

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

**БРЯНСКИЙ ТЕХНИКУМ ПИТАНИЯ И ТОРГОВЛИ**

Рассмотрено и одобрено  
на заседании МО ООД  
протокол №

Утверждено  
приказ №

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

по специальности  
38.02.08 Торговое дело  
нормативный срок обучения 2 года 10 месяцев  
на базе основного общего образования

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.08 Торговое дело (далее ФГОС СПО), утвержденного приказом Министерства образования и науки от 19 июля 2023 г. N 548 и примерной основной образовательной программы.

Организация-разработчик ГАПОУ «Брянский техникум питания и торговли».

Разработчик: Романенкова А.В., Понизова О.В. преподаватели ГАПОУ «Брянский техникум питания и торговли»

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	6
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	16
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	18

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) 38.02.08 Торговое дело.

Программа учебной дисциплины может быть реализована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы:** учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура относится к общеобразовательному циклу.

## **1.3 Цели дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:

–уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

-владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья,

поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

–владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей

здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

–владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

–владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

В результате освоения дисциплины студент должен знать:

- основы техники выполнения ОРУ ;

- основные формы и методы физкультурной деятельности;

- методику самоконтроля и саморегуляции;

-основы базовых видов спорта

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04	Организовывать работу коллектива и команды	Психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности
ОК 06	Описывать значимость своей специальности	Сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности
ОК 08	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 специальности	Роль 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 программы</b>	<b>120</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	<b>6</b>
лабораторные занятия	<b>0</b>
практические занятия	<b>114</b>
самостоятельная работа	<b>0</b>
консультации	<b>0</b>
<b>Промежуточная аттестация в виде зачет/дифф. зачет</b>	<b>7</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа студентов, курсовая работа (проект)	Объем часов				Уровень освоения
		3	4	5	6	
<b>1</b>	<b>2</b>					
<b>Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности</b>						
Тема 1.1. Физическая культура и спорт как социальные явления, как явления культуры.	Содержание учебного материала	2				1
	1 Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание.					
	2 Сущность и ценности физической культуры.					
	3 Дисциплина «Физическая культура» в системе профессионального образования.					
	Лабораторные работы					
	Практические занятия					
Контрольные работы						
Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы: 1. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха.						
Тема 1.2. Социально-биологические основы физической культуры.	Содержание учебного материала		2			1
	1 Характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий.					
	2 Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений.					
	3 Характеристика некоторых состояний организма: разминка, вработывание, утомление, восстановление.					
	Лабораторные работы					
	Практические занятия					
Контрольные работы						
Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы: 1. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека.						
Тема 1.3 Основы здорового образа и стиля жизни.	Содержание учебного материала			1		1
	1 Здоровье человека как ценность и как фактор достижения жизненного успеха. Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья.					
	2 Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни.					
	3					

		Двигательная активность человека, её влияние на основные органы и системы организма. Норма двигательной активности, гиподинамия и гипокинезия.					
		Лабораторные работы					
		Практические занятия					
		Контрольные работы					
		Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы: 1. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. 2. Оценка двигательной активности человека и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека.					
Тема 1.4 Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье.		Содержание учебного материала				1	1
	1	Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье.					
	2	Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания.					
	3	Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания.					
		Лабораторные работы					
		Практические занятия: 1. Выполнение комплексов дыхательных упражнений и утренней гимнастики. 2. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки: при сутулости, нарушении осанки в грудном и поясничном отделах, упражнений для укрепления мышечного корсета, для укрепления мышц брюшного пресса. 3. Выполнение комплексов упражнений для снижения, наращивания массы тела.					
	Контрольные работы						
		Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы: 1. Самостоятельная подготовка и выполнение подготовленных комплексов упражнений, направленных на укрепление здоровья и профилактику нарушений работы органов и систем организма. 2. Выполнение комплексов упражнений для глаз. 3. Выполнение комплексов упражнений по профилактике плоскостопия.					
<b>Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности</b>							
Тема 2.1. Лёгкая атлетика.		Содержание учебного материала					2
	1	Сопряжённое воспитание двигательных качеств и способностей: воспитание быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений в процессе занятий лёгкой атлетикой.					
		Лабораторные работы					



