

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ПГТУ»)
ВЫСШИЙ КОЛЛЕДЖ «ПОЛИТЕХНИК»



Зам. директора по УМР
Е.Ю. Кузнецов
28 апреля 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
БД.07 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**по специальности 27.02.07 Управление качеством продукции, процессов и услуг (по
отраслям)**

РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

Предметно-цикловой комиссией

Протокол № 7

«27» апреля 2023 г.

Председатель ПЦК _____ /Т.А. Савина/



Рабочая программа учебной дисциплины БД.07 Физическая культура разработана на основе примерной рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» (базовый уровень) для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГБОУ ДПО ИРПО (протокол №13 от 29.09.2022г.), утвержденной на заседании Совета по оценке содержания и качества примерных рабочих программ общеобразовательного и социально-гуманитарного циклов среднего профессионального образования (протокол № 14, от 30.11.2022г.)

Разработчик:

Бочкарева Мария Павловна, преподаватель высшей квалификационной категории Высшего колледжа ПГТУ «Политехник».

Быков Евгений Иванович, преподаватель без квалификационной категории Высшего колледжа ПГТУ «Политехник».

Рецензент (внутренний)

Михайлова С.В., преподаватель высшей квалификационной категории, старший методист Высшего колледжа ПГТУ «Политехник».

Рецензент (внешний)

Комлева Т.В., преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ РМЭ "Йошкар-Олинский строительный техникум"

СОДЕРЖАНИЕ

1. АННОТАЦИЯ
2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1. АННОТАЦИЯ

Рабочая программа учебной дисциплины БД.07 Физическая культура является частью программы подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования по специальности 27.02.07 Управление качеством продукции, процессов и услуг (по отраслям), входит в цикл общеобразовательной подготовки и реализуется в 1, 2 семестрах.

Учебная дисциплина БД.07 Физическая культура включает изучение следующих разделов:

1. Физическая культура, как часть культуры общества и человека
2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности

Общий объем учебной нагрузки по дисциплине составляет 80 часов, нагрузка во взаимодействии с преподавателем - 78 часов.

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей: развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально - культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста.

Форма промежуточной аттестации – зачет, дифференцированный зачёт (1,2 семестр).

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Учебная дисциплина БД.07 Физическая культура относится к базовым дисциплинам общеобразовательной подготовки.

2.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение результатов ее изучения в соответствии с требованиями ФГОС СОО с учетом профессиональной направленности ФГОС СПО специальности 27.02.07 Управление качеством продукции, процессов и услуг (по отраслям).

Особое значение дисциплина БД.07 Физическая культура имеет при формировании и развитии ОК и ПК специальности 27.02.07 Управление качеством продукции, процессов и услуг (по отраслям):

Общие компетенции	Планируемые результаты обучения	
	Общие	Дисциплинарные ¹
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	В части трудового воспитания: - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности, Овладение универсальными учебными познавательными действиями: а) базовые логические действия:	- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и

¹ Дисциплинарные (предметные) результаты указываются в соответствии с их полным перечнем во ФГОС СОО (в последней редакции от 12.08.2022)

	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; - устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; - определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; - выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; - вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; - развивать креативное мышление при решении жизненных проблем <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; - выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; - анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; - уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; - уметь интегрировать знания из разных предметных 	<p>физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
--	---	---

	<p>областей;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; - способность их использования в познавательной и социальной практике 	
<p>ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б) совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, производственной деятельности; - организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять индивидуальные показатели здоровья, умственной и роли с учетом мнений участников обсуждать физической работоспособности, динамики физического результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать мотивы и аргументы других людей при 	<ul style="list-style-type: none"> - уметь использовать разнообразные формы и виды физической деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); - владеть современными технологиями укрепления и профилактики заболеваний, связанных с учебной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с высокой работоспособности

