

Министерство образования и науки Республики Татарстан  
государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
«Дрожжановский техникум отраслевых технологий»

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директора ГАПОУ  
«Дрожжановский техникум  
отраслевых технологий»

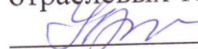
Ф.Р.Яфизов

«20» 03 2024 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора по УПР

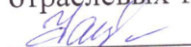
ГАПОУ «Дрожжановский техникум  
отраслевых технологий»

 А.В.Черланов  
«20» 03 2024 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора по УМР

ГАПОУ «Дрожжановский техникум  
отраслевых технологий»

 Г.Ф.Фаизова  
«20» 03 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ.04 Физическая культура**

**25.02.08 Эксплуатация беспилотных авиационных систем**

**Квалификация:** Оператор беспилотных  
летательных аппаратов

**Форма обучения** — очная

**Нормативный срок обучения** 3 года 10 месяцев  
на базе основного общего образования

с. Ст. Дрожжаное, 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) по программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 25.02.08 Эксплуатация беспилотных авиационных систем.

**Организация-разработчик:** ГАПОУ «Дрожжановский техникум отраслевых технологий»

Разработчик: Салахов И.Н. – преподаватель первой квалификационной категории ГАПОУ «Дрожжановский техникум отраслевых технологий».

Рабочая программа рассмотрена на заседании методического объединения общеобразовательных дисциплин.

Протокол № 6 от «12» марта 2024 г.  
Председатель методического объединения Л.А. Николаева

Рабочая программа рассмотрена и принята на заседании педсовета.

Заседание Педсовета. Протокол № 5 от «15» марта 2024 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕУЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>8</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>15</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>170</b>

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОГСЭ.04 Физическая культура**

### **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины Физическая культура является частью основных профессиональных образовательных программ в соответствии с ФГОС СПО по специальностям технического профиля 25.02.08 Эксплуатация беспилотных авиационных систем.

### **1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена**

Учебная дисциплина «Физическая культура» относится к общегуманитарному и социально-экономическому циклу программы среднего (полного) общего образования и направлена на формирование **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.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

### **1.3. Цели и задачи общеобразовательной учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» предназначена для изучения физической культуры в учреждениях среднего профессионального образования, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования, при подготовке квалифицированных специалистов среднего звена. В процессе реализации программы обучающиеся должны получить достаточно полные представления о возможностях, которые существуют в нашей стране для продолжения образования и работы, самореализации в разнообразных видах деятельности, а также о путях достижения успеха в различных сферах социальной жизни.

Учебная дисциплина «Физическая культура» связана с общеобразовательной дисциплиной естествознание и профильной дисциплиной математика.

Рабочая программа ориентирована на достижение следующих **целей**:

- **развитие** физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;

•**формирование** устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;

•**овладение** технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

•**овладение** системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

•**освоение** системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;

•**приобретение** компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

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

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

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

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

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни** для:

- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
- активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть общеучебными компетенциями по 4 блокам:

**ОУК.01 Самоорганизация** – организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях.

**ОУК.02 Самообучение** – осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, заниматься самообразованием.

**ОУК.03 Информационный блок** – использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

**ОУК.04 Коммуникативный блок** – способность эффективно работать в коллективе и команде, брать на себя ответственность за результат выполнения заданий.

Метапредметные результаты освоения среднего (полного) общего образования в пределах программы подготовки специалистов среднего звена **должны отражать:**

1. умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2. умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3. владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4. готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5. умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6. умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7. умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;

8. владение языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9. владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>160</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>160</i>
в том числе:	
Теория	<i>4</i>
практические занятия	<i>150</i>
<b>Самостоятельная работа студента(всего)</b>	<i>6</i>
Итоговая аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i> в 7 семестре.	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

### 2 курс

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
3 семестр			
Раздел 1.		22	
Тема 1 Легкая атлетика.	1. Введение. Основы здорового образа жизни. 2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО.	1 1	ОК 02-03, ОУК 01-03
	3-4 Практическое занятие Выполнение судейства по легкой атлетике. Выполнение упражнений с элементами легкой атлетики.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	5-6 Практическое занятие Отработка эстафетного бега 4×100м Выполнить бег на короткие дистанции 30 м	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	7-8 Практическое занятие Выполнение упражнений с элементами легкой атлетики. Выполнение общеразвивающих упражнений	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	9-10 Практическое занятие Отработка челночного бега 3×10 м. Выполнить бег на короткие дистанции 60 м	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	11-12 Практическое занятие Выполнение прыжков в длину с места, Отработка прыжков в высоту способом «перешагивание».	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	13-14 Практическое занятие Выполнение прыжков на скакалке (1 мин.), отжимание от пола (кол-во раз). Выполнение поднимания туловища из положения лежа на спине (30 сек.).	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	15 Практическое занятие Выполнение бега на средние дистанции 100 м.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	16 Практическое занятие Выполнение равномерного бега на дистанцию 2000 м.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04



