/
20 22 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.04. Физическая культура

46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение

2020 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение (базовой подготовки), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 августа 2014 г. №975.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

Разработчик (и):
Чистяков Н. В., преподаватель ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ»

Рецензенты:

1. Петрова В.Н., преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ Республики Марий Эл «ЙОТСТ», председатель ПЦК общеобразовательных дисциплин и дисциплин направления «Социальная работа»
2. Абакова К.И., преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ Республики Марий Эл "МЛТТ"

Рекомендована:

предметно-цикловой комиссией общеобразовательных дисциплин и дисциплин направления «Социальная работа»,
протокол № 1 от 31.08.2020, председатель ПЦК  / В.Н. Петрова

Протокол № 1 от 30.08.2021, председатель ПЦК  / 

Протокол № 1 от 31.08.2022, председатель ПЦК  / 

СОДЕРЖАНИЕ

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 Физическая культура

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение (базовой подготовки).

Программа учебной дисциплины может быть использована для самостоятельного изучения студентами в рамках дистанционного, заочного обучения, дополнительного образования.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в число дисциплин общего гуманитарного и социально-экономического цикла.

1.3. Результаты освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

У1. использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

З1. о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З2. основы здорового образа жизни

Освоение учебной дисциплины должно способствовать формированию следующих **общих компетенций:**

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 252 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 126 часов;

самостоятельной работы обучающегося – 126 часов.

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	252
Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа (всего)	126
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	126
в том числе:	
практические занятия	126
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>	

1.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.05 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Результаты освоения учебной дисциплины
1	2	3	4
2 курс 3 семестр			
Раздел 1 Научно-методические основы формирования физической культуры личности			
Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала Физическая культура и спорт как социальные явления, как явления культуры		
	Практические занятия	4	ОК 2,3
	1. Выполнение комплексов дыхательных упражнений.	2	
	2. Выполнение комплексов утренней гимнастики.	2	
Тема 1.2. Здоровый образ жизни	Содержание учебного материала Основы здорового образа и стиля жизни		
	Практические занятия	12	ОК 2,3
	3. Выполнение комплексов упражнений для глаз.	2	
	4. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки.	2	
	5. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела.	2	
	6. Выполнение комплексов упражнений для наращивания массы тела.	2	
	7. Выполнение комплексов упражнений по профилактике плоскостопия.	2	
	8. Выполнение комплексов упражнений при сутулости, нарушением осанки в грудном и поясничном отделах, для укрепления мышечного корсета, мышц брюшного пресса.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся:	16	
	Подготовка реферата «Влияние физических упражнений на здоровье человека».	3	
	Составление комплекса упражнений гигиенической гимнастики.	3	
	Выполнение общеразвивающих упражнений.	2	
	Составление комплекса упражнений общей физической подготовки.	3	
Выполнение общеразвивающих упражнений.	3		
Выполнение силовых упражнений.	2		

Раздел 2 Учебно-практические основы формирования физической культуры личности

Тема 2.1. Лёгкая атлетика.	Содержание учебного материала Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, бега по прямой и виражу, на стадионе и пересечённой местности, Эстафетный бег. Техника спортивной ходьбы. Прыжки в длину			
	Практические занятия		14	
	9.	Решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.	2	
	10.	Техника спортивной ходьбы и прыжков в длину.	2	
	11.	Решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей: воспитание быстроты в процессе занятий лёгкой атлетикой	2	
	12.	Решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей: воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий лёгкой атлетикой.	2	ОК 2,3
	13.	Решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей: воспитание выносливости в процессе занятий лёгкой атлетикой	2	
	14.	Совершенствование техники длительного бега во время кросса	2	
	15.	Специальные упражнения прыгуна (многоскоки, ускорения, маховые упражнения для рук и ног), ОФП	2	
	16.	Зачет	2	
	Самостоятельная работа обучающихся:		16	
	Ежедневный бег по 15 минут.		3	
	Выполнение силовых упражнений.		3	
	Кросс на 30 мин.		3	
	Выполнение общеразвивающих упражнений.		3	
	Подготовить презентацию «Известные легкоатлеты мира»		4	

