

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович

Должность: ректор ФГБОУ ВО Вавиловский университет

Дата подписания: 2024.11.05 09:36:25

Уникальный идентификатор документа:

528681d78e671e566a07f01e1ba2172f735a12

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Саратовский государственный университет генетики,
биотехнологии и инженерии имени Н.И. Вавилова»

Марковский сельскохозяйственный техникум –
филиал федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования «Саратовский государственный университет
генетики, биотехнологии и инженерии имени Н.И. Вавилова»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

/И.А. Кучеренко/

«11» ноября 2024 г.


РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Физическая культура
Специальность	36.02.01 Ветеринария
Квалификация выпускника	Ветеринарный фельдшер
Нормативный срок обучения	2 года 10 месяцев
Форма обучения	Очная

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 36.02.01 Ветеринария, утвержденного Приказом Минпросвещения России № 657 от 23.11.2020 года, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21.12.2020 года, рег.№ 61609.

Организация-разработчик: Марковский сельскохозяйственный техникум - филиал ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет генетики, биотехнологии и инженерии имени Н.И. Вавилова»

Составитель: Кучеренко Н.С., преподаватель

Преподаватель  Кучеренко Н.С.

Рассмотрена на заседании цикловой комиссии специальности 36.02.01 Ветеринария протокол № 3 от «25» октября 2024 года.

Председатель  И.В. Пенцова

Рекомендована методическим советом Марковского филиала к использованию в учебном процессе по специальности 36.02.01 Ветеринария протокол № 3 от «11» ноября 2024 года

Председатель методического совета  И.А. Кучеренко

Утверждена Директором и Советом филиала протокол № 2 от «11» ноября 2024 года.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

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

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 36.02.01 Ветеринария.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций ОК04; ОК.05; ОК08

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ОК	Умения	Знания
ОК 04, ОК 05, 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 профессии (специальности); средства профилактики перенапряжения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	160
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	160
в том числе:	
теоретических	-
практические занятия	160
Промежуточная аттестация в форме зачета в 3, 4, 5, 6 семестрах	

2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1 Легкая атлетика		24	
Тема 1.1 Основы здорового образа жизни.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Характеристика основных составляющих здорового образа жизни: дыхания, питания, регуляции эмоций, активного двигательного режима, закаливание организма. Характеристика негативного влияния на организм человека табакокурения, алкоголизма, наркомании, токсикомании, сильных стрессов. Критерии эффективности здорового образа жизни. Методы дозирования физических нагрузок в ходе занятий. Основы методики восстановления организма после занятий физическими упражнениями.</p> <p>В том числе практических занятий</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся</p>	4	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Тема 1.2 Бег на короткие дистанции.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Бег на короткие дистанции.</p> <p>В том числе практических занятий</p> <p>Практическое занятие: Совершенствование техники низкого старта.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся</p>	4	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Тема 1.3 Прыжок в длину с разбега.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Прыжок в длину с разбега.</p> <p>В том числе практических занятий</p> <p>Практическое занятие: Техника прыжка в длину с разбега.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся</p>	4	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Тема 1.4 Метание гранат.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Метание гранат.</p> <p>В том числе практических занятий</p> <p>Практическое занятие: Техника метания гранаты.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся</p>	4	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Тема 1.5	Содержание учебного материала		ОК.04,

