



*Федеральное агентство по рыболовству  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Астраханский государственный технический университет»  
Обособленное структурное подразделение «Волго-Каспийский морской  
рыбопромышленный колледж» федерального государственного  
бюджетного образовательного учреждения высшего образования  
"Астраханский государственный технический университет"*  
Система менеджмента качества в области образования, воспитания, науки и инноваций сертифицирована  
ООО «ДКС РУС» по международному стандарту ISO 9001:2015

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебной дисциплины**

**СГ.04 Физическая культура**

**для специальности**

**35.02.09 Водные биоресурсы и аквакультура**

**Астрахань  
2023**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 35.02.09 Водные биоресурсы и аквакультура и программы Физическая культура.

**Организация-разработчик:** ФГБОУ ВО «АГТУ» ОСП «Волго-Каспийский морской рыбопромышленный колледж» ФГБОУ ВО «АГТУ»

**Разработчик:**

ФГБОУ ВО «АГТУ» ОСП «Волго - Каспийский морской рыбопромышленный колледж» ФГБОУ ВО «АГТУ» (место работы)	преподаватель  (занимаемая должность)	<b><i>Е.Л. Волкова</i></b>  (инициалы, фамилия)
--	---	---

**Эксперты от работодателей:**

Волжско – Каспийского филиала ФГБНУ «ВНИРО» («КаспНИРХ») НЭКА «БИОС»	главный специалист	<b><i>Е.П. Яковлева</i></b>
--	--------------------	-----------------------------

ООО «Продукты Камызякского края»	директор	<b><i>А.А. Прелов</i></b>
-------------------------------------	----------	---------------------------

Отдел организации рыболовства Волго-Каспийского территориального управления федерального агентства по рыболовству (место работы)	начальник  (занимаемая должность)	<b><i>А.А. Романов</i></b>  (инициалы, фамилия)
---	---	---

Рассмотрена и одобрена на заседании цикловой комиссии физической культуры от «31» августа 2023 года, протокол № 1.

Председатель цикловой комиссии \_\_\_\_\_ / Е.Л. Волкова

Согласована и рекомендована к использованию в учебном процессе «31» августа 2023 года

Заведующая отделением технологии и рыбного хозяйства \_\_\_\_\_ / М.А. Муханова

Утверждена и рекомендована к использованию в учебном процессе «31» августа 2023 года

Заместитель директора по учебной работе \_\_\_\_\_ / А.Ю. Кузьмин

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1</b> Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины	<b>4</b>
<b>2</b> Структура и содержание учебной дисциплины	<b>5</b>
<b>3</b> Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины	<b>13</b>
<b>4</b> Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	<b>16</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

## 1.1. Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы.

### 1.1. Область применения программы

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 19.02.11 Технология продуктов питания из растительного сырья.

Рабочая программа учебной дисциплины направлена на освоение умений и знаний, необходимых для формирования и развития следующей компетенций: ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

Рабочая программа дисциплины СГ.04 Физическая культура направлена на достижение личностных результатов при воспитании: ЛР.9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

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

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>104</b>
<b>Всего, в т.ч.</b>	<b>96</b>
теоретическое обучение	-
практические занятия	88
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>8</b>
<b>Консультации</b>	<b>8</b>
<b>Промежуточная аттестация - дифференцированный зачет</b>	<b>8</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины **Физическая культура**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности</b>		<b>10</b>	
<b>Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	<b>ОК 8</b>
	<b>Практическое занятие №1</b> Выполнение комплексов утренней гимнастики и дыхательных упражнений.	2	<b>ЛР 9</b>
<b>Тема 1.2. Здоровый образ жизни.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	<b>ОК 8</b>
	Основы здорового образа и стиля жизни. Здоровье человека как ценность и как фактор достижения жизненного успеха. Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья. Составление индивидуальных программ с оздоровительной направленностью. Развитие способности к произвольному расслаблению мышц, для стимулирования зрительного анализатора. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Двигательная активность человека, её влияние на основные органы и системы организма. Норма двигательной активности, гиподинамия и гипокинезия. Оценка двигательной активности человека и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека. Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье. Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности,		<b>ЛР 9</b>