	Практические занятия: 1. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Техника бега на короткие дистанции. 2. Техника бега на средние и длинные дистанции. 3. Техника бега по прямой и виражу, на стадионе и пересечённой местности. 4. Техника эстафетного бега. 5. Техника спортивной ходьбы. 6. Техника прыжков в длину.	10		13			
	Контрольные работы	2		1			
	Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы:	1		2			
	1. Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий.	1		2			
		2		4			
		2		2			
		2		2			
	Содержание учебного материала					2	
Тема 2.2. Общая физическая подготовка	1	Физические качества и способности человека и основы методики их воспитания.					
	2	Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей.					
	3	Возрастная динамика развития физических качеств и способностей.					
	4	Взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств.					
	Лабораторные работы						
	Практические занятия		10		12		
	1. Строевые упражнения. Построения, перестроения, различные виды ходьбы.	2		2			
	2. Выполнение комплексов обще развивающих упражнений без предметов, в парах.	2		4			
	3. Выполнение комплексов обще развивающих упражнений с предметами, в парах.	2		2			
	4. Подвижные игры и эстафеты без предметов.	2		2			
	5. Подвижные игры и эстафеты с предметами.	2		2			
	Контрольные работы. Зачет.						
	Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы:						
	1. Особенности физической и функциональной подготовленности.						
	2. Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий.						
	Содержание учебного материала					2	
Тема 2.3. Спортивные игры. Баскетбол .	1	Сопряжённое воспитание двигательных качеств и способностей: воспитание быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений в процессе занятий спортивными играми.					
	Лабораторные работы						
	Практические занятия		12		16		
	1. Техника безопасности при занятии спортивными играми(баскетбол). Техника перемещения по площадке.	2		4			
	2. Техника ведения мяча, бросков мяча по кольцу с места и в движении.						

	3. Техника передачи мяча, ловли мяча. 4. Тактика игры в нападении и в защите в баскетболе. 5. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом. 6. Групповые и командные действия игроков.	2 1 1 2 2		4 2 2 2		
	Контрольные работы Выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры.	2		2		
	Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы: 1. Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры. 2. Самостоятельная разработка занятия или фрагмента занятия по изучаемым спортивным играм.					
Тема 2.4. Спортивные игры. Волейбол.	Содержание учебного материала					2
	1 Сопряжённое воспитание двигательных качеств и способностей: воспитание быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений в процессе занятий спортивными играми.					
	Лабораторные работы					
	Практические занятия: 1. Техника безопасности при занятии спортивными играми(волейбол). Техника стоек и перемещения по площадке. 2. Техника подачи, приёма и передачи мяча. 3. Техника нападающих ударов, блокирования и страховки у сетки. 4. Тактика игры в защите, в нападении. Расстановка игроков. 5. Индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча. 6. Групповые и командные действия игроков. Взаимодействие игроков. 7. Тренировочные игры, двусторонние игры на счёт.		14 2 2 2 2 2 2		7 1 1 1 1 1 1	
	Контрольные работы: Выполнение контрольных нормативов по элементам техники спортивных игр, технико-тактических приёмов игры.					
	Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы: 1. Разучивание, закрепление и совершенствование техники двигательных действий, технико-тактических приёмов игры. 2. Самостоятельная разработка занятия или фрагмента занятия по изучаемым спортивным играм.					
	Содержание учебного материала					2
Тема 2.5. Атлетическая гимнастика	1 Особенности составления комплексов атлетической гимнастики в зависимости от решаемых задач.					
	2 Сопряжённое воспитание двигательных качеств и способностей через выполнение комплексов атлетической гимнастики с направленным влиянием					