	17 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по легкой атлетике.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
Тема 1.2. Гимнастика	18 Практическое занятие Выполнение судейства по гимнастике.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	19 Практическое занятие Выполнение упражнений для профилактики профессиональных заболеваний: упражнения в чередовании напряжения с расслаблением.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	20 Практическое занятие Выполнение комплекса упражнений у гимнастической стенки.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	21 Практическое занятие Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышечного корсета, улучшение осанки.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	22 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по гимнастике.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
<b>4 семестр</b>			
Раздел 2.		42	
Тема 2. 2. Спортивные игры Баскетбол.	1 История возникновения Баскетбола. Техника игры	1	ОК 02-03, ОУК 01-03
	2 Практическое занятие Выполнение упражнений с элементами баскетбола.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	3-4 Практическое занятие Выполнение техники ведения мяча на месте и в движении. Выполнение техники бросков мяча со штрафной линии.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	5-6 Практическое занятие Выполнение техники передачи, ловли мяча.	2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	7-8 Практическое занятие Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам баскетбола.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04

	9-10 Практическое занятие Выполнение техники передвижений, остановок, поворотов. Выполнение техники передвижений в нападающей и защитной стойке.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	11-12 Практическое занятие Выполнение физических упражнений для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата.	2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	13-14 Практическое занятие Выполнение накрывания, вырывания и выбивания мяча. Выполнение различных комбинаций.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	15-16 Практическое занятие Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам баскетбола.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	17 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по баскетболу.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
<b>Тема 2.3.Волейбол.</b>	18-19 Практическое занятие Выполнение судейства по волейболу. Выполнение упражнений с элементами волейбола.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	20-21 Практическое занятие Выполнение техники подачи мяча через сетку, прием мяча после подачи. Выполнение техники передачи мяча, в движении снизу, сверху.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	22 Практическое занятие Выполнение элементов волейбола.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	23-24 Практическое занятие Выполнение приема мяча снизу, сверху, приема мяча после подачи. Отработка техники нападающего удара. Отработка техники выполнения блока.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	25-26 Практическое занятие Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам волейбола.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	27 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по волейболу.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
<b>Тема 2.4. Футбол.</b>	28-29 Практическое занятие Выполнение судейства по футболу. Выполнение упражнений с элементами футбола.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04

30-31 Практическое занятие Обучение технике приема и передачи мяча партнеру внешней, внутренней стороной и подъемом стопы.	2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
32-33 Практическое занятие Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение ударов по воротам.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
34-35 Практическое занятие Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение ударов от ворот	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
36-37 Практическое занятие Обучение технике игры вратаря.	2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
38-39 Практическое занятие Обучение технике игры в «Квадрат».	2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
40-41 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по футболу	2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
42 Самостоятельная работа: Подготовка реферата на тему «Что я знаю про футбол»	1	

### 3 курс

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
5 семестр			
Раздел 1.		32	
Тема 1 Легкая атлетика.	1-2 Практическое занятие Освоение бега на короткие дистанции с высокого старта 30 м. ,60 м. Освоение бег на короткие дистанции с низкого старта 30 м. ,60 м.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	3-4 Практическое занятие Освоение стартового разгона, бег на дистанцию 2000 м. финиширование. Освоение стартового разгона, бег на дистанцию 3000 м. финиширование.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	5-6 Практическое занятие Выполнение бега на средние дистанции 200 м. Выполнение эстафетного бега 4×100м	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04

	7-8 Практическое занятие Выполнение бега на средние дистанции 100 м. Выполнение челночного бега 3×10 м.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	9-12 Практическое занятие Выполнение прыжков в длину с места. Выполнение прыжков в высоту различными способами. Выполнение поднимания туловища из положения лежа на спине, отжимания от пола.	2 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	13-14 Практическое занятие Выполнение общеразвивающих упражнений.	2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	15 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по легкой атлетике.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
6 семестр		42	
Тема 1.2. Гимнастика	1 Ознакомление с техникой безопасности при выполнении гимнастики	1	ОК 02-03, ОУК 01-03
	2-3 Практическое занятие Выполнение упражнений для профилактики профессиональных заболеваний: упражнения в чередовании напряжения с расслаблением. Выполнение комплекса упражнений на гимнастических ковриках.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	4-5 Практическое занятие Выполнение акробатических упражнений. Выполнение комплекса упражнений у гимнастической стенки.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	6-7 Практическое занятие Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышечного корсета, улучшение осанки. Выполнение мостика из положения лежа, стоя.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	8-9 Практическое занятие Обучение технике страховки при выполнении упражнений на снарядах. Освоение упражнений на укрепление мышц брюшного пресса на скамейке у стены.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	10-11 Практическое занятие Выполнение отжиманий на (от) гимнастической скамейке. Выполнение кувырков вперед – назад, в сторону.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	12-13 Практическое занятие Выполнение подводящих аэробных упражнений. Разучивание комплекс упражнений на 8 счетов.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04

