

**Профессиональная образовательная автономная некоммерческая
организация «Северо- Кавказский гуманитарно-многопрофильный
колледж имени Имама Шамиля»**

Утверждаю

Директор_____

Гаджихмедов Д.Б.

«30» 06. 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ. 04 Физическая культура

Специальность: 33.02.01 Фармация

Обучение: по программе базовой подготовки

Уровень образования, на базе

которого осваивается ППСЗ: среднее общее образование/
основное общее образование

Квалификация: фармацевт

Форма обучения: очная

Срок обучения: 1 год 10 месяцев / 2 года 10 месяцев

Махачкала 2022г.

Одобрена на заседании кафедры
социально-гуманитарных дисциплин

Протокол № 11 от 10 июня 2022г.

Зав. кафедрой гуманитарных и
естественных дисциплин

А.А.Акимова _____

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 33.02.01. Фармация; федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования

Организация-разработчик: Профессиональная образовательная автономная некоммерческая организация «Северо-Кавказский гуманитарно-многопрофильный колледж имени Имама Шамиля».

Разработчик: Магомедова Раисат Мансуровна – преподаватель физической культуры

Рецензент: Мансуров Тагир Мухтарович - врио зав. кафедрой физвоспитания ФФК.БЖ

СОДЕРЖАНИЕ

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ
ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является составной частью основной профессиональной образовательной программы профессиональной образовательной автономной некоммерческой организации «Северо-Кавказский гуманитарно-многопрофильный колледж имени Имама Шамиля» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности **33.02.01 Фармация**. Программа учебной дисциплины может быть использована при реализации программ дополнительного профессионального образования.

1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности **33.02.01 Фармация**.

Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

2. Умения и знания направлены на формирование общих компетенций:

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

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

-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.

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

-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.

ОК12. Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи гражданам при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью

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

оценивать состояние пострадавшего и условия для оказания первой помощи; выявлять признаки состояний и заболеваний, угрожающие жизни и здоровью граждан; проводить мероприятия по оказанию первой помощи при состояниях и заболеваниях, угрожающих жизни и здоровью граждан

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

критерии безопасных условий для оказания первой помощи; клинические проявления состояний при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях; перечень мероприятий по оказанию первой помощи

Перечень личностных результатов:

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	126
в т.ч. в форме практической подготовки	
в том числе:	
Практические занятия	126
Самостоятельная работа	
Промежуточная аттестация	-

3. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём в часах	Коды компетенций и личностных результатов ¹ , формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
	1 семестр	34	
Раздел 1. Лёгкая атлетика		18	
Тема 1.1. Бег на короткие дистанции.	Содержание учебного материала	2	О К 8, ОК 12 ЛР 1,5,8
	Обучение технике бега на короткие дистанции (выполнение старта, стартового разбега, бега по дистанции, финиширования, обучение ритму дыхания, технике бега по повороту, выполнение специальных беговых упражнений, перехода от стартового разбега к бегу по дистанции, повторного бега отрезков 30, 60м).		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие №1. Бег на короткие дистанции.	2	
Тема 1.2.	Содержание учебного материала	2	О К 8, ОК 12

¹ Могут быть приведены коды личностных результатов реализации программы воспитания в соответствии с Приложением 3 ПООП.

Бег на короткие дистанции.	Специальные беговые упражнения. Бег 100 метров x 4.		ЛР 1,5,8
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие №2. Бег 100 м.	2	
Тема 1.3. Бег на средние дистанции.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР1,5,8
	Обучение технике бега на средние дистанции с высокого старта (выполнение старта, стартового разбега, бега по дистанции, финиширования, обучение ритму дыхания, технике бега по повороту, выполнение специальных беговых упражнений, перехода от стартового разбега к бегу по дистанции).		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие №3. Бег на средние дистанции.	2	
		16	
Тема 1.4. Совершенствование техники старта, стартового разбега, финиширования.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР1,5,8
	Совершенствование техники старта, стартового разбега, финиширования (выполнения бега с высокого старта 60 метров под команду из различных положений; имитация работы рук; бега по отметкам; выполнение повторного бега на отрезках 100-150м с отдыхом 3-5 мин 4-5 раз; освоение игровых упражнений «вызов номеров», эстафеты 4*400).		
	В том числе практических занятий	2	

	Практическое занятие №4. Совершенствование техники старта, стартового разбега, финиширования.	2	
Тема 1.5. Прыжок в длину с места.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР
	Обучение технике прыжка в длину с места. Прыжковые упражнения. Контрольный тест.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие №5. Прыжки в длину с места.	2	
Тема 1.6. Бег на длинные дистанции.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР1,5,8
	Бег на дистанции девушки 2000 м, юноши 3000 м. Общеразвивающие упражнения.		
	В том числе практических занятий	-	
	Практическое занятие №6. Бег на длинные дистанции.	2	
	2 семестр	44	
Тема 1.7. Развитие скоростно-силовых качеств.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР1,5,8
	Совершенствование прыжков и прыжковых упражнений (контрольный тест). Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.		
	В том числе практических занятий	2	

