

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КРАСНОЯРСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ  
И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»**

**РАССМОТРЕНО**

методической комиссией  
протокол № 06 от «23» июня 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор КГБПОУ «Красноярский колледж  
отраслевых технологий и предпринимательства»

\_\_\_\_\_/Н. В. Журова/  
Приказ № 01-75-1п от « 30 » августа 2023 г.

**ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ  
СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА**

09.02.07 Информационные системы и программирование

*на базе среднего общего образования*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОГСЭ.05 Физическая культура**

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УР

\_\_\_\_\_/ Л.И. Ачекулова /  
« 27 » июня 2023 г.

Красноярск 2023

Рабочая программа (далее – программа) учебной дисциплины ОГСЭ.05 Физическая культура разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 декабря 2016 года № 1547 по специальности среднего профессионального образования 09.02.07 Информационные системы и программирование.

Организация-разработчик: КГБПОУ «Красноярский колледж отраслевых технологий и предпринимательства»

Разработчики: Матафонов Дмитрий Николаевич руководитель физического воспитания

## **СОДЕРЖАНИЕ**

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

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

## 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 09.02.07 Информационные системы и программирование, входящей в состав укрупненной группы 09.00.00 Информатика и вычислительная техника.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в общий гуманитарный социально-экономический цикл.

## 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

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 профессии (специальности)
знать	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

Формируемые общие компетенции:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

Формируемые личностные результаты: ЛР 11, ЛР 12.

## 1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 220 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 168 часов;

самостоятельной работы обучающегося 52 часа.

консультаций 0 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов	
	Общее количество часов	Из них в форме практической подготовки
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>220</b>	-
<b>Консультации</b>	-	-
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>168</b>	-
в том числе:	-	-
лабораторные занятия	-	-
практические занятия	<b>168</b>	-
контрольные работы	-	-
курсовая работа (проект)	-	-
<b>Внеаудиторная самостоятельная учебная работа (всего)</b>	<b>52</b>	-
в том числе:		
составление комплекса упражнений;	4	
выполнение упражнений на выносливость;	4	
выполнение упражнений на силу;	4	
выполнение скоростно-силовых упражнений;	4	
выполнение беговых упражнений;	4	
выполнение прыжковых упражнений;	4	
упражнение на гибкость	4	
бег до 3000м.;	6	
бег 100м.;	6	
прыжки в длину с места и с разбега;	6	
метание гранаты	6	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.05 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося, курсовая работа (проект)	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>		<b>30</b>	ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Практические занятия</b>	24	
	1. Инструктаж по Т.Б. л/а 2. Основы здорового образа жизни 3. Бег 60м 4. Низкий старт 5. Стартовый разгон 6. Бег по дистанции 7. Высокий старт 8. Прыжок в длину с места 9. Спринтерский бег 10. Финиширование 11. Прыжок в длину с разбега 12. Прием-передача эстафетной палочки 13. Подбор индивидуального разбега 14. Прыжки в высоту 15. Метание гранаты 16. Метание малого мяча 17. Бег на длинные дистанции 18. Правильный бег на средние дистанции 19. Длительный бег 20. Скоростно-силовые способности 21. Развитие скоростной выносливости 22. Техника разбега 23. Совершенствование спринтерского бега 24. Работа рук при метании гранаты		
	Контрольные работы по теме	1	

	<b><i>Самостоятельная работа обучающихся</i></b> Низкий старт. Упражнения на пресс. Подтягивание, отжимание, прыжки через скакалку. Прыжки в длину. Передача эстафетной палочки. Силовые упражнения.	5	
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>		<b>17</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<b><i>Практические занятия</i></b>	15	
	1.Инструктаж по Т.Б 2.Строевые упражнения 3.Обще развивающие упражнения 4.Развитие координации 5.Упражнения с набивным мячом 6.Развитие силовых качеств, гибкости 7.Упражнения для коррекции нарушений осанки 8.Упражнения у гимнастической стенки 9.Упражнения с обручем 10. Кувырки вперед, назад 11. Упражнения на развитие гибкости 12. Упражнения с гимнастической палкой 13. Прыжки через скакалку на месте 14. Стойка на лопатках 15. Сдача контрольных нормативов		
	<b><i>Самостоятельная работа обучающихся</i></b>		
	Упражнения на пресс, релаксацию, дыхание. Упражнения на развитие силы. Упражнения на йогу. Подтягивание, отжимание.	<b>2</b>	
<b>Раздел 3. Лыжная подготовка</b>		<b>26</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b><i>Практические занятия</i></b>	19	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. История лыжного спорта 3. Строевые упражнения на лыжах 4. Способы передвижения 5. Попеременно - двухшажный ход 6. Подъем «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой»		ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8