		на развитие определённых мышечных групп: воспитание силовых способностей, силовой выносливости, скоростно-силовых способностей, гибкости через включение специальных комплексов упражнений в процессе занятий атлетической гимнастикой.					
	Лабораторные работы						
	Практические занятия			12			
	1.Техника безопасности на занятиях атлетической гимнастикой. Техника выполнения упражнений на блочных тренажёрах.			2			
	2.Техника выполнения упражнений со свободными весами, с собственным весом.			2			
	3.Методы регулирования нагрузки: изменение веса, исходного положения упражнения, количества повторений.			2			
	4.Техника выполнения комплексов упражнений для акцентированного развития определённых мышечных групп.			1			
	5.Техника выполнения комплексов упражнений для акцентированного развития гибкости.			1			
	6.Круговая тренировка.			2			
	Контрольные работы: Выполнение контрольных нормативов по элементам техники атлетической гимнастики			2			
	Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы:						
	1. Особенности использования атлетической гимнастики как средства физической подготовки к службе в армии.						
	2. Разучивание, закрепление и совершенствование основных элементов техники выполнения упражнений на тренажёрах, с отягощениями.						
	3. Самостоятельная разработка содержания занятия или фрагмента занятия по атлетической гимнастике с направленным влиянием на развитие определённых мышечных групп.						
<b>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)</b>							<b>2</b>
	Содержание учебного материала						
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	1	Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности.					
	2	Основные и дополнительные факторы, определяющие цели и задачи, конкретное содержание ППФП студентов специальности «Технология продукции общественного питания».					
	3	Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков, физических и психических свойств и качеств, формирования устойчивости к профессиональным заболеваниям.					
	Лабораторные работы						

Практические занятия: 1. Техника выполнения упражнений на развитие мышц плечевого пояса, туловища и стопы. 2. Техника выполнения упражнений для статической выносливости мышц пальцев и кистей рук. 3. Техника выполнения упражнений с отягощением для укрепления мышц ног. 4. Выполнение комплекса упражнений для развития быстроты. 5. Выполнение комплекса упражнений для развития гибкости. 6. Выполнение комплекса упражнений для развития координации.				8	
				2	
				1	
				1	
				1	
				1	
Контрольные работы				1	
Самостоятельная работа студентов Тематика самостоятельной работы: 1. Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда. Анализ профессиограммы техника-технолога. 2. Прикладные виды спорта. Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП. 3. Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий. 4. Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально-прикладной физической культуры в режиме дня техника-технолога .					
Примерная тематика курсовой работы (проекта)					
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом)					
<b>Всего:</b>	<b>34</b>	<b>28</b>	<b>42</b>	<b>16</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

**Спортивный комплекс:**

-спортивный зал;

-спортивная площадка с полосой препятствий, оснащенные в соответствии с п.

6.1.2.1 примерной образовательной программы по специальности.

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

##### 3.2.1. Основные печатные издания

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник: [для использования в учебном процессе образовательных учреждений СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования] / А. А. Бишаева. - 6-е изд. стер. - Москва: Академия, 2020. - 312,

2. Быченков С.В. Физическая культура: учебное пособие для использования в учебном процессе образовательными учреждениями среднего профессионального образования по всем специальностям / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. - 2-е изд. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа: Профобразование, 2018. - 118 с.

3. Физическая культура: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 599 с. — (Профессиональное образование).

4. Зайцева, И. П. Физическая культура и спорт : учебник для СПО / И. П. Зайцева. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 427 с. — ISBN 978-5-4488-1631-4, 978-5-4497-2129-7. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/129198.html>

##### 3.2.2. Основные электронные издания

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491233>

2. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489849>

3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика: учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491838>