	Практическое занятие № 7. Развитие скоростно-силовых качеств. Бег 100 метров. Бег 500 м. (дев.); бег 1000 м. (юн.)	2	
Тема 1.8. Выполнение контрольных нормативов.	Содержание учебного материала	2	ПК. ОК ЛР 1,5,8
	Бег 100 метров. Бег 500 м. (дев.); бег 1000 м. (юн.)		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 8. Выполнение контрольных нормативов.	2	
Раздел 2. Спортивные игры. Волейбол			
Тема 2.1. Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач мяча двумя руками.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР1,5,8
	Обучение технике перемещений, стоек, верхней и нижней передачи мяча двумя руками (овладение основной, высокой, низкой стойками; выполнение перемещений ходьбой, бегом, скачком, двойным шагом, движений волейболиста при передачах мяча вперед, над собой, назад; выполнение специальных упражнений в парах, в тройках, упражнениях в эстафетах). Учебно-тренировочная игра		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 9. Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передач мяча двумя руками.	2	
Тема 2.2.	Содержание учебного материала	2	ПК

Совершенствование передач.	Совершенствование техники передачи мяча одной и двумя руками сверху, в прыжке. Выполнение передач вперед, назад, над собой; выполнение длинных передач через зону, коротких из зоны в зону, укороченных в пределах зоны, по высоте траектории: высоких более -2 м, средних – до 2 м, низких – до 1 м, медленных и скоростных с места и в прыжке. Учебно-тренировочная игра.		ОК ЛР1,5,8
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие №10. Совершенствование передач.	2	
Тема 2.3. Поддачи мяча по зонам. Прием мяча после поддачи.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР1,5,8
	Обучение технике нижней подачи и приёма после неё (овладение направлением замаха – строго назад, высотой подбрасывания – небольшой, точкой удара по мячу – примерно на уровне пояса, специальными упражнениями волейболиста в стену, над собой, в парах, эстафетах с элементами волейбола; выполнением нижней подачи на точность по зонам). Учебно-тренировочная игра.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 11. Поддачи мяча по зонам. Прием мяча после поддачи.	2	
Тема 2.4. Обучение технике нападающего удара.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР1,5,8
	Обучение технике нападающего удара (выполнение имитации нападающего удара на месте, в движении; овладение ритмом разбега, удара кистью по мячу; выполнение нападающего удара через сетку по летящему мячу, с передачи). Учебно-тренировочная игра.		
	В том числе практических занятий	2	

	Практическое занятие № 12. Обучение технике нападающего удара.	2	
Тема 2.5. Совершенствование техники нападающего удара.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР 1,5,8
	Совершенствование техники нападающего удара (выполнение имитации нападающего удара на месте, в движении; овладение ритмом разбега, удара кистью по мячу; выполнение нападающего удара через сетку по мячу на держателе, по летящему мячу, с передачи). Учебно-тренировочная игра.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 13. Совершенствование техники нападающего удара.	2	
Тема 2.6. Обучение технике постановки блока.	Содержание учебного материала	2	ПК ОК ЛР1,5,8
	Обучение постановки блока. Совершенствование технических приемов игроков первой линии (выполнение имитации блока, блокирование мяча стоя на подставке, в прыжке; освоение подводящих упражнений по технике выполнения блока, выполнение передач вперед, назад, над собой; выполнение длинных передач через зону, коротких из зоны в зону, укороченных в пределах зоны, по высоте траектории: высоких более -2 м, средних – до 2 м, низких – до 1 м, медленных и скоростных с места и в прыжке). Учебно-тренировочная игра.		
	В том числе практических занятий		
	Практическое занятие № 14.Обучение технике постановки блока.		
Промежуточная аттестация			

Раздел3. Плавание.		14	
Тема 3.1. Техника безопасности на воде.	Содержание учебного материала	2	ОК 8, ОК12 ЛР 1,5,8
	Ознакомить студентов с правилами безопасности на воде. Свободное плавание. Освоить правила дыхания пловца. Упражнения «поплавок», «звезда» и «стрела».		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 38. Техника безопасности на воде.	2	
Тема 3.2. Обучение технике движения ног.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Работа ног у бортика с доской. Обучение технике движения ног при плавании «кроль на груди и спине». Имитация работы ног на суше. Плавание с доской. Скольжение по поверхности воды. Свободное плавание.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 39. Обучение технике движения ног.	2	
Тема 3.3. Обучение технике движения рук.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Обучение технике движения рук при плавании «кроль на груди и спине», гребки воды руками в положении стоя. Плавание с доской. Упражнение «мельница»		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 40. Обучение технике движения рук.	2	