	<p>анализе результатов деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность понимать мир с позиции другого человека
<p>ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации - наличие мотивации к обучению и личностномуздорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в развитии; том числе в подготовке к выполнению нормативов <p>В части физического воспитания: Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформированность здорового и безопасного образа«Готов к труду и обороне» (ГТО); - ответственность к своему здоровью; - владеть современными технологиями укрепления и - потребность в физическом совершенствовании,сохранения здоровья, поддержания работоспособности, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; профилактики заболеваний, связанных с учебной и - активное неприятие вредных привычек и иных формпроизводственной деятельностью; - причинения вреда физическому и психическому- владеть основными способами самоконтроля - индивидуальных показателей здоровья, умственной и <p>Овладение универсальными регулятивнымифизической работоспособности, динамики физического</p> <p>действиями: развития и физических качеств;</p> <p>а) самоорганизация: - владеть физическими упражнениями разной</p> <ul style="list-style-type: none"> -- самостоятельно составлять план решения проблемыфункциональной направленности, использование их в с учетом имеющихся ресурсов, собственныхрежиме учебной и производственной деятельности с возможностей и предпочтений; целью профилактики переутомления и сохранения - давать оценку новым ситуациям; высокой работоспособности; - расширять рамки учебного предмета на основе- владеть техническими приемами и двигательными личных предпочтений; действиями базовых видов спорта, активное - делать осознанный выбор, аргументировать его, братьприменение их в физкультурно-оздоровительной и ответственность за решение; соревновательной деятельности, в сфере досуга, в

	<ul style="list-style-type: none"> - оценивать приобретенный опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень 	<p>профессионально-прикладной сфере;</p> <ul style="list-style-type: none"> - иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)
<p>ПК 1.1. Оценивать соответствие качества поступающих в организацию сырья, материалов, полуфабрикатов, комплектующих изделий техническим регламентам, стандартам (техническим условиям), условиям поставок и договоров</p>		<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - распознавать и классифицировать конструкционные и сырьевые материалы по внешнему виду, происхождению, свойствам; - проводить контроль качества сырья, материалов, полуфабрикатов и комплектующих изделий; - применять измерительное оборудование, необходимое для проведения измерений; - выбирать и применять методики контроля, испытаний сырья, материалов, полуфабрикатов и комплектующих изделий; - оценивать влияние качества сырья и материалов на качество готовой продукции. <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии оценивания качества сырья, материалов, полуфабрикатов и комплектующих изделий; -назначение и принцип действия измерительного оборудования. -методы и методики контроля и испытаний сырья, материалов, полуфабрикатов и комплектующих изделий; - методы измерения параметров и свойств материалов; нормативные и методические документы, регламентирующие вопросы качества продукции (сырья, материалов, полуфабрикатов и комплектующих изделий).

<p>ПК 1.2. Определять техническое состояние оборудования, оснастки, инструмента, средств измерений и сроки проведения их поверки на соответствие требованиям нормативных документов и технических условий (по отраслям)</p>		<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять критерии и показатели оценки технического состояния в зависимости от вида оборудования, оснастки, инструмента, средств измерений; - выбирать методы и способы определения значений технического состояния оборудования, оснастки, инструмента, средств измерений; - планировать последовательность, сроки проведения и оформлять результаты оценки технического состояния оборудования, оснастки, инструмента на соответствие требованиям нормативных документов и технических условий; - определять периодичность поверки (калибровки) средств измерений <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и способы оценки технического состояния оборудования, оснастки, инструмента, средств измерений; - нормативные и методические документы, регламентирующие методы и сроки поверки средств измерения, испытания оборудования и контроля оснастки и инструмента; - требования к оформлению документации по результатам оценки технического состояния оснастки, инструмента, средств измерений
---	--	--

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем учебной дисциплины	80
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	78
в том числе:	-
лабораторные занятия	-
практические занятия	74
контрольные работы	-
курсовая работа (проект)	-
Самостоятельная работа ²	2
Промежуточная аттестация в форме экзамена	-

² Объем самостоятельной работы обучающихся определяется в соответствии с требованиями ФГОС СПО в пределах объема учебной дисциплины в количестве часов, необходимом для выполнения обучающимися заданий самостоятельной работы, предусмотренных тематическим планом и содержанием учебной дисциплины (междисциплинарного курса).