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	<p>средствами физического воспитания. Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания</p> <p><b>Практические занятия</b></p> <p><b>Практическое занятие №2</b> Выполнение комплексов упражнений для глаз.</p> <p><b>Практическое занятие №3</b> Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела и для наращивания массы тела.</p> <p><b>Практическое занятие №4</b> Выполнение комплексов упражнений по профилактике плоскостопия и нарушение осанки.</p>	<p></p> <p><b>8</b></p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	
	<p><b>Практическое занятие №5</b> Самостоятельная подготовка и выполнение подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма</p>	2	
<b>Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности</b>		<b>78</b>	
<b>Тема 2.1. Лёгкая атлетика.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>24</b>	
	Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции Бег на средние дистанции. Определение уровня физической подготовленности: бег 500 м (девушки), бег 1000 м (юноши), бег по прямой и виражу, на стадионе и пересечённой местности, Эстафетный бег. Оценка физической подготовленности по 12-минутному тесту К. Купера. Диагностика физического состояния обучающихся при выполнении бега на расстояние за 12 минут Техника спортивной ходьбы. Прыжки в длину, совершенствование		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	<p>техники прыжков в длину с места. Разучивание различных приёмов, используемых при выполнении физических упражнений. Разучивание приёмов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений. Разучивание приёмов самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. Техника безопасности. Ходьба обычным и строевым шагом, на носках, на пятках, на внутренней и наружной сторонах стоп, с опорой руками о колени, приставным и переменным шагом, в полуприседе и приседе, выпадами, с высоким подниманием бедра, пригнувшись, скрестным шагом вперед и в сторону, по заданной линии. Отработка техники шаговой ходьбы на беговой дорожке при разных скоростях работы тренажера. Выполнение физических упражнений, связанных с разминкой различных групп мышц для сдачи контрольных беговых нормативов. Бег на 60, 100, 200, 500 и 1000 метров. Челночный бег 10х 10 метров. Эстафетный бег. Бег: обычный, семенящий, с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, бег скрестным шагом вперед и в сторону, с подниманием прямых ног вперед, с поворотами и остановками, бег с прыжками через препятствия. Бег на 2000 метров. Эстафетный бег.</p>		<b>ОК 8 ЛР 9</b>
	<b>Практические занятия</b>	<b>24</b>	
	<b>Практическое занятие №6</b> Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий.	2	
	<b>Практическое занятие №7</b> Воспитание быстроты в процессе занятий лёгкой атлетикой.	2	
	<b>Практическое занятие №8</b>	2	



Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	Определение уровня физической подготовленности обучающихся.		
	<b>Практическое занятие №9</b> Разучивание и совершенствование техники и темпа оздоровительных ходьбы и бега.	2	
	<b>Практическое занятие №10</b> Воспитание выносливости в процессе занятий лёгкой атлетикой.	2	
	<b>Практическое занятие №11</b> Ходьба по пересеченной местности.	2	
	<b>Практическое занятие №12</b> Ходьба.	2	
	<b>Практическое занятие №13</b> Ходьба на беговой дорожке. Ходьба спортивная.	2	
	<b>Практическое занятие №14</b> Бег на короткие и средние дистанции.	2	
	<b>Практическое занятие №15</b> Особенности кроссовой подготовки. Техника кроссовой подготовки.	2	
	<b>Практическое занятие №16</b> Бег.	2	
	<b>Практическое занятие №17</b> Прыжок в длину с разбега, с места.	2	
<b>Тема 2.2.</b> <b>Общая физическая подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	<b>ОК 8</b> <b>ЛР 9</b>
	Физические качества и способности человека и основы методики их воспитания. Упражнения на перекладине; подъемы, опускания, обороты, соскоки, перемахи на время и количества упражнений. Висы и упоры.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	<p>Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей. Упражнения на перекладине: перемахи на время и количества упражнения. Висы и упоры. Возрастная динамика развития физических качеств и способностей. Отработка техники отжимания: ноги на скамейке, руки на скамейке. Взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Групповые упражнения со скамейкой на слаженность работы в команде. Особенности физической и функциональной подготовленности. Двигательные действия. Построения, перестроения, различные виды ходьбы, комплексы обще развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами. Выполнение общеразвивающих упражнений (ОРУ) с гимнастическими предметами: палкой, мячом, обручем, скакалкой, гантелями, набивным и малым мячом. Подвижные игры.</p>		
	<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
	<b>Практическое занятие №18</b> Выполнение строевых упражнений.	2	
	<b>Практическое занятие №19</b> Выполнение обще развивающих упражнений (ОРУ) с гимнастическими предметами.	2	
	<b>Практическое занятие №20</b> Выполнение ОРУ на гимнастической скамейке.	2	
	<b>Зачетное занятие</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие №21</b> Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	<b>Практическое занятие №22</b> Упражнения на перекладине подъёмы, опускания, обороты, соскоки.	2	
	<b>Практическое занятие №23</b> Упражнения на перекладине: перемахи. Висы и упоры.	2	
<b>Тема 2.3.</b> <b>Спортивные игры.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>34</b>	
	<p><b>Баскетбол.</b> Перемещения по площадке. Ведение мяча. Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Ловля мяча: двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола. Броски мяча по кольцу с места, в движении. Тактика игры в нападении. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом, групповые и командные действия игроков. Тактика игры в защите в баскетболе. Групповые и командные действия игроков. Отработка техники броска мяча в корзину со штрафной линии. Ведения мяча левой, правой рукой. Двусторонняя игра. Отработка техники броска со штрафной линии, броски мяча со штрафной линии из 10 раз. Ведение мяча броском в кольцо 6 движений за 40 секунд.</p> <p><b>Волейбол.</b> Стойки в волейболе. Перемещение по площадке. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Приём мяча. Передачи мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Расстановка игроков. Тактика игры в защите, в нападении. Индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча. Групповые и командные действия игроков. Взаимодействие игроков. Учебная игра. Техника нападения, защиты и тактической подготовки. Приемы игры в нападении и защиты. Правила игры и судейства. Отработка основных</p>		<b>ОК 8</b> <b>ЛР 9</b>