	7. Прохождение дистанций 8. Правила соревнований, прохождения дистанции 9. Спуск в высокой, средней и низкой стойке 10. Торможение плугом 11. Итоговое занятие 12. Поворот переступанием и рулением 13. Одновременно бесшажный ход 14. Совершенствование техники ходов 15. Одновременно одношажный ход 16. Техника подъемов и спусков 17. Одновременно двухшажный ход 18. Бег 3000м на лыжах 19. Бег 5000м на лыжах		
	Контрольные работы по теме	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>		
	Низкий старт. Упражнения на пресс. Подтягивание, отжимание, прыжки через скакалку.	6	
<b>Раздел 4. Коньки</b>		<b>11</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<i>Практические занятия</i>	8	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. История конькобежного спорта 3. Техника падений на льду 4. Отталкивание правой (левой) ногой 5. Скольжение на двух ногах с помощью. 6. Произвольное катание 7. Повороты в движении 8. Бег на коньках по дистанции		ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	3	
	Упражнения на силу, выносливость, дыхание. Упражнения на гибкость.		
<b>Раздел 5. Спортивные игры</b>		<b>15</b>	
<b>Тема 5.1. Баскетбол</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК3
	<i>Практические занятия</i>	9	ОК 4
	1. Инструктаж по Т.Б		ОК 6 ОК 7



	2. Совершенствование ведения и передач мяча в движении 3. Совершенствование бросков мяча 4. Добивание мяча 5. Совершенствование добивания мяча 6. Накрывание и отбивание мяча 7. Совершенствование бросков мяча со средней и дальней дистанции 8. Блокирование нападающего защитником 9. Зонная защита 2-1-2		ОК 8
	Контрольные работы по теме	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	5	
	Упражнения на пресс, отжимание, подтягивание, прыжки через скакалку. Упражнения на релаксацию. Упражнения на дыхание. Упражнения на гибкость.		
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>		<b>14</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<i>Практические занятия</i>	9	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. Передача эстафетной палочки 3. Совершенствование стартового разбега и бега по дистанции 4. Старт в эстафете 5. Финиширование в эстафете 6. Совершенствование бега на средние дистанции 7. Совершенствование финиширования 8. Совершенствование эстафетного бега 9. Совершенствование техники спринтерского бега		
	Контрольные работы по теме	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>		
	Прыжки в длину. Передача эстафетной палочки. Силовые упражнения.	4	
<b>Раздел 5. Спортивные игры</b>		<b>18</b>	
<b>Тема 5.1. Баскетбол</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<i>Практические занятия</i>	8	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. Совершенствование ведения и передач мяча в движении 3. Совершенствование бросков мяча		

	4. Добивания мяча 5. Совершенствование добивания мяча 6. Накрывание и отбивание мяча 7. Совершенствование бросков мяча со средней и дальней дистанции		
	Контрольные работы по теме	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	2	
	Составить презентацию Прыжки в длину. Передача эстафетной палочки. Силовые упражнения.	1	
	Прыжки в длину. Передача эстафетной палочки. Силовые упражнения.		
Тема 5.2 Волейбол	Содержание учебного материала	8	ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<i>Практические занятия</i>	6	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. Совершенствование элементов техники 3. Совершенствование приема и передач мяча 4. Прием мяча после подачи 5. Совершенствование верхней и нижней прямых подач 6. Совершенствование приема мяча после подачи		
	Контрольные работы по теме	1	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	1	
	Упражнения на дыхание. Упражнения на гибкость.		
	Упражнения на дыхание. Упражнения на гибкость.		
	Упражнения на дыхание. Упражнения на гибкость.		
Раздел 3. Лыжная подготовка	Содержание учебного материала	10	ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<i>Практические занятия</i>	8	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. Олимпийские чемпионы 3. Попеременно двухшажный ход 4. Совершенствование техники спусков 5. Совершенствование техники подъемов 6. Поворот переступанием и рулением 7. Одновременно одношажный ход 8. Техника подъёмов		
	Контрольные работы по теме	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	Подтягивание, отжимание, прыжки через скакалку. Прыжки в длину. Передача эстафетной палочки. Силовые упражнения.	1	
	Подтягивание, отжимание, прыжки через скакалку. Прыжки в длину. Передача эстафетной палочки. Силовые упражнения.		