3.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины БД.07 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Формируемые общие и профессиональные компетенции
1	2		3	4
Раздел 1. Физическая культура, как часть культуры общества и человека			2	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ПК 1.1., ПК 1.2.
Тема 1.1 Современное состояние физической культуры и спорта	Содержание учебного материала		2	
	1	Физическая культура как часть культуры общества и человека.	2	
Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности			78	ОК 01, ОК 04, ОК 08
Тема 2.1 Лёгкая атлетика	Практические занятия		16	
	1	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования;	2	
	2	Совершенствование техники спринтерского бега	2	
	3	Бег 100м -зачет	2	
	4	Общие развивающие упражнения для легкоатлетов	2	
	5	Бег 400м - зачет	2	
	6	Бег 1000м - зачет	2	
	7	Развитие физических способностей средствами лёгкой атлетики	2	
	8	Совершенствование техники (кроссового бега , средние и длинные дистанции (2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши))	2	
Тема 2.2 Баскетбол	Практические занятия		14	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	1	Техника безопасности на занятиях баскетболом. Перемещения, остановки, стойки игрока, повороты	2	
	2	Ловля и передача мяча двумя и одной рукой	2	
	3	Ловля и передача мяча на месте и в движении	2	
	4	Ведение мяча на месте, в движении	2	
	5	Освоение и совершенствование приёмов тактики защиты и нападения	2	
	6	Броски мяча одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча по кольцу	2	
	7	Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности	2	
Тема 2.3 Физическая культура в режиме трудового дня	Содержание учебного материала		2	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ПК 1.1., ПК 1.2.
	1	Зоны риска физического здоровья в профессиональной деятельности.	2	
Тема 2.4 Лыжная подготовка	Практические занятия		16	

	1	Техника безопасности на занятиях лыжной подготовке. Освоение и совершенствование техники лыжных ходов	2	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	2	Техника одновременного бесшажного классического хода	2	
	3	Техника попеременного двухшажного классического хода	2	
	4	Техника одновременного классического хода (стартовый вариант)	2	
	5	Совершенствование классического хода	2	
	6	Техника одновременного конькового хода	2	
	7	Техника попеременного конькового хода	2	
	8	Совершенствование конькового хода	2	
Тема 2.5 Волейбол	Практические занятия		16	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	1	Техника безопасности на занятиях волейболом. Освоение стоек игрока, перемещения во время игры	2	
	2	Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры	2	
	3	Прием мяча снизу и сверху двумя руками	2	
	4	Совершенствование техники приема мяча двумя руками	2	
	5	Техника верхней и нижней подачи мяча	2	
	6	Освоение и совершенствование приёмов тактики защиты и нападения	2	
	7	Выполнение технико-тактических приёмов в игровой деятельности	2	
	8	Учебная игра в волейбол - контроль	2	
Тема 2.6 Спортивная гимнастика	Практические занятия		4	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	1	Освоение и совершенствование опорного прыжка через коня	2	
	2	Прыжок через коня: углом с косого разбега толчком одной ногой, ноги врозь	2	
Тема 2.7 Акробатика	Практические занятия		8	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	1	Освоение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок	2	
	2	Стойка на лопатках, мост.	2	
	3	Стойка на руках, стойка на голове и руках		
	4	Переворот боком «колесо», равновесие «ласточка»	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
	1	Выполнение общеразвивающих упражнений без предмета и с предметом	2	
Промежуточная аттестация по дисциплине (дифференцированный зачёт)			2	
Всего			80	