Тема 3.4. Обучение технике плавания «кролем».	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Обучение технике движения рук и ног при плавании «кролем». Работа на выносливость 500 м.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 41. Обучение технике плавания «кролем».	2	
Тема 3.5. Обучение технике плавания «брассом».	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Обучение технике движения рук и ног при плавании «брассом». Специальные упражнения для рук и ног на суше. Совершенствование дыхания с гребками при плавании «брассом».		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 42. Обучение технике плавания «брассом».	2	
Тема 3.6. Обучение старту пловца.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Свободное плавание 200 м. Обучение старту с тумбы.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 43. Обучение старту пловца.	2	
Тема 3.7.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Закрепление ранее изученных стилей плавания.		

Выполнение контрольных нормативов.	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 44. Выполнение контрольных нормативов.	2	
Раздел 6. Общая физическая подготовка		10	
Тема 4.1. Кроссовая подготовка	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Комплекс ОРУ. Бег по пересеченной местности 2-3 км.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 45. Кроссовая подготовка	2	
Тема 4.2. Круговая тренировка.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Ходьба, ОРУ на все группы мышц, бег по пересеченной местности 3-5 км. Упражнения на «пресс» и отжимание.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 46. Круговая тренировка.	2	
Тема 4.3. Игра в футбол.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Ходьба, бег 2-3 км. Игра в футбол. Силовые упражнения.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 47. Игра в футбол	2	

Тема 4.4. Развитие скоростно-силовых качеств.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	ОРУ. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 48. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	
Тема 4.5. Развитие выносливости. Кросс.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	ОРУ. Кросс 3-5 км. Упражнения на развитие скоростной выносливости. Игра в мини-футбол. Дыхательные упражнения.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 49. Развитие выносливости. Кросс.	2	
Раздел 5. Спортивные игры. Гандбол		14	
Тема 5.1. Техника владения мячом.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Обучение технике владения мячом. Обучение технике удержания мяча, выполнение подводящих упражнений индивидуально и в парах (ловля мяча), имитация передачи, бросков в различных направлениях стоя на месте, в ходьбе, бегом. Учебно-тренировочная игра.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 50. Техника владения мячом.	2	

Тема 5.2. Перемещения, передачи мяча, броски по воротам.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Обучение технике владения мячом. Перемещения, передачи мяча, броски по воротам (выполнение техники ведения мяча с изменением направления, сочетание технических элементов: ведения, передач, бросков освоение техники броска в опорном положении, в прыжке; освоение игровых упражнений «выбей мяч из котла», «без промаха»). Учебно-тренировочная игра.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 51. Перемещения, передачи мяча, броски по воротам.	2	
Тема 5.3. Техника владения мячом в движении.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Обучение технике владения мячом в движении (техника ведения гандбольного мяча в движении, выполнение рывков до определенного ориентира с возвращением на исходную позицию, рывков из любых исходных позиций, прыжков с чередованием бега, выполнение эстафет). Правила судейства. Учебно-тренировочная игра.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 52. Техника владения мячом в движении.	2	
Тема 5.4. Техника игры вратаря, удары по воротам.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Обучение технике стойки вратаря, ударам по воротам. Освоение игровых упражнений «мяч навстречу мячу», «выбей соперника», «мяч в обруч». Учебно-тренировочная игра		

	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 53. Техника игры вратаря, удары по воротам.	2	
Тема 5.5. Развитие физических качеств в учебной игре.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Развитие ловкости, быстроты, силы в учебной игре.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 54. Развитие физических качеств в учебной игре.	2	
Тема 5.6. Применение изученных приемов в учебной игре.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Совершенствование техники владения мячом в учебно-тренировочной игре.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 55. Применение изученных приемов в учебной игре	2	
Тема 5.7. Выполнение контрольных нормативов.	Содержание учебного материала	2	О К 8,ОК 12 ЛР 1,5,8
	Совершенствование техники владения гандбольным мячом (выполнение контрольных нормативов: передачи мяча в движении, броски мяча по воротам с места, игра вратаря).		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 56. Выполнение контрольных нормативов.	2	

Промежуточная аттестация	2	
ВСЕГО	126	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

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

-Спортивный зал, оснащенный спортивным оборудованием и инвентарем для проведения практических занятий.

-Спортивный инвентарь: бадминтон, баскетбольная сетка, баскетбольный щит, волейбольная сетка, гантели 1,5 кг, гантели 3 кг, гантели для фитнеса, гири, городки игра к-т, дартс – мишени с дротиками – 10 шт., домино, мячи, стол теннисный «Кетлер» - 1 шт., тренажер «Weider» - 1 шт., беговая дорожка – 1 шт., турник настенный, шведская стенка деревянная.