<b>Раздел 6. Виды спорта по выбору</b>		<b>23</b>	ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
<b>Тема 6.1</b> <b>Атлетическая гимнастика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>11</b>	
	<b>Практические занятия</b>	6	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. История развития 3. Работа со штангой 4. Работа с гирями 5. Круговой метод тренировки 6. Упражнения на развитие силы		
	Контрольные работы по теме	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	
	Упражнения на пресс, релаксацию, дыхание. Упражнения на развитие силы. Упражнения на йогу. Подтягивание, отжимание.		
<b>Тема 6.2</b> <b>Дыхательная гимнастика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<b>Практические занятия</b>	7	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. История развития 3. Психофизические навыки 4. Снятие физического напряжения 5. Современные методики дыхательной гимнастики 6. Дыхательные упражнения 7. Классические методы дыхания		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	5	
	Упражнения на развитие силы. Упражнения на йогу. Подтягивание, отжимание.		
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>		<b>9</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<b>Практические занятия</b>	7	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. Совершенствование строевых упражнений 3. Совершенствование кувырка вперед и назад 4. Совершенствование кувырка назад в полушпагат 5. Упражнения с партнером 6. Упражнения на развитие гибкости		

	7. Стойки: на лопатках, на голове, на руках		
	Контрольные работы по теме	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
	Упражнения на пресс, релаксацию, дыхание.		
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>		<b>18</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<i>Не предусмотрено</i>		
	<b>Практические занятия</b>	11	
	1. Инструктаж по Т.Б 2. Передача эстафетной палочки снизу и сверху 3. Финиширование в эстафете 4. Старт в эстафете 5. Совершенствование бега на средние дистанции 6. Совершенствование эстафетного бега 7. Совершенствование прыжков в длину с разбега 8. Совершенствование метания гранаты 9. Бег по прямой с различной скоростью 10. Равномерный бег на дистанцию 2000м (девушки), 3000м (юноши) 11. Совершенствование бега по пересеченной местности		
	Контрольные работы по теме	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	6	
	Низкий старт. Упражнения на пресс. Подтягивание, отжимание, прыжки через скакалку. Прыжки в длину. Передача эстафетной палочки. Силовые упражнения.		
<b>Раздел 5. Спортивные игры</b>		<b>30</b>	
<b>Тема 5.1. Баскетбол</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>18</b>	ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<b>Практические занятия</b>	11	
	1. Инструктаж по Т.Б. Правила баскетбола 2. Совершенствование ведения и передач мяча в движении 3. Совершенствование бросков мяча 4. Совершенствование бросков мяча со средней и дальней дистанции 5. Совершенствование приемов нападения и защиты 6. Тактическое взаимодействие в защите 7. Совершенствовать разновидности бросков		

	8. Совершенствовать добивания мяча и разновидности броска в прыжке в сочетании с развитием скоростно-силовых качеств и быстроты		
	9. Совершенствование группового тактического взаимодействия в нападении и защите сочетании с развитием специальной выносливости		
	10. Совершенствование технико-тактических действий в нападении и защите в условиях игрового противоборства		
	11. Штрафные броски		
Тема 5.2. Волейбол	Контрольные работы по теме	1	ОК3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	6	
	Упражнения на пресс, отжимание, подтягивание, прыжки через скакалку. Упражнения на релаксацию. Упражнения на дыхание. Упражнения на гибкость.	4	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	
	<i>Практические занятия</i>	8	
	1. Инструктаж по Т.Б. Правила волейбола		
	2. Совершенствование элементов техники		
	3. Совершенствование приема и передач мяча		
	4. Совершенствование тактических действий в нападении		
	5. Совершенствование верхней и нижней прямых подач		
	6. Совершенствование приема мяча после подачи		
	7. Нападающий удар с задней линии		
	8. Совершенствование подач мяча		
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	2	
	Подтягивание, отжимание, пресс. Упражнения на гибкость		
Дифференцированный зачет		2	
Консультации		0	
Всего		220	

(\*) объем часов элемента дисциплины, реализуемого в форме практической подготовки.