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ БД.07 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1. Адаптивная физическая культура как средство реабилитации инвалидов
2. Валеология. Некоторые аспекты истории и перспективы развития.
3. Влияние аэробных и анаэробных физических упражнений на морфофункциональные особенности
4. Влияние лыжного спорта на развитие физических качеств подростков 15-17 лет
5. Влияние на женский организм занятий единоборствами
6. Влияние подвижных игр на физическое развитие детей в детском оздоровительном лагере
7. Влияние специальной физической подготовки в занятиях спортивным ориентированием на развитие выносливости
8. Влияние условий среднегорья на подготовку лыжника-гонщика
9. Военно-спортивные игры в патриотическом воспитании студентов
10. Воспитание силовых способностей в становой тяге у юношей 15-16 лет (на примере силового троеборья)
11. Воспитание техничного мастерства юных футболистов в возрасте 7-8 лет
12. Гражданская ответственность туроператоров
13. Динамика двигательной подготовленности и физического здоровья у легкоатлетов
14. Динамика показателей артериального давления и частоты сердечных сокращений у детей 7-11 лет, занимающихся спортивными балльными танцами
15. Исследование возрастно-половых особенностей физического развития и двигательной подготовленности детей 7-9 лет, занимающихся спортивной акробатикой
16. Изучение типологических особенностей спортсменов разной специализации
17. Использование кругового метода в спортивной тренировке
18. Использование метода круговой тренировки для повышения функциональных способностей боксеров
19. Использование тренировочных нагрузок максимальной интенсивности юных лыжников-гонщиков 13-14 лет
20. Исследование влияния занятий различными видами спорта на уровень развития физических качеств
21. Исследование влияния идеомоторной тренировки на качество выполнения гимнастических упражнений студентами факультета физической культуры
22. Исследование влияния физкультурного образования родителей на формирование физкультурного образования младшего школьника
23. Исследование влияния фитнес-тренинга на коррекцию фигуры женщин 35-45 лет
24. Исследование динамики специальной работоспособности бегунов на средние дистанции в полугодовом цикле подготовки
25. Исследование особенностей организации обслуживающей деятельности
26. Исследование природных факторов, влияющих на уровень здоровья учащихся общеобразовательных школ
27. Исследование причин и профилактика заболеваемости у юных спортсменов на этапах годичного цикла подготовки
28. Исследование развития силы у старших школьников средствами атлетической гимнастики
29. Исследование силовой подготовки девушек и женщин, занимающихся фитнесом
30. Исследование состояния травматизма у спортсменов прыгунов в воду различной квалификации

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Спортивный комплекс: спортивный зал

Мультимедийное оборудование: компьютер - 1 шт. (процессор IntelPentium E2140/512Mb/160Gb/CR/DVD+RW), монитор LCDSamsung 19), мультимедийный проектор Mitsubishi SL 2V, музыкальный центр HousB – 1 шт., выносные колонки, микрофон, магнитофон HousB- 1 шт., флеш-накопитель с записями комплексов упражнений.

Программное обеспечение: Microsoft Access (лицензия №IM123460); Microsoft Office Standard (лицензия №66059532 OPEN 96044930ZZE1711); Microsoft Project Professional (лицензия №IM123460); Microsoft Visio Professional (лицензия №IM123460); Microsoft Visual Studio Enterprise (лицензия №IM123460); Microsoft Windows Enterprise (лицензия №IM123460); Агент Dr.Web (лицензия № QS34-HC7C-SD53-K5L2); комплект ГАРАНТ–Мастер (лицензия №12–40272–000898); комплект ПО для решения основных пользовательских задач (свободно распр. ПО); справочная правовая система «Консультант Плюс» (контракт №2023_CB_3 от 29.12.2022г).

Средства обучения: шведская стенка 8 секций; перекладина гимнастическая универсальная никелированная – 1 шт.; мячи баскетбольные - 15 шт.; мячи футбольные - 6 шт.; мячи волейбольные - 10 шт.; мячи для мини-футбола – 10шт, маты гимнастические 14 шт.; конь гимнастический переменной высоты – 1 шт.; мостик гимнастический подпружиненный – 1 шт.; стол теннисный 3 шт.; велотренажер – 1 шт.; козел гимнастический переменной высоты – 1 шт.; волейбольная сетка – 1 шт., ракетка для настольного тенниса - 2 шт.,ракетка для бадминтона- 2 шт., мячи для настольного тенниса - 3 шт, щиты, кольца баскетбольные,ворота ,сетки, оборудование для силовых упражнений: штанга – 2 шт., гири – 6 шт.. гантели- 8 шт., блины – 23 шт., оборудование для занятий аэробикой: скакалки - 25 шт., гимнастические коврики - 25 шт., гимнастические скамейки; тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления, секундомеры, лыжная база с лыжехранилищем, мастерская для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками, лыжный инвентарь – 27 компл. (лыжи, ботинки, лыжные палки, мази).