		2 курс 4 семестр	
Тема 2.2. Общая физическая подготовка	Содержание учебного материала Общая физическая подготовка. Общеразвивающие упражнения.		ОК 2,3
	Практические занятия	10	
	17. Выполнение построений, перестроений	2	
	18. Выполнение различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений	2	
	19. Выполнение комплексов общеразвивающих упражнений,	2	
	21. Выполнение комплексов общеразвивающих упражнений в парах, с предметами	2	
	22. Подвижные игры различной интенсивности	2	
	Самостоятельная работа обучающихся:	18	
	Составление комплекса упражнений общей физической подготовки.	3	
	Подготовить реферат на тему " Развитие гибкости.	4	
	Подготовить реферат «Закаливание. Принципы и средства закаливания».	4	
Выполнение общеразвивающих упражнений.	3		
Составление комплекса упражнений гигиенической гимнастики	4		
Тема 2.3. Спортивные игры. Волейбол.	Содержание учебного материала Основные правила игры в волейболе.		
	Практические занятия		
	23. ТБ. Правила игры в волейбол, перемещения.	2	ОК 2,3
	24. Техника подачи мяча (нижняя прямая)	2	
	25. Техника подачи мяча (нижняя боковая)	2	
	26. Техника подачи мяча (верхняя прямая)	2	
	27. Техника приема мяча (верхний)	2	
	28. Техника приема мяча (нижний)	2	
	29. Разучивание, закрепление и совершенствование техник: нападающие удары и блокирование нападающего удара	2	
	30. Разучивание, закрепление и совершенствование техник: игра в защите, в нападении.	2	
	31. Разучивание, закрепление и совершенствование техники - индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча	2	

**Тема 2.4.
Спортивные игры.
Баскетбол.**

32.	Разучивание, закрепление техник: групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков	2
33.	Совершенствование техник: групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков	2
34.	Проведение тренировочной игры, двусторонние игры на счёт	2
35.	Выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр.	2
36.	Выполнение контрольных нормативов по элементам командных действий игроков.	2
37.	Зачет	2
Самостоятельная работа обучающихся:		24
	Отработка техники подачи мяча.	3
	Закрепление техники ведения и передачи мяча в волейболе	3
	Совершенствование техники ведения и передачи мяча.	4
	Подготовка реферата на тему «История возникновения волейбола».	4
	Ежедневный бег по 15 минут.	3
	Подготовка реферата на тему «Лучшие волейболисты мира».	4
	Выполнение силовых упражнений.	3
3 курс 5 семестр		
Содержание учебного материала		
	Основные правила игры в баскетболе.	
Практические занятия		
38.	Совершенствование бросков в корзину. Передачи мяча в баскетболе.	2
39.	ТБ. Правила игры в баскетбол, стойки, расстановка, перемещения.	2
40.	Техника передачи мяча на месте, в движении, с прохода из-под щита, броски со средней дистанции.	2
41.	Тактика игры в защите в баскетболе. Групповые и командные действия игроков	2
42.	Тактика игры в нападении	2
43.	Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом	2
44.	Учебно-тренировочная игра.	2
45.	Учебно-тренировочная игра.	2
46.	Контрольное занятие: баскетбол.	2
Самостоятельная работа обучающихся:		16
	Закрепление техники ведения и передачи мяча в баскетболе;	2