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Бег по пересеченной местности (кросс).	Бег по пересеченной местности (кросс).		ОК.05
	В том числе практических занятий	4	ОК.08
	Практическое занятие: Техника бега по пересеченной местности.	2	
	Практическое занятие: Тактика бега по пересеченной местности.	2	
Тема 1.6 Бег на средние дистанции и длинные дистанции.	Содержание учебного материала		ОК.04,
	Бег на средние дистанции и длинные дистанции.		ОК.05
	В том числе практических занятий	4	ОК.08
	Практическое занятие: Техника высокого старта.	2	
	Практическое занятие: Техника бега на средние и длинные дистанции.	2	
Раздел 2 Баскетбол		26	
Тема 2.1 Правила игры и судейства.	Содержание учебного материала		ОК.04,
	Правила игры и судейства.		ОК.05
	В том числе практических занятий	4	ОК.08
	Практическое занятие: Основные правила проведения соревнований и судейства.	2	
	Практическое занятие: Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	
Тема 2.2 Техника владения мячом.	Содержание учебного материала		ОК.04,
	Техника владения мячом.		ОК.05
	В том числе практических занятий	6	ОК.08
	Практическое занятие: Ведение и передача мяча.	2	
	Практическое занятие: Броски мяча по кольцу с двух шагов.	2	
Тема 2.3 Техника игры в защите.	Содержание учебного материала		ОК.04,
	Техника игры в защите.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
	В том числе практических занятий Практическое занятие: Совершенствование зонной защиты. Самостоятельная работа обучающихся	6 6 -	ОК.05 ОК.08
Тема 2.4 Техника игры в нападении.	Содержание учебного материала Техника игры в нападении. В том числе практических занятий Практическое занятие: Индивидуальные действия игрока в нападении. Практическое занятие: Основные командные действия в нападении. Самостоятельная работа обучающихся	4 2 2 -	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Тема 2.5 Тактика игры в защите.	Содержание учебного материала Тактика игры в защите. В том числе практических занятий Практическое занятие: Взаимодействие игроков в нападении. Самостоятельная работа обучающихся	6 6 -	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Раздел 3 Волейбол		24	
Тема 3.1 Техника владения мячом.	Содержание учебного материала Техника владения мячом. В том числе практических занятий: Практическое занятие: Прием и передача мяча снизу и сверху на месте. Практическое занятие: Прием и передача мяча снизу и сверху в движении. Самостоятельная работа обучающихся	6 2 4 -	
Тема 3.2 Техника игры в защите.	Содержание учебного материала Техника игры в защите. В том числе практических занятий:	4	ОК.04, ОК.05 ОК.08

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
	Практическое занятие: Одиночное и групповое блокирование. Самостоятельная работа обучающихся	4 -	
Тема 3.3 Техника игры в нападении.	Содержание учебного материала Техника игры в нападении. В том числе практических занятий Практическое занятие: Основные технические приемы в нападении. Практическое занятие: Техника нападающего удара. Самостоятельная работа обучающихся	6 4 2 -	OK.04, OK.05 OK.08
Тема 3.4 Тактика игры в волейбол.	Содержание учебного материала Тактика игры в волейбол. В том числе практических занятий Практическое занятие: Основные принципы коллективной игры. Практическое занятие: Индивидуальные тактические действия в защите и нападении. Самостоятельная работа обучающихся	6 4 2 -	OK.04, OK.05 OK.08
Раздел 4 Лыжная подготовка		20	OK.04, OK.05 OK.08
Тема 4.1 Требования и правила безопасности на занятиях лыжной подготовки.	Содержание учебного материала Требования и правила безопасности на занятиях лыжной подготовки. В том числе практических занятий Практическое занятие: Основные требования техники безопасности на занятиях лыжной подготовки. Практическое занятие: Основы передвижения на лыжах. Практическое занятие: Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Самостоятельная работа обучающихся	8 2 4 2 -	OK.04, OK.05 OK.08
Тема 4.2 Овладение общими	Содержание учебного материала Овладение общими основами лыжной подготовки.	6	OK.04, OK.05

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
основами лыжной подготовки.	В том числе практических занятий: Практическое занятие: Техника передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный. Практическое занятие: Техника перехода с одновременных ходов к попеременным и обратно. Самостоятельная работа обучающихся	4 2 -	ОК.08
Тема 4.3 Техника преодоления спусков, подъемов, поворотов.	Содержание учебного материала Техника преодоления спусков, подъемов, поворотов. В том числе практических занятий Практическое занятие: Основные способы спусков, подъемов, поворотов. Самостоятельная работа обучающихся	6 6 -	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Раздел 5 Гимнастика		16	
Тема 5.1 Методика составления и проведения простейших самостоятельных физических упражнений.	Содержание учебного материала Методика составления и проведения простейших самостоятельных физических упражнений. В том числе практических занятий Практическое занятие: Методика составления и проведения комплекса УГГ. Самостоятельная работа обучающихся	8 8 -	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Тема 5.2 Техника выполнения упражнений на гимнастических снарядах.	Содержание учебного материала Техника выполнения упражнений на гимнастических снарядах. В том числе практических занятий Практическое занятие: Страховка, само страховка при выполнении упражнений на гимнастических снарядах. Опорные прыжки. Практическое занятие: Упражнения на параллельных брусьях, перекладине (юноши). Гимнастическое бревно (девушки). Самостоятельная работа обучающихся	4 2 2 -	ОК.04, ОК.05 ОК.08
Тема 5.3	Содержание учебного материала		ОК.04,