424007, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 31

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий

Средства обучения: футбольное поле с искусственным покрытием, беговые дорожки по кругу, счетчик кругов – 1 шт., стартовые колодки – 6 шт., указатели дорожек – 6 шт., эстафетные палочки – 16 шт., 2 оборудованных теннисных корта, оборудованные площадки для пляжного волейбола – 2 шт., площадка с элементами полосы препятствий.

424029, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Карла Маркса, д. 1076

Стрелковый тир

Мультимедийное оборудование: компьютер P-100/8/1Gb/1,44 – 1 шт., монитор 17 Samsung – 1 шт., сист. Блок Celeron-D 330/120 GbDDR 256 Mb – 1 шт., монитор 17 Benq – 1 шт., системный блок AMD*2 - 3 шт., монитор 17 TFTBeng – 2 шт.

Средства обучения: стрелковый электр. тренажер «Скэт-профес» – 2 шт., электронная стрелковая мишенная установка "Рекорд" -S-10 – 4 шт., установка бег кабан – 1 шт., установка мишень ГДР - 1 шт., винтовка ИЖ-38 – 3 шт., винтовка пневмат. ИЖ-38 – 1 шт., винтовка 4,5мм пневм. Мод. 312 – 1 шт., винтовка пневм. ГДР – 1 шт., винтовка МЛГ-550 – 1 шт., винтовка пневмат МЛГ – 1 шт, винтовка пневмат. «Файн-602» - 1 шт., винтовка спортивная WALTERLG300 дерев. ложе – 1 шт., винтовка пневмат. ИЖ – 1 шт., пистолет пневм. ИЖ-53 к.4 – 3 шт., пистолет пнев-матический МР-654К к.4,5 мм – 1 шт., пистолет

пневмат. ИЖ – 46 – 1 шт., пистолет пневмат ИЖ-33 – 1 шт., пистолет ИЖ-46 – 1 шт., прибор ВК-4 исп.-5 – 1 шт.

424000, Республика Марий Эл, город Йошкар-Ола, площадь Ленина, дом 3

Тренажерный зал общефизической подготовки

Средства обучения: монокулятор 7*25 – 1 шт., прибор Аргус-3 – 1 шт., прожектор ПЗС – 35 – 1 шт., труба зрит ЭРТ-460 – 2 шт., щит управления – 2 шт., лыжи фишер – 1 шт., мишени железные – 10 шт., наушники «Эл-лур» противошумные – 3 шт., зрительная труба – 1 шт., тренажер наutilus груд – 1 шт., тренажер наут бицепс – 1 шт., тренажер зад пов бед – 1 шт., тре-нажер пер пов бед – 1 шт., тренажер стан д/жим – 1 шт., тренажер икроножст – 1 шт., тренажер для ног – 1 шт., тренажер машина А-3 – 1 шт. 424000, Республика Марий Эл, город Йошкар-Ола, площадь Ленина, дом 3