**Тема 2.5.
Лыжная подготовка**

Подготовка доклада на тему «История возникновения баскетбола»;	3
Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведение – 2 шага – бросок»;	2
Выполнение бросков мяча в корзину с места и в движении;	2
Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведение – 2 шага – бросок»;	3
Выполнение бросков мяча в корзину с места и в движении;	2
Закрепление техники ведения и передачи мяча в баскетболе;	2
Содержание учебного материала Лыжная подготовка	
Практические занятия	12
47. Классический ход. Техника скольжения на лыжах.	2
48. Попеременные лыжные ходы. Одновременные лыжные ходы.	2
49. Способы преодоления подъемов и спусков	2
50. Контрольное занятие. Прохождение дистанции	2
51. Коньковый ход. Способы торможений.	2
52. Коньковый ход. Способы преодоления подъемов и спусков.	2
53. Зачет	2
Самостоятельная работа обучающихся:	16
Закрепление техники лыжных ходов на учебном круге, совершенствование попеременного двухшажного хода.	3
Закрепление техники лыжных ходов на учебном круге	2
Совершенствование попеременного двухшажного хода	2
Отжимания, приседания.	2
Закрепление техники перемещения на лыжах коньковым ходом на учебном круге.	2
Совершенствование тактики лыжных гонок.	3
Закрепление техники подъема и спусков.	2
3 курс 6 семестр	
Содержание учебного материала Основные правила игры в футболе.	
Практические занятия	12

Тема 2.6.

Спортивные игры. Футбол.	54.	Разучивание, закрепление и совершенствование техник: перемещение по полю. ведение мяча, передачи мяча, удары по мячу ногой, головой	2
	55.	Разучивание, закрепление и совершенствование техник: удары по воротам, обманные движения, обводка соперника, отбор мяча.	2
	56.	Координация движений в процессе игры в защите, в нападении (индивидуальные, групповые, командные действия).	2
	57.	Разучивание, закрепление и совершенствование техники и тактики игры вратаря, взаимодействие игроков.	2
	58.	Проведение тренировочной игры в футбол, двусторонние игры на счёт	2
	59.	Контрольное занятие: футбол	2
	Самостоятельная работа обучающихся:		12
	Подготовить реферат «Лучшие футбольные команды мира»		3
	Выполнение общеразвивающих упражнений.		3
	Выполнение силовых упражнений.		3
Изучение и совершенствование техники ведения и передачи мяча.		3	
Содержание учебного материала			
Основные правила игры в бадминтоне и настольном теннисе			
Практические занятия		6	
60.	Разучивание, закрепление и совершенствование защитных, контратакующих и нападающих тактических действий; подачи, передвижения, взаимодействие игроков.	2	
61.	Разучивание, закрепление и совершенствование техник: хватка ракетки, игровые стойки, передвижения по площадке, жонглирование воланом	2	
62.	Разучивание, закрепление и совершенствование техник: подача в бадминтоне: снизу и сбоку. Приём волана.	2	
63.	Дифференцированный зачет	2	
Самостоятельная работа обучающихся:		8	
Подготовить доклад на тему «История возникновения настольного тенниса»		4	
Подготовить памятки на тему «Техника ударов и подач различного вида в настольном теннисе»		4	
Тема 2.7. Спортивные игры. Бадминтон. Настольный теннис.			

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала.

Оборудование спортивного зала:

- гантели;
- тренажеры;
- гири;
- лыжный инвентарь;
- баскетбольные, волейбольные, гандбольные, футбольные, теннисные мячи;
- скакалки;
- гимнастические коврики;
- скамейки;
- секундомеры;
- ракетки для бадминтона и настольного тенниса и т.д.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Физическая культура: практическое пособие / Б.И. Загорский. – М.: Высшая школа, 1984
2. Муллер А.Б. Физическая культура: учебник и практикум для СПО. – М.: «Юрайт». – 2021. – 424 с.
3. Бишаева А. Физическая культура: учебник / Бишаева А., А., Малков В., В. — Москва: КноРус, 2022. — 379 с. — ISBN 978-5-406-08822-7. — URL: <https://book.ru/book/941740>. — Текст: электронный.
4. Бурякин Ф. Лечебная физическая культура и массаж : учебник / Бурякин Ф., Г., Мартынихин В., С. — Москва : КноРус, 2022. — 280 с. — ISBN 978-5-406-10110-0. — URL: <https://book.ru/book/944640>). — Текст : электронный.
5. Виленский М. Физическая культура : учебник / Виленский М., Я., Горшков А., Г. — Москва : КноРус, 2022. — 214 с. — ISBN 978-5-406-09867-7. — URL: <https://book.ru/book/943895>. — Текст: электронный.