	14-15 Практическое занятие Выполнение подводящих аэробные упражнения. Разучивание комплекс упражнений на 16 счетов.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	16-17 Практическое занятие Выполнение физических упражнений на силу и выносливость. Выполнение физических упражнений с элементами фитнес – аэробики.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	18 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по гимнастике.	1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
<b>Тема 2. Спортивные игры Баскетбол.</b>	19-21 Практическое занятие Выполнение ведения мяча на месте и в движении, передача, ловля мяча. Обучение выполнения бросков мяча в корзину с различных размеров площадки, броски с штрафной линии.	1 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	22-24 Практическое занятие Обучение скрытых передач, ловля мяча одной или двумя руками. Выполнение накрывания, вырывание и выбивание мяча.	1 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	25-27 Практическое занятие Ведение мяча, передача его различными приемами и способами одной или двумя руками. Двусторонняя тренировочная игра.	1 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	28-31 Практическое занятие Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам баскетбола.	2 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	32-35 Практическое занятие Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение упражнений на внимательность.	2 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	36-39 Практическое занятие Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение упражнений на координацию.	2 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	40-41 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по баскетболу.	2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	42 Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщения на тему «Техника безопасности при выполнении элементов гимнастики»	1	

#### 4 курс

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
<b>7 семестр</b>			
Раздел 2.		17	
<b>Тема 2. Спортивные игры Баскетбол.</b>	1-2 Практическое занятие. Выполнение различных комбинаций Двусторонняя тренировочная игра.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	3-4 Самостоятельная работа студентов: Поиск информации в сети Internet для реферата на тему "Готов к труду и обороне" Оформление реферата..	2	
	5-7 Практическое занятие Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам баскетбола.	1 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	8-9 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по баскетболу. Сдача контрольных нормативов по баскетболу.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
<b>Тема 2.1 Волейбол.</b>	10-11 Практическое занятие Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам волейбола.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	12-13 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по волейболу. Сдача контрольных нормативов по волейболу.	1 1	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	14-15 Самостоятельная работа: Подготовка кроссворда или теста по темам «Волейбол», Баскетбол»	2	
<b>Тема 2.2. Футбол.</b>	16-18 Практическое занятие Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам игры в спортзале.	1 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
	19-22 Практическое занятие Сдача контрольных нормативов по футболу Дифференцированный зачет.	2 2	ОК 02-03, ОК06, ОУК 01-04
<b>ИТОГО:</b> 160 часов; обязательная аудиторная учебная нагрузка 154 часа, самостоятельная работа студента 6 часов			

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

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

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

Реализация учебной дисциплины «Физическая культура» требует наличия спортивного зала.

Оборудование и инвентарь: эстафетная палка; волейбольный мяч, волейбольная сетка; баскетбольный мяч, баскетбольный щит, кольцо; гимнастическая стенка, гимнастический коврик, гимнастическая скамья, скакалка, бруссы, лыжный инвентарь, секундомер, свисток.

Технические средства обучения: музыкальный центр, учебно-методическая литература.

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

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

Основные источники:

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2014. Гамидова С.К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2012.
2. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура (СПО) Учебник ООО «КноРус» 2013
3. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. ОИЦ «Академия» — М., 2014.

Дополнительные источники:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).

2 Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480). Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования». Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки РФ от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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 профессии или специальности среднего профессионального образования».

3 Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ. ред. Г. В. Барчуковой. — М., 2011. .

4. Манжелей И.В. Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. — Тюмень, 2010. Миронова Т.И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. — Кострома, 2014.

5. Самостоятельная работа: учеб. пособие. — М., 2010. — (Бакалавриат).

6. Тимонин А.И. Педагогическое обеспечение социальной работы с молодежью: учеб. пособие / под ред. Н. Ф. Басова. — 3-е изд. — М., 2013.

#### Интернет-ресурсы

[www.minstm.gov.ru](http://www.minstm.gov.ru) (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации). [www.edu.ru](http://www.edu.ru) (Федеральный портал «Российское образование»). [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru) (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

Методические указания по выполнению практических занятий, методические указания по выполнению самостоятельной работы.



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

Методическое обеспечение для контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины отражено в комплекте контрольно-оценочных средств по дисциплине.

<b>Результаты обучения</b> <b>(освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и</b> <b>оценки результатов</b> <b>обучения</b>
<p>Уметь</p> <p>- использовать физкультурно – оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>Знать</p> <p>- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>- основы здорового образа жизни.</p>	<p>Выполнение контрольных упражнений.</p> <p>Выполнение норм ГТО</p> <p>Внеаудиторная самостоятельная работа.</p> <p>Выполнение практических заданий.</p> <p>Оценивание рефератов.</p> <p>Дифференцированный зачет</p>