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Акробатика. Вольные упражнения.	Акробатика. Вольные упражнения.		ОК.05
	В том числе практических занятий	4	ОК.08
	Практическое занятие: Составление и выполнение комбинации вольных упражнений. Акробатика.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 1. Легкая атлетика		10	
Тема 1.1 Бег на короткие дистанции.	Содержание учебного материала		
	Бег на короткие дистанции.		ОК.04, ОК.05 ОК.08
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие: Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2	
	Практическое занятие: Переменный повторный, эстафетный бег.	2	
Самостоятельная работа обучающихся	-		
Тема 1.2 Прыжок в длину с разбега.	Содержание учебного материала		
	Прыжок в длину с разбега		ОК.04, ОК.05 ОК.08
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».	2	
Самостоятельная работа обучающихся	-		
Тема 1.3 Бег по пересеченной местности (кросс).	Содержание учебного материала		
	Бег по пересеченной местности (кросс).		ОК.04, ОК.05 ОК.08
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Основы физической и спортивной подготовки. Кросс.	2	
Самостоятельная работа обучающихся	-		
Тема 1.4 Бег на средние и длинные дистанции.	Содержание учебного материала		
	Бег на средние и длинные дистанции.		ОК.04, ОК.05 ОК.08
	В том числе практических занятий	2	
Практическое занятие: Тактика бега на средние и длинные дистанции.	2		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Самостоятельная работа обучающихся		-	
Раздел 2. Баскетбол		12	
Тема 2.1 Правила игры и судейства.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Правила игры и судейства.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Самостоятельное судейство. Игры с элементами баскетбола.	2	
Самостоятельная работа обучающихся		-	
Тема 2.2 Техника владения мячом.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Техника владения мячом.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Совершенствование бросков по кольцу.	2	
Самостоятельная работа обучающихся		-	
Тема 2.3 Техника игры в защите.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Техника игры в защите.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Совершенствование техники персональной защиты.	2	
Самостоятельная работа обучающихся		-	
Тема 2.4 Техника игры в нападении.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Техника игры в нападении.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Основные командные действия в нападениях.	2	
Самостоятельная работа обучающихся		-	
Тема 2.5 Тактика игры в защите.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Тактика игры в защите.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Основные тактические действия в защите.	2	
Самостоятельная работа обучающихся		-	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 2.6 Тактика игры в нападении.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Тактика игры в нападении.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Основные тактические действия в нападении.		
	Индивидуальные, групповые, командные приемы в нападении.	2	
Раздел 3. Волейбол		12	ОК.04, ОК.08
Тема 3.1 Техника владения мячом.	Содержание учебного материала		
	Техника владения мячом.		
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие: Поддача мяча.	2	
	Практическое занятие: Совершенствование приема и передачи мяча.	2	
Тема 3.2 Техника игры в защите.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
Техника игры в защите.			
В том числе практических занятий	2		
Практическое занятие: Индивидуальные и групповые действия в защите.	2		
Самостоятельная работа обучающихся	-		
Тема 3.3 Техника игры в нападении.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Техника игры в нападении.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Техника нападающего удара.		
	Индивидуальные и групповые действия в нападении.	2	
Тема 3.4 Тактика игры в волейбол.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
Тактика игры в волейбол.			
В том числе практических занятий	4		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
	Практическое занятие: Групповые тактические действия в защите и нападении. Практическое занятие: Совершенствование тактических действий в защите и нападении. Учебная игра с заданием. Самостоятельная работа обучающихся	2 2 -	
Раздел 4. Лыжная подготовка		10	
Тема 4.1 Овладение общими основами лыжной подготовки.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Овладение общими основами лыжной подготовки		
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие: Выбор способа передвижения в зависимости от рельефа местности и условий скольжения.	2	
	Практическое занятие: Техника лыжного хода « коньком».	2	
	Практическое занятие: Прохождение дистанции. Контрольные нормативы. Самостоятельная работа обучающихся	2 -	
Тема 4.2 Техника преодоления спусков, подъемов, поворотов.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Техника преодоления спусков, подъемов, поворотов.		
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие: Основные способы поворотов, торможений.	2	
	Практическое занятие: Совершенствование техники спусков, подъемов. Самостоятельная работа обучающихся	2 -	
Раздел 5. Гимнастика		6	
Тема 5.1 Методика составления и проведения простейших самостоятельных физических упражнений.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Методика составления и проведения простейших самостоятельных физических упражнений.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Методика составления и проведения комплекса ПГ. Самостоятельная работа обучающихся	2 -	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 5.2 Техника выполнения упражнений на гимнастических снарядах.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Техника выполнения упражнений на гимнастических снарядах.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Упражнения на низкой перекладине, брусках, гимнастическом бревне (девушки) Лазание по канату. Опорные прыжки.	2	
Тема 5.3 Акробатика. Вольные упражнения.	Содержание учебного материала		ОК.04, ОК.08
	Акробатика. Вольные упражнения.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие: Акробатические элементы и упражнения.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Промежуточная аттестация в форме зачета в 3,4,5,6 семестре			
Всего:		160	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия спортивных залов: Спортивный зал: Инвентарь для спортивных игр: мячи баскетбольный, мячи волейбольный, мячи футбольный, сетка волейбольная, щиты баскетбольные, скамейки гимнастические, столы для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса. Лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.). Спортивный инвентарь: брусья средней высоты, конь гимнастический, козел гимнастический, мостик подкидной, бревно гимнастическое, перекладина, штанга, гантели, гири, стенка гимнастическая 6 пролетов, скакалки, маты спортивные, канат, палки гимнастические, гранаты весом 500 гр. и 700 гр., секундомер, рулетка, эстафетные палочки. Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий: Футбольное поле со стандартными воротами (45X18 м), волейбольная площадка (9X18 м), силовой городок: рукоход, комплекс перекладин; прыжковая яма для прыжков в длину с разбега.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.2.1. Основные печатные издания

1. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова Физическая культура и физическая подготовка, М, ЮНИТИ, 2022, 431с.
2. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2022 — 424с. — (Профессиональное образование).
3. Физическая культура: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений ф-тов заоч. обучения / Л. Б. Держинская, И. В. Прохорова, Г. А. Держинский; Волгоградский филиал ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы». — Волгоград: Изд-во Волгоградского филиала РАНХиГС, 2022.

3.2.2. Электронные издания

1. «Казантинова Г.М., Чарова Т.А., Андриющенко Л.Б.Физическая культура студента» (Казантинова, Г. М. Физическая культура студента : учебник / Г. М. Казантинова, Т. А. Чарова, Л. Б. Андриющенко. — Волгоград : Волгоградский ГАУ, 2017. — ISBN 978-5-4479-0046-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/100838> (дата обращения: 03.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — С. 1.). <https://reader.lanbook.com/book/100838>
2. «Бомин В. А., Ракоца А. И., Трегуб А. И. Организация занятий физической культурой и спортом студентов» (Бомин, В. А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/133353> (дата обращения: 03.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — С. 1.). <https://reader.lanbook.com/book/133353>
3. «Безбородов А. А., Безбородов С. А. Физическая культура: практические занятия по баскетболу» (Безбородов, А. А. Физическая культура: практические занятия по баскетболу / А. А. Безбородов, С. А. Безбородов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — ISBN 978-5-507-48881-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/365849> (дата обращения: 03.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — С. 2.). <https://reader.lanbook.com/book/365849#2>
4. «Физическая культура и спорт» (Физическая культура и спорт : методические указания / составители Н. Б. Соколова [и др.]. — Вологда : ВГМХА им. Н.В. Верещагина, 2024. — 45 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/506968> (дата обращения: 03.02.2026). — Режим доступа: для

3.2.3 Дополнительные источники:

1. Мишин Б.И. Настольная книга учителя физической культуры. – М.: Высшая школа, 2023 – 91с.
2. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: Учебное пособие для техникумов. – М.: Физкультура и спорт, 2023 – 132с.
3. Лазарев И.В., Кузнецов В.С. Практикум по легкой атлетике: Учебное пособие для студентов средних специальных учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2022 – 272с.
4. Кислицин Ю.Л., Пилиповский А.З. Социально-биологические основы физической культуры. – М., 2023.
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. - М., 2022.
6. Ильинич В.И. Физическая культура студента – М.: Гардарики, 2023 – 448с. Гриф МинОбрНауки;
7. Решетников Н.В., Кислицин Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учебное пособие для студентов средних профессиональных учебных заведений. – 7-е изд.; испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2022. – 176с. Гриф МинОбрНауки;
8. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента. Учебное пособие. – М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2023 – 352с. Гриф МинОбрНауки.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины: 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	демонстрирует системные знания в области основ здорового образа жизни и роли физической культуры в гармоничном развитии личности человека; владеет информацией о регулярных физических нагрузках в выбранной специальности и способах профилактики профзаболеваний	Наблюдение в процессе практических занятий
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины: 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	демонстрирует навыки владения, тактикой в спортивных играх; владеет техниками выполнения двигательных действий; выполняет тактико-технические действия в игре; выполняет требуемые элементы	Наблюдение в процессе практических занятий