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	<p>технических приемов. Выполнение верхней подачи, боковой подачи, прием мяча снизу, сверху. Отработка техники подачи мяча. Подготовка к сдаче контрольного норматива. Сдача контрольного норматива - подача мяча.</p> <p><b>Футбол.</b>  Перемещение по полю. Ведение мяча. Передачи мяча. Удары по мячу ногой, головой. Остановка мяча ногой. Приём мяча: ногой, головой. Удары по воротам. Обманные движения. Обводка соперника, отбор мяча. Тактика игры в защите, в нападении (индивидуальные, групповые, командные действия). Техника и тактика игры вратаря. Взаимодействие игроков. Учебная игра.</p> <p><b>Гандбол.</b>  Техника нападения. Перемещения и остановки игроков. Владение мячом: ловля, передача, ведение, броски. Техника защиты. Стойка защитника, перемещения, противодействия владению мячом (блокирование игрока, блокирование мяча, выбивание). Техника игры вратаря: стойка, техника защиты, техника нападения. Тактика нападения: индивидуальные, групповые, командные действия. Тактика защиты: индивидуальные, групповые, командные действия. Тактика игры вратаря. Учебная игра.</p> <p><b>Бадминтон.</b>  Способы хватки ракетки, игровые стойки, передвижения по площадке, жонглирование воланом. Удары: сверху правой и левой сторонами ракетки, удары снизу и сбоку слева и справа, подрезкой справа и слева. Поддачи в бадминтоне: снизу и сбоку. Приёмы волана. Тактика игры в бадминтон. Особенности тактических действий спортсменов, выступающих в одиночном и парном разряде. Защитные, контратакующие и нападающие тактические действия. Тактика парных встреч: подачи, передвижения,</p>		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	<p>взаимодействие игроков. Двусторонняя игра.</p> <p><b>Настольный теннис.</b>  Стойки игрока. Способы держания ракетки: горизонтальная хватка, вертикальная хватка. Передвижения: бесшажные, шаги, прыжки, рывки. Технические приёмы: подача, подрезка, срезка, накат, поставка, топ-спин, топс-удар, сеча. Тактика игры, стили игры. Тактические комбинации. Тактика одиночной и парной игры. Двусторонняя игра.</p>		
	<b>Практические занятия</b>	<b>34</b>	
	<b>Практическое занятие №24</b> Правила игры в баскетбол. Техника ведения мяча одной, другой рукой.	2	
	<b>Практическое занятие №25</b> Совершенствование техники броска в кольцо.	2	
	<b>Практическое занятие №26</b> Отработка техники броска в корзину со штрафной линии.	2	
	<b>Практическое занятие №27</b> ОФП. Отработка техники ведения мяча с атакой на кольцо.	2	
	<b>Практическое занятие №28</b> Ведение мяча, разными способами.	2	
	<b>Практическое занятие №29</b> Групповые и командные действия игроков.	2	
	<b>Практическое занятие №30</b> Совершенствование техники игры в баскетбол.	2	
	<b>Практическое занятие №31</b> Выполнение контрольного норматива-ведение мяча с атакой на кольцо 6 раз за 40 сек. Штрафные броски.	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
	<b>Практическое занятие №32</b> Правила игры в волейбол. Расстановка, технические приемы.	2	
	<b>Практическое занятие №33</b> Овладение основными техническими приемами при подаче, приеме мяча, пас	2	
	<b>Практическое занятие №34</b> Специальные упражнения волейболиста.	2	
	<b>Практическое занятие №35</b> Отработка техники подачи мяча	2	
	<b>Практическое занятие №36</b> Подготовка к сдаче контрольного норматива.	2	
	<b>Практическое занятие №37</b> Закрепление навыков изученных приемов.	2	
	<b>Практическое занятие №38</b> Прием контрольного норматива – пас мяча через сетку в парах	2	
	<b>Практическое занятие №39</b> Контрольная двухсторонняя игра с применением ранее изученных технических приёмов	2	
	<b>Практическое занятие №40</b> Футбол. Правила игры. Тактика игры.	2	
	<b>Зачетное занятие</b>	<b>8</b>	
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>8</b>	
	<b>Консультации</b>	<b>8</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины осуществляется:

в спортивном зале,  
открытом стадионе широкого профиля с элементами полосы препятствий;  
бассейне;  
на футбольном поле;  
на волейбольной площадке;  
на баскетбольной площадке;  
с использованием прыжковой ямы для прыжков в длину;  
на асфальтированной беговой круговой дорожке;  
на армейской полосе препятствии.

Тир для стрельбы из пневматической винтовки на три бойницы

Технические средства обучения спортивного зала: музыкальный центр, инвентарь (секундомер, волейбольные, баскетбольные, футбольные мячи, гимнастические маты, плавательные доски, гимнастические снаряды).

Плавательный бассейн СОК «БРИЗ» на 2 дорожки (длиной 20м.)