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

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Реализация программы дисциплины осуществляется в учебных кабинетах: Спортивный зал (универсальный спортивный зал, тренажёрный зал, оборудованных раздевалок с душевыми кабинами)

Оборудование учебного кабинета:

Стол письменный

Стул

Тумбы

Сейф

Лавки

Стеллаж С-07

Тумба подкатная

Душевые кабины

Шкафчики металлический

Стенды:

«Виды спорта»

«Информация»

«Наши чемпионы»

«Нормативы»

«Охрана труда»

«Техника безопасности»

Технические средства обучения:

Компьютер

Музыкальный центр

Оборудование зала:

Перекладина для прыжков в высоту

Сетка в/б любит 9,51м

Стойки для прыжков в высоту 2000

Баскетбольный щит DFC SBA030.48

Гранаты для метания

Секундомер

Рулетка Эстафетные палочки

Набивные мячи

Баскетбольные мячи

Волейбольные мячи

Футбольные мячи для мини-футбола

Футбольные мячи для футбола

Стол для настольного тенниса

Стол армспорта

Ракетка для настольного тенниса

Мяч для настольного тенниса

Сетка для настольного тенниса

Шарики для тенниса

Лабиринт

Сетка для волейбола

Сетка для баскетбола

Свисток

Скакалка

Мостик гимнаст. подпруж. 120\*60см

Обруч гимнастический

Гимнастические маты

Гимнастический мостик  
Гимнастический козел  
Гимнастический конь  
Гимнастическая скакалка  
Утяжелители  
Гимнастические коврики  
Сетка для футбола  
Стойки  
Степ платформа  
Ролик Гимнастический  
Станок комбинированный  
Тренажер 4-х позиционная станция  
Беговая дорожка  
Гребной тренажер  
Велотренажер  
Скамейка для жима горизонтальная  
Скамейка для жима под углом вверх  
Тренажер «гиперэкстензия»  
Тренажер для растяжки  
Силовая станция  
Силовая скамья  
Скамья для пресса  
Жим ногами  
Гриф олимпийский  
Блины к-т  
Тренировочные диски  
Гиря 16кг.  
Гиря 24кг.  
Гиря 36кг.  
Гантели  
Гантель разб.винт.креп. 19,5 кг  
Штанга тренировочная 101,5 кг  
Штанга тренировочная 45 кг  
Штанга тренировочная 70 кг  
Штанга 20кг  
Коврики для фитнеса  
Эллиптический тренажер.  
Дидактические материалы:

Дидактические папки по всем темам курса с карточками – заданиями для подвижных игр.

### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы учебной дисциплины**

#### **Печатные издания:**

1. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л. и др. Физическая культура: Учебник для СПО – М.: Академия, 2017 г. – 176 с.
2. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура: учебник для СПО.КНОРУС 2018

#### **Электронные издания (электронные ресурсы):**

1. <https://www.gto.ru/news>
2. <http://www.sportzone.ru/sport/rules.html?sport=volleyball>
3. <http://www.sportzone.ru/sport/rules.html?sport=basketball>

#### **Дополнительные источники:**

1. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / И.С.Барчуков; под общ. ред. Г.В.Барчуковой. –М.: КНОРУС, 2014.(Среднее профессиональное образование).
2. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для нач. и сред. проф.образования – М.: Издательский центр «Академия», 2015.
3. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура:учебное пособие для студентов средних профессиональных заведений –М.: Академия, 2015.
4. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2019.
5. Бишаева А.А., Малков А.А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020.
6. Борисов А.Н. Комментарий к Федеральному закону "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (постатейный). М.: Юстицинформ, 2009..
7. Братановский С.Н., Вулах М.Г. Административно-правовой статус граждан в сфере физической культуры и спорта // Спорт: экономика, право, управление. 2015. N 3.
8. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019.
- 9.Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020.
- 10.Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019.
- 11.Зайцев А. А., Зайцева В. Ф., Луценко С. Я. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка. М.: Юрайт, 2020.
- 12.Качанов Л. Н., Шапекова Н., Марчибаева У. Лечебная физическая культура и массаж. Учебник. М.: Фолиант, 2018.
- 13.Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Теория и история физической культуры. М.: КноРус, 2020.
- 14.Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020.
- 15.Литош Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение. М.: Юрайт, 2020.
- 16.Махник Д.И. Правовые основы общественно-государственного взаимодействия в области физической культуры и спорта // Законодательство и экономика. 2016. N 11.
- 17.Мелёхин А. В. Менеджмент физической культуры и спорта. М.: Юрайт, 2019.
- 18.Мельник Т.Е. Государственно-частное партнерство в области физической культуры и спорта // Журнал российского права. 2016. N 12.
- 19.Мурзин Д.В., Ольховский Р.М. Вопросы правового регулирования общественно полезных услуг в области физической культуры и массового спорта // Российский юридический журнал. 2017. N 6.
- 20.Пельменев В. К., Конеева Е. В. История физической культуры. М.: Юрайт, 2019.
- 21.Ростомашвили Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития. М.: Спорт, 2020.
- 22.Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. М.: Юрайт, 2019.
- 23.Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой. М.: Юрайт, 2019.
- 24.Собянин Ф. И. Физическая культура. Учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений. М.: Феникс, 2020.
- 25.Теория и методика обучения предмету "физическая культура". Водные виды спорта. Учебное пособие / под ред. Булгакова Н. Ж. М.: Юрайт, 2019.