Дополнительные источники:

1. Анцупов А.Я. Социально-психологическая оценка персонала : / А. Я. Анцупов, В. В. Ковалев. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2008. - 391 с.
2. Асташенко О.И. Энциклопедия лечебных движений при различных заболеваниях / О. И. Асташенко. - СПб. : Вектор, 2010. - 306 с.
3. Большая энциклопедия дыхательных гимнастик / [авт.-сост. Л. Орлова]. - Минск : Харвест, 2007. - 223 с.
4. Иващенко Т.А. Предсоревновательная подготовка в степ-аэробике : учебно-методическое пособие / Т. А. Иващенко, С. А. Лебедева, М. З.

- Федосеева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, ФГБОУ ВПО "Поволж. гос. технол. ун-т". - 2-е изд. - Йошкар-Ола : ПГТУ, 2012. - 39 с. : ил. - Загл. обл. :
5. Ильин Е.П. Психология спорта: [учебник] / Е. П. Ильин. - СПб. [и др.] : Питер, 2011. - 351 с.
 6. Кале-Жермен, Бландин. Анатомия красоты / Бландин Кале-Жермен ; [пер. с фр. А. Воликова]. - М. ЭКСМО, 2011. - 157 с.
 7. Кинг Ян. Большая книга мышц : гениальный путеводитель к идеальной физической форме / Ян Кинг, Лу Шулер ; [пер. с англ. Д. Смирнова]. - М. : Эксмо, 2011. - 359 с.
 8. Мешалкин В.Э. Славянская гимнастика. Свод Здрaвы Перуна. [Ключевые упражнения к сводам] / В. Мешалкин, Е. Баранцевич. - СПб. [и др.] : Питер, 2011. - 155 с.
 9. Особенности психологической подготовки спортсменов [Текст] : / М-во образования и науки РФ, ФГБОУ ВПО "Поволж. гос. технол. ун-т" ; [С. А. Лебедева и др.]. - Изд. 2-е. - Йошкар-Ола : ПГТУ, 2012. - 67 с.
 10. Самсонова А.В. Биомеханика мышц [Текст]: Учебно методическое Пособие. / А.В Самсонова, Е.Н Комиссарова – СПб. гос. Ун-т физ.культуры им. П.Ф. Лесгафта,2009.
 11. Тихомиров Г.А. Физическое воспитание : основы техники легкоатлетических упражнений [Текст] : учебно-метод. пособие для преподавателей и студентов очной формы обучения / Г. А. Тихомиров. - Йошкар-Ола : МарГТУ, 2008. - 38 с.
 12. Физвоспитание в Марийском государственном техническом университете [Текст] : учебно-метод. пособие для студентов и преподавателей каф. физ. воспитания / [сост. В. А. Дорохов]. - Йошкар-ола : МарГТУ, 2007. - 38 с.
 13. Физическая культура : [учеб. пособие для сред. проф. образования] / Н. В. Решетников [и др.]. - 9-е изд., стер. - М.: Academia, 2009. - 173, [1] с.
 14. Физическое воспитание. Методика составления вариантов и проведения утренней гигиенической зарядки [Текст] : метод. указания для самостоят. работы студентов специальностей мед. группы / [сост. Л. Г. Черных]. - Йошкар-Ола : МарГТУ, 2008. - 28 с.
 15. Черных Л.Г. Физвоспитание. Комплексный подход к оздоровительным занятиям со студентами специальной медицинской группы [Текст] : учеб. пособие / Л. Г. Черных. - Йошкар-Ола : МарГТУ, 2007. - 54 с.
 16. Щелкунова Е.М. История развития физической культуры и спорта в МарГТУ / Е. М. Щелкунова ; Мар. гос. техн. ун-т. - Йошкар-Ола : МарГТУ, 2008. - 41 с.

Интернет-ресурсы:

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. – URL: <http://window.edu.ru> (дата обращения: 15.03.2020). – Текст: электронный.
2. Официальный сайт Олимпийского комитета России. – URL: <https://olympic.ru> (дата обращения: 28.03.2020). – Текст: электронный.