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

**Основные источники:**

1. Основы здорового образа жизни в образовательной организации: учебное пособие для СПО. А.А.Зайцев (и др); под общей редакцией А.А.Зайцева.-2-е изд, перераб и доп. -Москва: Издательство Юрайт,2023-137 с.
2. Корольков. А.Н. Физическая работоспособность в спорте: учебное пособие для вузов. А.Н.Корольков. -Москва: Москва: Издательство Юрайт,2023-113 с.
3. Муллер. А.Б. Физическая культурааб учебник и практикум для среднего профессионального образования А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. -Москва: издательство Юрайт, 2023-424 с.
4. Булгаковой Н.Ж.. Плавание. Учебник под ред. - М.: ФиС, 2001. – 398. Полеся. Г.В., Петренко Г.Г. Лечебное плавание при нарушении осанки и сколиоза у детей. - Киев: Здоровья, 2019. - , (ЭБС Юрайт), 144 с.
5. Викулов А.Д. Плавание: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2019. , (ЭБС Юрайт),– 368с.
6. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2023, (ЭБС Юрайт),2023.-225 с.

7. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика: учебное пособие для СПО / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — М. : Издательство Юрайт, 2023, (ЭБС Юрайт), 2023.-232 с.

8. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура и массаж. Издательство: ГЭОТАР-Медиа, 2019 г.,(ЭБС Юрайт),-346 с.

Завьялова. Т. А [и др.] ; под ред. Шивринской. С. Е. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, (ЭБС Юрайт), 2023.-268 с.

9. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, (ЭБС Юрайт), 2023.-265 с.

10. Шивринской.С. Е. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов - 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2023. — 247 с. (ЭБС Юрайт), 2023.-247 с.

#### **Дополнительная**

- 1 Физическая культура: учебник для 10-11 классов общеобразовательных организаций. Базовый уровень. Авторы: Т.В. Андрухина. Н.В. Третьякова. Под общ. Ред.доктора пед. наук М. Я. Виленского.-4-е изд.- Москва: ООО «Русское слово- учебник», 2020,- 200 с.

#### **Интернет-ресурсы**

1. <http://www.sport.ru/>
2. <http://futbol.ru/>
3. <http://championat.ru/>
4. <http://RФPL.ru/>
5. <http://sportRBL.ru/>

### **3.3 Активные и интерактивные методы:**

Игровые методы используются при выполнении темы 2.3. Спортивные игры.

### **3.4.Рекомендации по реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

#### **3.4.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины**

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на основании письменного заявления обучающегося дисциплина (профессиональный модуль) реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей); обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходит учебный процесс, размещение на портале ОСП необходимых материалов для теоретической подготовки, для лабораторных работ, материалов для самопроверки знаний (компетенций) и подготовки к



контролю знаний по разделам дисциплины (профессионального модуля), другие условия, без которых невозможно или затруднено обучение по дисциплине (профессиональному модулю).

#### **3.4.2. Обеспечение соблюдения общих требований**

При реализации дисциплины (профессионального модуля) на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для студентов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с другими обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей для обучающихся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей на основании письменного заявления; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

#### **3.4.3. Доведение информации до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**

Все локальные нормативные акты ОСП «ВКМРПК» по вопросам реализации дисциплин (профессиональных модулей) доводятся до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме.

#### **3.4.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья**

Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья; продолжительность экзамена, проводимого в письменной форме увеличивается не менее чем на 0,5 часа; продолжительность подготовки обучающегося к ответу на экзамене, проводимом в устной форме, – не менее чем на 0,5 часа; продолжительность ответа обучающегося при устном ответе увеличивается не более чем на 0,5 часа.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для самоопределения в физической культуре.	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
<b>Знания:</b>	
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
иметь научное представление о здоровом образе жизни, основы здорового образа жизни, владеть умениями и навыками физического совершенства;	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
основы здорового образа жизни;	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
основы физической культуры;	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на организм;	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)
основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры.	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)

Результатом освоения программы учебной дисциплины является достижение обучающимися личностных результатов (ЛР) при воспитании:

Результаты (освоенные личностные результаты при воспитании)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ЛР 9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно	Демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся; демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа.	Оценка деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы при проведении аудиторных занятий и внеаудиторных мероприятий

сложных или стремительно меняющихся ситуациях.		
---	--	--