Электронный стрелковый тир

учебно-методический стрелковый тренажерный комплекс «Лазерный тир «Рубин»» ЛТ - 310, ружье электронное – 2 шт., лазерное оружие: винтовка пневматическая МР-512С – 1 шт., переносной (мобильный) ноутбук – 1 шт.

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

Собянин, Ф.И. Физическая культура: учебник / Ф.И. Собянин. – Ростов н/Д: Феникс, 2020. – 221 с. – (Среднее профессиональное образование).

Решетников, Н.В. Физическая культура: учебник / Н.В. Решетников. – Москва: Академия, 2018. – 176 с.

3.2.2. Основные электронные издания

Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/471143>

Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры и спорта: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15186-2. —

Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.uraity.ru/bcode/487793>

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, 2021. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.uraity.ru/bcode/471782>

Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.uraity.ru/bcode/453245>

Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.uraity.ru/bcode/487324>

Садовникова, Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе: учебное пособие для СПО / Л. А. Садовникова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 60 с. — ISBN 978-5-8114-7201-7. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156380>

Журин, А. В. Волейбол. Техника игры: учебное пособие для СПО / А. В. Журин. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-5849-3. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156624>

Агеева, Г. Ф. Плавание: учебное пособие для СПО / Г. Ф. Агеева, В. И. Величко, И. В. Тихонова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 64 с. — ISBN 978-5-8114-9471-2. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/195475>

Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие для СПО / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 68 с. — ISBN 978-5-8114-7558-2. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174984>

Егорова, М. А. Основы врачебного контроля: учебное пособие для СПО / М. А. Егорова. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 52 с. — ISBN 978-5-8114-7524-7. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/173079>

3.2.3. Дополнительные источники

Российская физкультурная энциклопедия [Электронный ресурс]. URL: <https://libsport.ru/>

Теория и практика физической культуры. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.teoriya.ru/ru/journals>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения ²	Критерии оценки	Методы оценки
<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none">- основы здорового образа жизни;- техника двигательных действий в легкой атлетике;- техника базовых элементов волейбола;- техника передвижения на лыжах различными ходами;- техника плавания	<p>- определяет роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека</p>	<ul style="list-style-type: none">- текущий контроль по темам курса;- контроль выполнения практических заданий <p>Итоговый контроль – дифференцированный зачет/зачет, который проводится на последнем занятии и включает в себя контроль усвоения практических умений</p>
<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none">- бег на короткие, средние, длинные дистанции;	<p>- соответствие уровня подготовленности</p>	

² В ходе оценивания могут быть учтены личностные результаты.

возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза, установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.

<ul style="list-style-type: none"> - верхние и нижние подачи, передачи, блокирование, нападающий удар; - выполнять различные способы передвижения на лыжах; - выполнять различные стили плавания 	<p>требованиям нормативных показателей</p>	<ul style="list-style-type: none"> - оценка результатов выполнения практической работы; - экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы
---	--	---

5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Адаптация рабочей программы дисциплины ОГСЭ.04. Физическая культура проводится при реализации адаптивной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 33.02.01 Фармация в целях обеспечения права инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на получение профессионального образования, создания необходимых для получения среднего профессионального образования условий, а также обеспечения достижения обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья результатов формирования практического опыта.

Оборудование кабинета Физической культуры для обучающихся с различными видами ограничения здоровья

Оснащение кабинета истории должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинеты должны быть оснащены оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

Кабинет, в котором обучаются лица с нарушением слуха должен быть оборудован радиоклассом, компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

Для слабовидящих обучающихся в кабинете предусматриваются просмотр удаленных объектов при помощи видеоувеличителей для удаленного просмотра. Использование Брайлевской компьютерной техники, электронных луп, программ невизуального доступа к информации, технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата кабинет должен быть оборудован передвижными регулируемые партами с источником питания.

Вышеуказанное оснащение устанавливается в кабинете при наличии обучающихся по адаптированной образовательной программе с учетом имеющегося типа нарушений здоровья у обучающегося.

Информационное и методическое обеспечение обучающихся

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам, указанным в п.3.2 рабочей программы, должен быть представлен в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (не менее одного вида):

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нервно-психическими нарушениями (расстройство аутического спектра, нарушение психического развития):

- использование текста с иллюстрациями;
- мультимедийные материалы.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

Указанные в п. 4 программы формы и методы контроля проводятся с учетом ограничения здоровья обучающихся. Целью текущего контроля является своевременное выявление затруднений и отставания обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и внесение коррективов в учебную деятельность.

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза, установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.