4.2. Информационное обеспечение учебной дисциплины

Основная и дополнительная литература

№ п/п	Список используемой литературы (<i>печатные издания, электронные издания за последние 5 лет</i>)	Количество экземпляров, имеющихся в библиотеке, или ссылка на ЭБС
ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА		
1.	Лях, В. И. Физическая культура : 10-11-е классы: базовый уровень : учебник / В. И. Лях. — 11-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2023. — 271 с. — ISBN 978-5-09-103628-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/408869 (дата обращения: 27.05.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	https://e.lanbook.com/book/408869
2	Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 197 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1905554 (дата обращения: 28.08.2023). – Режим доступа: по подписке.	https://znanium.com/catalog/product/1905554
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА		
Учебники, учебные пособия		
1	Матвеев, А.П. Физическая культура. 10-11 классы (базовый уровень): учебник / А.П. Матвеев. - 4-е изд. - Москва: Просвещение, 2022. - 320 с. - ISBN 978-5-09-101691-8. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/2090605 (дата обращения: 14.09.2023).	https://znanium.com/catalog/product/2090605
2	Погадаев, Г. И. Физическая культура. Футбол для всех: 10—11-е классы : учебник / Г. И. Погадаев , ; под редакцией И. Акинфеева. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2024. — 109 с. — ISBN 978-5-09-114832-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/408731 (дата обращения: 27.05.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей	https://e.lanbook.com/book/408731

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация имеет целью определить степень достижения запланированных результатов обучения по дисциплине за период обучения. Форма промежуточной аттестации – зачет (1 семестр), дифференцированный зачет (2 семестр).

Текущий контроль успеваемости осуществляется в процессе проведения практических занятий, обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины. Форма текущего контроля успеваемости: в процессе проведения практических занятий, выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований

№	Наименование темы (раздела)	Результаты обучения по дисциплине	Формы контроля
1.	Современное состояние физической культуры и спорта	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ПК 1.1., ПК 1.2.	практические занятия, выполнение индивидуальных заданий, проектов, исследований
2.	Лёгкая атлетика	ОК 01, ОК 04, ОК 08	практические занятия, выполнение индивидуальных заданий, проектов, исследований
3.	Баскетбол	ОК 01, ОК 04, ОК 08	практические занятия, выполнение индивидуальных заданий, проектов, исследований
4.	Физическая культура в режиме трудового дня	ОК 01, ОК 04, ОК 08 ПК 1.1., ПК 1.2.	практические занятия, выполнение индивидуальных заданий, проектов, исследований
5.	Лыжная подготовка	ОК 01, ОК 04, ОК 08	практические занятия, выполнение индивидуальных заданий, проектов, исследований
6.	Волейбол	ОК 01, ОК 04, ОК 08	практические занятия, выполнение индивидуальных заданий, проектов, исследований
7.	Спортивная гимнастика	ОК 01, ОК 04, ОК 08	практические занятия, выполнение индивидуальных заданий, проектов, исследований
8.	Акробатика	ОК 01, ОК 04, ОК 08	практические занятия, выполнение индивидуальных заданий, проектов, исследований

Результаты сдачи зачета, дифференцированного зачета оцениваются по шкале «зачтено», «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, который имеет знания основного материала, проявляет умение логично его излагать, хотя может допускать неточности в изложении материала, недостаточно правильные формулировки; умеет в целом применять полученные знания при выполнении типовых практических работ, хотя может испытывать затруднения при их выполнении.

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, который глубоко и прочно усвоил программный материал, проявляет знание основной и дополнительной литературы, грамотно, логически стройно и аргументировано излагает материал, дает исчерпывающие ответы на поставленные вопросы. В ответе тесно увязывается теория с практикой, при этом обучающийся не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с практическими заданиями.

Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, твердо знающему программный материал, который излагает его грамотно и по существу, не допускает существенных

неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, не испытывает затруднений с ответами на вопросы.

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, который имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.

Дополнения и изменения к рабочей программе на учебный год

Дополнения и изменения к рабочей программе на 2024-2025 учебный год по дисциплине БД.07 Физическая культура: в раздел 4. Условия реализации учебной дисциплины (пункт 4.2 Информационное обеспечение учебной дисциплины) внесены изменения в список основной и дополнительной литературы.

Дополнения и изменения в рабочей программе обсуждены на заседании ПЦК социально-гуманитарных дисциплин.

«30» августа 2024 г. (протокол № 1)

Председатель ПЦК _____  /Савина Т.А/