4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися самостоятельной работы.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<i>1</i>	<i>2</i>
Умения:	
Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Рубежный контроль: выполнение контрольных заданий (упражнений) для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы (юноши); выполнение контрольных заданий (упражнений) для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы (девушки); выполнение контрольных заданий (упражнений) для оценки физической подготовленности студентов подготовительной медицинской группы (юноши); выполнение контрольных заданий (упражнений) для оценки физической подготовленности студентов подготовительной медицинской группы (девушки); выполнение контрольных заданий (упражнений) для оценки физической подготовленности студентов специальной медицинской группы (юноши); выполнение контрольных заданий (упражнений) для оценки физической подготовленности студентов специальной медицинской группы (девушки).
Знания:	
О роли физической культуры в общеобразовательном, профессиональном и социальном развитии человека.	Текущий контроль: оценка повышения результативности при сдаче контрольных нормативов, предусмотренных государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике и лыжной подготовке при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма;

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
Основы здорового образа жизни.	Текущий контроль: оценка активности занимающихся в спортивных клубах и секциях.

Лист регистрации изменений
к рабочей программе учебной дисциплины

ОДб.08 Физическая культура

основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности

46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение

Номер изменения	Номер измененного раздела (подраздела)	Краткое описание изменения	Дата и номер протокола заседания ПЦК	Дата вступления в силу изменения
1	Раздел 3, пункт 3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	Из минимального материально-технического обеспечения исключено требование наличия стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий и стрелкового тира (Приказ Минпросвещения России от 13 июля 2021 г. N 450)	Протокол №1 от 30.08.2021г.	1.09.2021
2	Раздел 3. Условия реализации программы учебной дисциплины	Внесение в список основной учебной литературы учебного издания: 1. Бишаева А. Физическая культура: учебник / Бишаева А., А., Малков В., В. — Москва: КноРус, 2022. — 379 с. — ISBN 978-5-406-08822-7. — URL: https://book.ru/book/941740 . — Текст: электронный. 2. Бурякин Ф. Лечебная физическая культура и массаж : учебник / Бурякин Ф., Г., Мартынихин В., С. — Москва : КноРус, 2022. — 280 с. — ISBN 978-5-406-10110-0. — URL: https://book.ru/book/944640). — Текст : электронный. 3. Виленский М. Физическая культура : учебник / Виленский М., Я., Горшков А., Г. — Москва : КноРус, 2022. — 214 с. — ISBN 978-5-406-09867-7. — URL: https://book.ru/book/943895 . — Текст : электронный.	Протокол № 6 от 19.01.2023 г	30.01.2023

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по дисциплине

«Физическая культура»

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура» разработана преподавателем ГБПОУ Республики Марий Эл «Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий» Чистяковым Никитой Викторовичем для специальности 46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение.

Представленная на рецензию рабочая программа дисциплины «Физическая культура» включает разделы: паспорт рабочей программы с определением цели и задач дисциплины; место учебной дисциплины в структуре ОПОП; общую трудоемкость учебной дисциплины; результаты освоения программы, представленные формируемыми компетенциями; формы аттестации; содержание дисциплины и тематический план; перечень практических навыков; учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение учебной дисциплины.

В тематическом плане приводятся названия изучаемых тем и распределение бюджета времени на изучение каждой темы, подробно расписываются дидактические единицы, формирующие общие компетенции. Тематическое содержание учебной дисциплины отвечает требованиям ФГОС СПО.

В рабочей программе учебной дисциплины «Физическая культура» указаны примеры оценочных средств контроля уровня сформированности компетенций.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура», разработанная Чистяковым Никитой Викторовичем, может быть рекомендована для использования в учебном процессе учреждений профессионального образования.

РЕЦЕНЗЕНТ

Аванта К.И., преподаватель высшей
квалификационной категории ГБПОУ Республики Марий Эл

Подпись: К.И. Аванта