26.Чернов И.В., Ревунов Р.В. Организация учебно-тренировочного процесса по физической культуре в высшем учебном заведении (на примере тяжелой атлетики). М.: Лань, 2019.

27.Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка / под ред. Зайцев А. А. М.: Юрайт, 2020.

28.Юрлов С.А. Спортивные санкции, применяемые к субъектам физической культуры и спорта в России // Современное право. 2015. N 2.

29.Ягодин В. В. Физическая культура. Основы спортивной этики. М.: Юрайт, 2019.

### **3.3. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

#### **Требования к квалификации педагогических кадров**

Реализация образовательной программы обеспечивается педагогическими работниками образовательной организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности 06 Связь, информационные и коммуникационные технологии (имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3 лет).

Педагогические работники, привлекаемые к реализации образовательной программы, имеют дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в организациях направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности 06 Связь, информационные и коммуникационные технологии, не реже 1 раза в 3 года с учетом расширения спектра профессиональных компетенций.

Реализацию программы дисциплины «Физическая культура» обеспечивают:

Матафонов Дмитрий Николаевич, руководитель физического воспитания КГБПОУ «Красноярский колледж отраслевых технологий и предпринимательства»

Образование: «Забайкальский государственный педагогический университет им. Н.Г. Чернышевского», по специальности физическая культура и спорт.

Дополнительное профессиональное образование (переподготовка): ООО «Институт новых технологий в образовании», по программе «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», 2018 г.

Повышение квалификации: КГБПОУ «Красноярский колледж отраслевых технологий и предпринимательства», по программе «Построение профессиональной траектории и формирование профессиональной мотивации студентов с ОВЗ и инвалидов», 03.10.2022 г.

Дубинин Евгений Олегович, преподаватель

Образование: ФГАОУВО "Сибирский федеральный университет", по специальности "Физическая культура"

Дополнительное профессиональное образование (переподготовка):

1. КГБПОУ «Красноярский колледж отраслевых технологий и предпринимательства», «Организация обеспечения доступности образовательных услуг для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных учреждениях», 30.10.2020 г.

2. ФГАОУ ДПО «Академия реализации государственной политики и профессионального развития работников образования Министерства просвещения Российской Федерации», «Методика преподавания общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» с учетом профессиональной направленности основных образовательных программ среднего профессионального образования» 21.03.2022 г.

3. КГБПОУ "Красноярский колледж отраслевых технологий и предпринимательства", «Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации педагогических работников по освоению компетенций, необходимых для работы с обучающимися с инвалидностью и ОВЗ», 26.12.2022 г.

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
<p>умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности</li> <li>Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)</li> </ul> <p>знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>Основы здорового образа жизни;</li> <li>Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)</li> <li>Средства профилактики перенапряжения</li> </ul>	<p>«Отлично» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко.</p> <p>«Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.</p> <p>«Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство</p>	<p>Форма: индивидуальная</p> <p>Метод: сдача контрольного норматива</p> <p>Метод контроля фронтальная и индивидуальная беседа, тестирование, письменный опрос, контрольная работа, оформление таблиц и схем</p>

	<p>предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.</p> <p>«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.</p>	
--	---	--