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Физическая культура и спорт: учебник /коллектив авторов, под общ. Ред. С.И.Филимоновой и Л.Б.Андрющенко. –Москва. КНОРУС, 2022-612с
2. Кузнецов В.С. теория и история физической культуры+еПриложение: дополнительные материалы: учебник /В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий.- Москва:КНОРУС, 2020-448с. (Среднее профессиональное образование)
3. Матвеев А.Е. Эффективность реализации инновационных технологий физической культуры и спорта в оздоровлении студентов: монография/А.Е.Матвеев, З.Х.Низаметдинова, Й.Полшикене.-Москва: РУСАЙНС, 2020-124с.
4. <http://window.edu.ru/> - Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»;
5. <http://school-collection.edu.ru/> - Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов;
6. <http://fcior.edu.ru/> - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов;
7. <http://lib.mtuci.ru/libdocs/> - Электронный Каталог библиотеки МТУСИ;
8. <https://www.rsl.ru/> - Российская государственная библиотека (РГБ);
9. <http://nlr.ru/> - Российская национальная библиотека (РНБ);
10. <http://www.gpntb.ru/> - Государственная публичная научно-техническая библиотека (ГПНТБ);
11. <https://book.ru> Электронно-библиотечной системе BOOK.ru
12. <https://www.iprbookshop.ru/> - электронная библиотечная система IPRBooks;
13. <https://profspo.ru/> - комплексный электронный образовательный ресурс ПРОФОБРАЗОВАНИЕ;
14. <https://catalog.prosv.ru/category/14> и <https://media.prosv.ru/> - Свободный доступ к методической литературе и информационным материалам для подготовки к дистанционным урокам;
15. <https://urait.ru/> - Образовательная платформа «Юрайт».

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

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<p>Психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности</p> <p>Сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей;</p> <p>значимость профессиональной деятельности по специальности</p> <p>Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>основы здорового образа жизни;</p> <p>условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</p> <p>средства профилактики перенапряжения</p>	<p>Проявляет лидерские качества и/или умеет работать в команде</p> <p>Принимает участие в работе волонтерских, спортивных, патриотически направленных мероприятиях колледжа и/или региона</p> <p>Проявляет трудолюбие, физическую подготовку при выполнении трудовых обязанностей;</p> <p>Знает основные принципы ЗОЖ и соблюдает их</p> <p>Знает требования к физической подготовке специалиста торгового дела</p> <p>Знает способы расслабления, снятия физического напряжения при выполнении трудовых функций</p>	<p>Экспертная оценка усвоения теоретических знаний в процессе:</p> <p>- письменных/ устных ответов;</p> <p>- тестирования.</p> <p>Дифференцированный зачет</p>
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<p>Организовывать работу коллектива и команды;</p> <p>Описывать значимость своей специальности;</p> <p>Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</p> <p>пользоваться средствами профилактики перенапряжения,</p>	<p>Оценка уровня развития физических качеств занимающихся наиболее целесообразно проводить по приросту к исходным показателям.</p> <p>Для этого организуется тестирование в контрольных точках:</p> <p>на входе – начало учебного года, семестра;</p> <p>на выходе – в конце учебного года, семестра, освоения темы программы.</p>	<p>Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы:</p> <p>- на практических занятиях;</p> <p>- при ведении календаря самонаблюдения;</p> <p>- при проведении подготовленных студентом фрагментов занятий (занятий) с обоснованием целесообразности использования средств физической культуры, режимов нагрузки и отдыха;</p> <p>Экспертная оценка:</p>

<p>характерными для данной специальности</p>	<p>Тесты по ППФП разрабатываются применительно к укрупнённой группе специальностей/профессий</p>	<p>- техники выполнения двигательных действий (проводится в ходе бега на короткие, средние, длинные дистанции; прыжков в длину);</p> <p>Экспертная оценка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техники базовых элементов,</li> <li>-техники спортивных игр (броски в кольцо, удары по воротам, подачи, передачи, жонглирование),</li> <li>-техничко-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм,</li> <li>-выполнения студентом функций судьи.</li> </ul> <p>Экспертная оценка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техники выполнения упражнений для развития основных мышечных групп и развития физических качеств;</li> <li>-самостоятельного проведения фрагмента занятия или занятия ППФП с элементами гимнастики;</li> <li>-техники выполнения упражнений на тренажёрах, комплексов с отягощениями, с самоотягощениями.</li> </ul> <p>Дифференцированный зачет.</p>
--	--	---